

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS PENELITIAN</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
G. Definisi Operasional .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	8
1. Hakikat Pendidikan Jasmani .....	8
2. Hakikat Kondisi Fisik .....	9
3. Hakikat <i>Shooting</i> .....	12
4. Hakikat Kekuatan Otot Lengan .....	13
B. Penelitian Yang Relevan .....	14
C. Kerangka Berfikir .....	15
D. Hipotesis .....	16

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	17
B. Variabel Penelitian .....	18
C. Sampel Populasi .....	18
D. Instrumen Penelitian.....	19
1. Tes <i>Medium Shoot</i> 1 Menit .....	19
2. Pengukuran Kekuatan Otot Lengan .....	21
3. Pengukuran Konsentrasi .....	22
4. Tes keseimbangan ( <i>stork stand</i> ).....	23
E. Teknik Pengumpulan Data.....	23
F. Teknik Analisis Data.....	24

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	27
1. Deskripsi Data .....	27
2. Uji Normalitas .....	29
3. Uji Korelasi .....	29
B. Pembahasan.....	32
1. Korelasi antara <i>Medium Shoot</i> dengan Kekuatan Otot Lengan.....	32
2. Korelasi antara <i>Medium Shoot</i> dengan Konsentrasi.....	33
3. Korelasi antara <i>Medium Shoot</i> dengan Keseimbangan .....	34

### **BAB V PENUTUP**

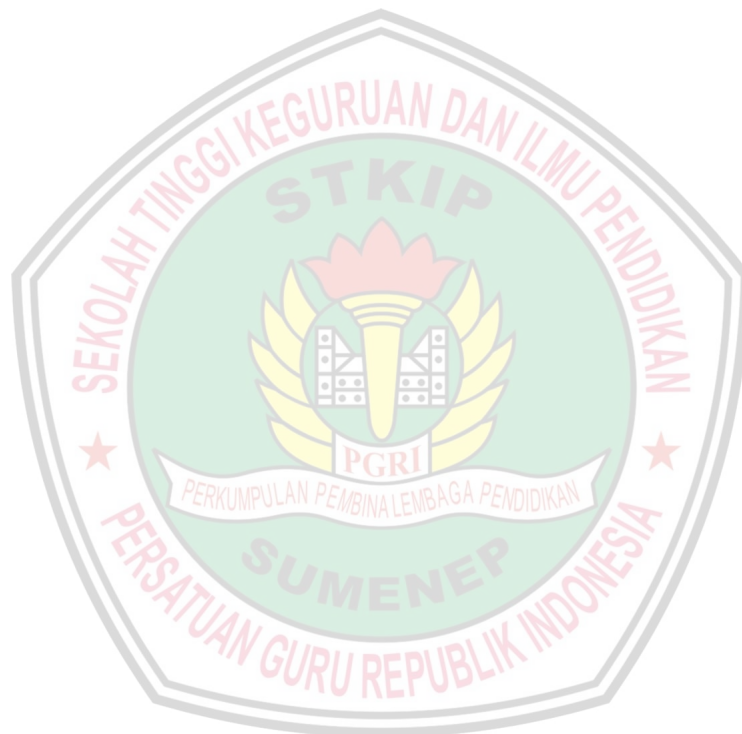
A. Kesimpulan .....	35
B. Saran.....	35

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor <i>Medium Shoot</i> .....	20
Tabel 4.1 Deskripsi Data.....	27
Tabel 4.2 Uji Normalitas.....	29
Tabel 4.3 Uji Korelasi Otot Lengan.....	30
Tabel 4.4 Uji Korelasi Konsentrasi.....	31
Tabel 4.5 Uji Korelasi Keseimbangan.....	31



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	15
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	17
Gambar 3.2 lapangan tes <i>Medium shoot</i> .....	20
Gambar 3.3 <i>Push Up</i> .....	21
Gambar 3.4 <i>grid concentration test</i> .....	22



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Tes <i>Medium Shoot</i> Atlet Taruna Sumenep.....	38
Lampiran 2. Tabel Tes Kekuatan Otot Lengan Atlet Taruna Sumenep.....	39
Lampiran 3. Tabel Tes Konsentrasi Atlet Taruna Sumenep .....	40
Lampiran 4. Tabel Tes Keseimbangan Atlet Taruna Sumenep .....	41
Lampiran 5. Hasil Perhitungan SPSS.....	42
Lampiran 6. Surat Ijin Penelitian .....	44
Lampiran 7. Hasil <i>Grid Concentration Test</i> .....	45
Lampiran 8. Dokumentasi.....	46

