

## **DAFTAR ISI**

	Halaman
<b>RINGKASAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>

## **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Perumusan Masalah .....	6
E. Kegunaan Penelitian .....	7

## **BAB II KERANGKA TEORI, KERANGKA BERPIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS**

A. Kerangka Teori	
1. Hakikat Kekuatan Otot Lengan .....	8
2. Hakikat Keseimbangan .....	12
3. Hakikat Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> .....	17
B. Kerangka Berpikir	
1. Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan Dengan Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> .....	19
2. Hubungan Antara Keseimbangan Dengan Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> .....	20
3. Hubungan Antara Kekuatan Otot Lengan dan Keseimbangan Terhadap Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> .....	21
C. Hipotesis Penelitian .....	23

## **BAB III METODELOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	24
B. Tempat dan Dan Waktu Penelitian .....	25
C. Metode Penelitian .....	25
D. Konstelasi Penelitian .....	26
E. Populasi Dan Sampel Penelitian .....	26
F. Instrumen Penelitian .....	27
G. Teknik Pengumpulan Data .....	29
H. Teknik Analisis Data .....	30
I. Hipotesis Penelitian .....	34

## **BAB IV HASIL PENELITIAN**

### A. Deskripsi Data

1. Data Variabel Kekuatan Otot Lengan ..... 36
2. Data Variabel Keseimbangan ..... 37
3. Data Variabel Keterampilan *Freefall* ..... 39

### B. Pengajuan Hipotesis

1. Hubungan Kekuatan Otot Lengan ( $x_1$ ) dengan Keterampilan *Free Fall Airbone* ..... 41
2. Hubungan Keseimbangan ( $x_2$ ) dengan Keterampilan *Free Fall Airbone* ..... 43
3. Hubungan Kekuatan Otot Lengan ( $x_1$ ) dan Keseimbangan ( $x_2$ ) Terhadap Keterampilan *Free Fall Airbone* ..... 44

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

- A. Kesimpulan ..... 46
- B. Saran ..... 47

**DAFTAR PUSTAKA ..... 48**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN ..... 50**

## **DAFTAR TABEL**

	<b>Halaman</b>
Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian .....	35
Tabel 2. Deskripsi Kekuatan Otot Lengan .....	36
Tabel 3. Distribusi Keseimbangan .....	38
Tabel 4. Distribusi keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> .....	40
Tabel 5. Uji Keberartian Koefisiensi Korelasi $X_1$ terhadap $Y$ .....	42
Tabel 6. Uji Keberartian Koefisiensi Korelasi $X_2$ terhadap $Y$ .....	43
Tabel 7. Uji Keberartian Koefisiensi Korelasi Ganda .....	44
Tabel 8. Daftar Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan ( $X_1$ ), Keseimbangan ( $X_2$ ) dan Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> ( $Y$ ) .....	48
Tabel 9. Distribusi Kekuatan Otot Lengan ( $X_1$ ) .....	50
Tabel 10. Distribusi Keseimbangan ( $X_2$ ) .....	51
Tabel 11. Distribusi Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> ( $Y$ ) .....	53
Tabel 12. Data Mentah Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan ( $X_2$ ), keseimbangan( $X_2$ ) dan Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> ( $Y$ ) .....	54
Tabel 13. Data Penelitian Yang Telah Diubah Menjadi $T_{skor}$ .....	60

## **DAFTAR LAMPIRAN**

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1. Daftar Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan ( $X_1$ ), Keseimbangan ( $X_2$ ) dan Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> .....	50
Lampiran 2. Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi.....	51
Lampiran 3. Data Mentah Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan ( $X_1$ ), Keseimbangan ( $X_2$ ) dan Keterampilan <i>Free Fall Airbone</i> ( $Y$ ).....	56
Lampiran 4. Perhitungan $T_{skor}$ .....	57
Lampiran 5. Menghitung Rata-rata dan Simpangan Baku $T_{skor}$ .....	63
Lampiran 6. Mencari Persamaan Regresi .....	68
Lampiran 7. Mencari Koefisiensi Korelasi dan Uji Keberartian Koefisiensi Korelasi.....	73
Lampiran 8. Petunjuk Pelaksanaan Pengukuran .....	80