

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORETIS DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	7
A. Deskripsi Teoretis	7
1. Menembak Running Target	7
2. Keterampilan Menembak Running Target	13
3. Kekuatan Otot Lengan	17
4. Kecepatan Reaksi	23
B. Penelitian yang Relevan	29
C. Kerangka Berpikir	30
D. Pengajuan Hipotesis	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Tujuan Operasional Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Metode Penelitian	38
D. Populasi dan Teknik Pengambilan	39
E. Instrumen Penelitian	39
F. Teknik Pengumpulan Data	41

G. Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Deskripsi Data.....	49
1. Kekuatan Otot.....	49
2. Kecepatan Reaksi.....	51
3. Keterampilan <i>Menembak Running Target</i>	52
B. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan.....	54
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	60
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA.....	61