

DAFTAR ISI

RINGKASAN.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii

BAB I Pendahuluan

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Kegunaan Penelitian	4

BAB II KERANGKA TEORITIS KERANGKA BERPIKIR

A . Kerangka Teori.....	6
1. Hakikat Permainan <i>Softball</i>	6
2. Hakikat Memukul Bola Dalam Permainan <i>Softball</i>	14
3. Hakikat Memukul Bola Menggunakan <i>Backswing</i>	27
4. Hakikat Memukul Bola Tanpa <i>Backswing</i>	30
5. Hakikat Klub Olahraga <i>Softball</i> GARUDA.....	32
B . Kerangka Berpikir.....	32

BAB III METODE PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian.....	34
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	34

C. Metode Penelitian.....	34
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	35
E. Instrumen Penelitian	35
F. Teknik Pengambilan Data	37
G. Teknik Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	39
1. Teknik Memukul Menggunakan <i>Backswing</i>	40
2. Teknik Memukul Tanpa Menggunakan <i>Backswing</i>	41
B. Analisis Data	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN LAMPIRAN.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Peralatan Tim (Alat Pukul).....	8
Gambar 2: Peralatan Tim (<i>Helmet</i>).....	9
Gambar 3: <i>Catcher Set</i>	9
Gambar 4: Bola	10
Gambar 5: <i>Glove</i>	10
Gambar 6: Sepatu.....	11
Gambar 7: Seragam.....	13
Gambar 8: Otot Yang Bekerja Saat Memukul.....	14
Gambar 9: Cara Memegang Alat Pukul... ..	18
Gambar 10 : Tipe <i>Long grip</i>	19
Gambar 11 : Tipe <i>Medium grip</i>	19
Gambar 12 : Tipe <i>Choke grip</i>	20
Gambar 13 : Posisi Tangan.....	21
Gambar 14 : <i>Stride (melangkah)</i>	24
Gambar 15: Urutan Gerakan Memukul.....	25
Gambar 16: Hasil Perkenaan Bola.....	26
Gambar 17: Memukul Menggunakan <i>Backswing</i>	29
Gambar 18 : Memukul Tanpa Menggunakan <i>Backswing</i>	31
Gambar 19 : <i>Pitching machine</i>	36
Gambar 20 : Lapangan <i>softball</i>	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Data Awal Hasil Teknik Memukul Menggunakan backswing	50
Lampiran 2 : Data Awal Hasil Teknik Memukul Tanpa Menggunakan backswing.....	51
Lampiran 3 : Petunjuk Pelaksanaan Tes.....	54
Lampiran 4 : Formulir Tes	55
Lampiran 5 : Foto Pelaksanaan Penelitian	56
Lampiran 6 : Surat Balasan dari Klub	63
Lampiran 7 : Surat Penelitian.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1: Data Awal Hasil Teknik Memukul Menggunakan <i>Backswing</i>	50
Tabel 2: Data Awal Hasil Teknik Memukul Tanpa Menggunakan <i>Backswing</i>	51
Tabel 3: Data Hasil Teknik Memukul Menggunakan <i>Backswing</i>	52
Tabel 4: Data Hasil Teknik Memukul Tanpa Menggunakan <i>Backswing</i> ...	53