

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Kegunaan Penelitian.....	8
<b>BAB II KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR, DAN PENGAJUAN HIPOTESIS</b>	
A. Kerangka Teoritis	
1. Hakikat Daya Ledak otot tungkai .....	9
2. Hakikat Keseimbangan .....	19
3. Hakikat Taekwondo .....	23
4. Hakikat <i>Momtong Dolyo Chagi</i> .....	24
B. Kerangka Berpikir .....	24
C. Pengajuan Hipotesis.....	26

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	27
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	27
C. Metode Penelitian .....	28
D. Populasi Dan Sampel.....	29
E. Teknik Pengumpulan Data .....	29
F. Instrumen Penelitian .....	30
G. Teknik Analisa Data.....	32

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Deskripsi Data	
1. Data Daya Ledak Otot	
Tungkai.....	40
2. Data Keseimbangan.....	41
3. Data Teknik <i>Momtong Dolyo Chagi</i> .....	43
B. Pengujian Hipotesis.....	45
C. Pembahasan.....	49

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	51

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>52</b>
----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>
-------------------------------	-----------