

## DAFTAR ISI

|  | <b>Halaman</b> |
|--|----------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>   | <b>i</b>       |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                     | <b>ii</b>      |
| <b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>                               | <b>iii</b>     |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>   | <b>vi</b>      |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                      | <b>ix</b>      |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                      | <b>x</b>       |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                                    | <b>xi</b>      |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                                       |                |
| A. Latar Belakang.....   | 1              |
| B. Rumusan Masalah.....  | 5              |
| C. Tujuan Penelitian.....                                      | 5              |
| D. Manfaat Penelitian.....                                     | 6              |
| E. Batasan Masalah Penelitian.....                             | 7              |
| F. Definisi Operasional.....                                   | 7              |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS</b> |                |
| A. Hakikat Kayak Slalom .....                                  | 9              |
| B. Teknik Mendayung Kayak Slalom.....                          | 17             |
| C. Kondisi Fisik.....  | 19             |

|  |    |
|--|----|
| D. Power Lengan Dalam Olahraga Dayung Nomor Kayak Slalom Arus Deras .....          | 22 |
| E. Fleksibilitas Pinggang Dalam Olahraga Dayung Nomor Kayak Slalom Arus Deras..... | 24 |
| F. Anggapan Dasar .....  | 26 |
| G. Hipotesis.....  | 28 |

### **BAB III PROSEDUR PENELITIAN**

|   |    |
|---|----|
| A. Metode Penelitian.....                     | 30 |
| B. Desain Penelitian.....                     | 32 |
| C. Populasi dan Sampel .....                  | 34 |
| D. Instrumen Penelitian.....                  | 36 |
| E. Prosedur Pelaksanaan Tes .....             | 37 |
| F. Prosedur Pengolahan dan Analisa Data ..... | 40 |
| G. Hipotesis Statistik .....                  | 47 |

### **BAB IV PENGOLAHAN DATA DAN ANALISIS DATA**

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| A. Hasil Pengolahan Data ..... | 48 |
| B. Uji Prasyarat Analisis..... | 49 |
| C. Diskusi Penemuan.....       | 54 |

### **BAB V KESIMPULAN DAN IMPLIKASI**

|                     |    |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan ..... | 57 |
|---------------------|----|

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| B. Saran-saran.....        | 57        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b> | <b>59</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>       | <b>61</b> |
| <b>RIWAYAT HIDUP.....</b>  | <b>84</b> |



## DAFTAR TABEL

| <b>Tabel</b>   | <b>Halaman</b> |
|--|----------------|
| 4.1. Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku .....  | 48             |
| 4.2. Hasil Pengujian Distribusi Normal dari Ketiga Variabel .....  | 49             |
| 4.3. Besarnya Hubungan Antara Variabel .....   | 50             |
| 4.3. Hasil Uji Signifikansi Tunggal.....   | 51             |
| 4.5. Hasil Perhitungan Nilai Signifikansi Koefisien Korelasi Ganda .....   | 52             |
| 4.6. Hasil Perhitungan Nilai Koefisien Korelasi Determinasi antara Variabel<br>Bebas dengan Variabel Terikat ..... | 53             |



## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                   | Halaman |
|--|---------|
| 2.1. Sungai Buatan .....                 | 11      |
| 2.2. Gate Up Stream and Down Stream..... | 12      |
| 2.3. Perahu Kayak Singel Slalom.....     | 14      |
| 2.4. Perahu Canoe Slalom .....           | 15      |
| 2.5. Perahu Canoe Double .....           | 15      |
| 2.6. Dayungan Kayak .....                | 16      |
| 2.7. Dayungan Canoe.....                 | 17      |
| 3.1. Desain Penelitian .....             | 33      |
| 3.2. Langkah-langkah Penelitian.....     | 34      |
| 3.3. Ergo Kayak .....                    | 38      |
| 3.4. Lucky Meter .....                   | 39      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |    |
|--|----|
| 1. Hasil Uji Coba Tes Power Lengan, Tes Fleksibilitas Pinggang,<br>dan Tes Kayak Slalom .....  | 61 |
| 2. Menghitung T-skor Tiap Variabel .....   | 62 |
| 3. Uji Normalitas Liliefors Hasil Tes Power Lengan .....   | 63 |
| 4. Uji Normalitas Liliefors Hasil Tes Fleksibilitas Pinggang .....   | 64 |
| 5. Uji Normalitas Liliefors Hasil Tes Kayak Slalom .....   | 65 |
| 6. Perhitungan Koefisiensi antara Power Lengan dengan Prestasi<br>Kayak Slalom .....   | 66 |
| 7. Perhitungan Uji Signifikansi Korelasi Tunggal antara Power<br>Lengan dengan Prestasi Kayak Slalom .....   | 67 |
| 8. Perhitungan Koefisiensi antara Fleksibilitas Pinggang dengan<br>Prestasi Kayak Slalom .....   | 69 |
| 9. Perhitungan Uji Signifikansi Korelasi Tunggal antara Fleksibilitas<br>Pinggang dengan Prestasi Kayak Slalom .....                               | 70 |
| 10. Perhitungan Korelasi antara Power Lengan dan Fleksibilitas<br>Pinggang .....   | 72 |
| 11. Perhitungan Uji Signifikansi Korelasi Tunggal antara Power<br>Lengan dan Fleksibilitas Pinggang .....  | 73 |
| 12. Perhitungan Uji Signifikansi Korelasi Ganda antara Power<br>Lengan dengan Fleksibilitas Pinggang terhadap Prestasi Nomor<br>Kayak Slalom ..... | 75 |

|   |    |
|---|----|
| 13. Perhitungan Uji Signifikansi Koefisien Korelasi Ganda antara<br>Power Lengan dan Fleksibilitas Pinggang dengan Prestasi Nomor<br>Kayak Slalom ..... | 76 |
| 14. Perhitungan Determinan Tiap Variabel .....  | 77 |
| 15. Daftar F .....  | 78 |
| 16. Daftar G .....  | 79 |
| 17. Photo Penelitian .....  | 80 |
| 18. Surat Keputusan Pengesahan Judul dan Penunjukan Dosen<br>Pembimbing Skripsi .....   | 82 |

