

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Penelitian .....	5
C. Perumusan masalah .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II. KAJIAN TEORETIK</b>	
A. Konsep Penelitian Tindakan .....	7
B. Konsep Model Tindakan.....	19
C. Penelitian Yang Relevan .....	21
D. Kerangka Teoretik .....	22
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Tujuan Penelitian .....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	23
C. Metode Penelitian .....	23
D. Prosedur Penelitian Tindakan .....	25
E. Kriteria Keberhasilan Tindakan .....	44
F. Sumber Data .....	49
G. Teknik Pengumpulan Data .....	49

H. Teknik Analisis Data.....	51
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	53
a) Deskripsi Awal .....	53
b) Pelaksanaan Siklus I .....	56
c) Analisis dan Refleksi I .....	63
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	64
1. Hasil Penelitian Siklus I .....	64
2. Pengamatan Kolaborator .....	67
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	69
B. Saran .....	70
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>71</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Teknik pukulan <i>くだん つuki</i> .....	11
Gambar 2. Teknik kuda-kuda <i>ぜんくつすだち</i> .....	12
Gambar 3. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> .....	17
Gambar 4. Pola siklus perencanaan tindakan.....	25
Gambar 5 Media karet elastis.....	28
Gambar 6. Teknik dasar pukulan <i>くだん つuki</i> .....	29
Gambar 7. Teknik pukulan <i>くだんつuki melangkah maju</i> .....	30
Gambar 8. Teknik pukulan <i>くだん つuki</i> dan karet elastis.....	31
Gambar 9. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> dengan karet .....	32
Gambar 10. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> dari <i>stand kumite</i> .....	33
Gambar 11. Teknik pukulan <i>くだん つuki</i> .....	35
Gambar 12. Teknik pukulan <i>くだん つuki</i> .....	37
Gambar 13. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> dengan karet .....	39
Gambar 14. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> .....	41
Gambar 15. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> tanpa karet.....	43
Gambar 16. Diagram tes awal.....	55
Gambar 17. Teknik pukulan <i>くだん つuki</i> .....	57
Gambar 18. Teknik pukulan <i>くだん つuki</i> dan karet elastis .....	59
Gambar 19. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> dengan karet .....	61
Gambar 20. Teknik pukulan <i>ぎやくつずき</i> dari <i>stand kumite</i> .....	62
Gambar 21. Diagram tes akhir .....	66
Gambar 22. Diagram perkembangan siswa.....	68

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Tes Awal.....	54
Tabel 2. Hasil Tes Akhir.....	65
Tabel 3. Hasil Tingkat Kemajuan .....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Program Pelaksanaan Latihan.....	72
Lampiran 2. Instrumen Pukulan <i>Gyakutsuki</i> .....	80
Lampiran 3. Hasil Tes Awal.....	86
Lampiran 4. Hasil Tes Akhir .....	87
Lampiran 5. Hasil Tingkat Kemajuan.....	88
Lampiran 6. Foto Penelitian .....	89