

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Batasan Penelitian	5
 BAB II KAJIAN PUSTAKA KRANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS	 6
A. Definisi <i>Anatomical fitness</i>	6
B. Definisi <i>Physiological Fitness</i>	8
C. Kecepatan Memanjat	9
D. <i>Anatomical Fitness</i> dengan Kecepatan Pemanjatan.....	10
E. <i>Physiological Fitness</i> dengan Kecepatan Pemanjatan.....	12
F. Pengertian Panjat Tebing	18
G. Kategori Dalam Panjat Tebing.....	19
H. Pijakan Dan Pegangan Pada Olahraga Panjat Tebing.....	22
I. Peralatan Panjat Tebing	23
J. Simpul Dan Jerat Dalam Panjat Tebing.....	25
K. Prosedur Panjat Tebing	26
L. Profil Panjat Dinding Di Ukm Pamor.....	28
M. Kerangka Pemikiran.....	30
N. Hipotesis	31

BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Lokasi, Populasi, Sampel Penelitian	32
A. Lokasi Penelitian.....	32
B. Populasi Penelitian.....	32
C. Sampel Penelitian.....	33
B. Desain Penelitian Dan Langkah Langkah Penelitian	33
1. Desain Penelitian	33
2. Langkah Langkah Penelitian.....	34
C. Metode Penelitian	35
D. Definisi Oprasional	38
E. Instrumen Penelitian	39
F. Metode Dan Prosedur Penelitian.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN DATA	46
A. Deskripsi Data Hasil Penelitian	46
B. Hasil Pengolahan Dan Analisis Data	47
C. Diskusi Temuan	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	80
RIWAYAT HIDUP	89

DAFTAR TABEL

Tabel	Hal
2.1 Program latihan lari.....	14
2.2 Program Latihan panjat tebing.....	14
3.3 Langkah Langkah Penelitian.....	35
3.4 Kategori Ideal atau Normal.....	40
3.5 Kategori Skor Tes <i>Push Up</i>	41
3.6 Kategori Skor Tes <i>Pull Up</i>	42
3.7 Kategori Skor Tes <i>Fleksometer</i>	42
3.8 Kategori Skor Tes <i>Shuttle Run</i>	43
3.9 Kategori Skor Tes Panjat Tebing	43
3.10 Kategori Skor Tes <i>VO2 Max</i>	44
4.11 Data Hasil tes <i>Physiological fitness</i>	46
4.12 Data Hasil tes <i>Anatomical Fitness</i>	47
4.13 Hasil Uji Normalitas Data <i>Physiological fitness</i>	46
4.14 Hasil Uji Normalitas Data <i>Anatomical Fitnees</i>	47
4.15 Hasil Uji Normalitas Data Skor Panjat Tebing	50
4.16 Hasil Uji hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	51
4.17 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	54
4.18 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	57
4.19 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	60
4.20 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	61
4.21 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	61
4.22 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan <i>Korelasi Bivariate</i>	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Hal
3.1 Paradigma Sederhana	34
4.2 Grafik Perbandingan Hubungan.....	63



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Hal
1 Surat Keputusan Dekan FPOK UPI	75
2 Surat Keterangan Penelitian FPOK UPI.....	78
3 Surat Keterangan Penelitian PAMOR FPOK UPI	79
4 Gambar Penelitian.....	80
5 Daftar Riwayat Hidup	89

