

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	viii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1 ✓
B. Masalah Penelitian .....	4 ✓
C. Tujuan Penelitian .....	4 ✓
D. Kegunaan Penelitian .....	5
E. Pembatasan Masalah .....	5
F. Penjelasan Istilah .....	6
G. Anggapan Dasar .....	6
H. Hipotesis .....	7
BAB II TINJAUAN TEORITIS .....	8
A. Jenis-Jenis Serangan .....	12
1. Serangan Langsung .....	12
2. Serangan Satu Langkah Serang .....	13
3. Dua Langkah Serang .....	14
4. Flash .....	15
5. Serangan One Step Lunge Jump .....	16

	Halaman
6. Serangan Ballestra .....	18
B. Bidang Sasaran .....	20
C. Kecepatan Serangan .....	22
BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....	23
A. Metode Penelitian .....	23
B. Desain Penelitian .....	24
C. Populasi dan Sampel .....	25
D. Instrumen Penelitian .....	27
E. Prosedur Pengolahan Data .....	28
BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA .....	31
A. Hasil Penghitungan Nilai Rata-Rata, Simpangan Baku dan Varians .....	31
B. Uji Kesamaan dan Varians .....	31
C. Uji Distribusi Normal Sampel .....	32
D. Analisis Kesamaan Dua Rata-Rata .....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	34
A. Kesimpulan .....	34
B. Saran-Saran .....	34
DAFTAR PUSTAKA .....	36
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
A	Data mentah hasil tes kecepatan teknik ballestra dengan one step lunge jump .....	38
B	Hasil perhitungan uji normalitas kecepatan serangan one step lunge jump .....	39
C	Hasil perhitungan uji normalitas tes kecepatan serangan ballestra .....	40
D	Hasil penghitungan Uji kesamaan rata-rata .....	41
E	Daftar (F) Distribusi Z .....	42
F	Daftar (G) Distribusi T .....	43
G	Nilai kritis L untuk uji Lilliefors .....	44
H	Nilai presentil untuk Distribusi (F) .....	45
I	Surat Keputusan Pembimbing .....	47
J	Surat Izin Penelitian .....	48
K	Dokumentasi hasil kegiatan penelitian .....	49

