

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Perumusan Masalah	5
D. Kegunaan Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORITIK	6
A. Konsep Penelitian Tindakan	6
B. Konsep Model Tindakan	9
C. Kerangka Teoritik	13
1. Hakikat Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	13
2. Keterampilan Gerak	29
3. Metode Bagian perbagian	33
D. Hipotesis Tindakan	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
A. Tujuan Penelitian	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian	38
C. Metode Penelitian	39
D. Prosedur Penelitian Tindakan	40

E. Kriteria Keberhasilan Tindakan	62
F. Sumber Data	64
G. Teknik Pengumpulan Data	64
H. Validasi Data	65
BAB IV HASIL PENELITIAN	68
A. Deskripsi Hasil Penelitian	68
1. Deskripsi Awal	68
2. Pelaksanaan Tindakan	71
3. Hasil Observasi	84
4. Analisis dan Refleksi	86
B. Deskripsi Akhir	87
1. Hasil Penelitian Siklus	88
2. Pengamatan Kolaborator	91
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN	93
A. Kesimpulan	93
B. Implikasi	93
C. Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	95

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Proses dasar Penelitian Tindakan Kelas	12
Gambar 2.2 Siklus Penelitian Tindakan Kelas	15
Gambar 2.3 Teknik Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	19
Gambar 3.4 kuda-kuda kamaite dan sikap awal	41
Gambar 3.5 Posisi <i>high knee</i> poros pinggul kedalam	43
Gambar 3.6 Posisi <i>high knee</i> poros pinggul diputar kedalam.....	45
Gambar 3.7 Posisi <i>high knee</i> poros pinggul diputar kedalam.....	47
Gambar 3.8 Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	49
Gambar 3.9 Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i> dan sikap akhir	51
Gambar 3.10 Diagram Tes Validasi Tendangan	67
Diagram 4.11 Hasil Tes Awal Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	70
Gambar 4.12 Kuda-kuda kamaite dan sikap awal <i>high knee</i>	74
Gambar 4.13 Posisi <i>high knee</i> poros pinggul diputar kedalam.....	76
Gambar 4.14 Posisi <i>high knee</i> poros pinggul diputar kedalam.....	78
Gambar 4.15 Posisi <i>high knee</i> poros pinggul diputar kedalam.....	80
Gambar 4.16 Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	82
Diagram 4.17 Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i> dan sikap akhir	84
Diagram 4.18 Diagram Histogram Hasil Tes Akhir	90

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pedoman Penilaian Tendangan <i>ushiromawashi-geri</i>	62
Tabel 3.2 Daftar Hasil Tes Validasi Tendangan	65
Tabel 4.3 Daftar Hasil Tes Awal Tendangan	69
Tabel 4.4 Daftar Hasil Tes Akhir Tendangan	89
Tabel 4.5 Daftar Hasil Peningkatan Tes Awal dan Tes Akhir	91
Tabel 4.6 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Awal	97
Tabel 4.7 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Awal	98
Tabel 4.8 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Awal	99
Tabel 4.9 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Awal	100
Tabel 4.10 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Awal	101
Tabel 4.11 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Akhir	102
Tabel 4.12 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Akhir	103
Tabel 4.13 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Akhir	104
Tabel 4.14 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Akhir	105
Tabel 4.15 Daftar Hasil Tahapan Tendangan Tes Akhir	106

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Nilai Tes Awal Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	107
Lampiran 2 Nilai Tes Akhir Tendangan <i>Ushiromawashi-geri</i>	108
Lampiran 3 Dokumentasi Validasi Tendangan <i>Ushiromawashigeri</i> ..	109
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian	110