

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I</b>	
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Fokus Penelitian .....	5
C. Perumusan Masalah.....	5
D. Kegunaan Hasil Penelitian.....	5
<b>BAB II</b>	
<b>KAJIAN TEORITIK .....</b>	<b>7</b>
A. Konsep Model .....	7
B. Konsep Model yang Dikembangkan.....	15
C. Kerangka Teoritik .....	17
1. Hakikat Model Belajar .....	17
2. Hakikat Beladiri Shorinji Kempo .....	19
3. Hakikat Tendangan Mawashi Geri.....	26
4. Hakikat Koordinasi Gerak .....	29
5. Hakikat Siswa SMP.....	31
D. Rancangan Model .....	32

### **BAB III**

<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
A. Tujuan Penelitian .....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan .....	37
D. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	37
E. Langkah-langkah Pengembangan Model .....	40

### **BAB IV**

<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>62</b>
A. Hasil Model .....	62
B. Kelayakan Model.....	86
C. Efektivitas Model.....	89
D. Pembahasan.....	92

### **BAB V**

<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>93</b>
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	93
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>95</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>122</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kelompok Model Belajar.....	17
Tabel 3.1 Kelompok Model Belajar.....	42
Tabel 3.2 Nama Para Ahli dalam Uji Justifikasi.....	60
Tabel 3.3 Kriteria Presentasi Kemenarikan dan Kemudahan .....	60
Tabel 4.1 Rangkuman Hasil Evaluasi Ahli.....	87
Tabel 4.2 Hasil Analisis Data Uji Coba Kelompok Kecil .....	90
Tabel 4.3 Hasil Analisis Data Uji Coba Kelompok Besar .....	91



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model ADDIE .....	11
Gambar 2.2 Posisi Kame Hidari.....	27
Gambar 2.3 Kaki diangkat Setinggi Pinggang.....	28
Gambar 2.4 Posisi Tendangan Mawashi Geri.....	28
Gambar 2.5 Posisi Menendang, dan Badan Condong Kebelakang.....	29
Gambar 2.6 Konsep Model Belajar Tendangan Mawashi Geri .....	35
Gambar 4. 1 Model <i>Straight Step Mawashi</i> .....	64
Gambar 4. 2 Model <i>Side Step Mawashi</i> .....	65
Gambar 4. 3 Model <i>Zigzag Step Mawashi</i> .....	66
Gambar 4. 4 Model <i>V Step Mawashi</i> .....	67
Gambar 4. 5 Model <i>Triangular Step Mawashi</i> .....	68
Gambar 4. 6 Model <i>Quadrilateral Step Mawashi</i> .....	69
Gambar 4. 7 Model <i>S Step Mawashi</i> .....	70
Gambar 4. 8 Model <i>Squat Mawashi</i> .....	71
Gambar 4.9 Model <i>Lunges Mawashi</i> .....	72
Gambar 4.10 Model <i>Bulgarian Split Squat Mawashi</i> .....	74
Gambar 4.11 Model <i>Single Leg Romanian Deadlift Mawashi</i> .....	75
Gambar 4.12 Model <i>Side Lunges Mawashi</i> .....	76
Gambar 4.13 Model <i>Dynamic Plank Rotation Mawashi</i> .....	77
Gambar 4.14 Model <i>Russian Twist Mawashi</i> .....	78
Gambar 4.15 Model <i>Ladder Mawashi 1 (High Knee Run)</i> .....	80
Gambar 4.16 Model <i>Ladder Mawashi 2 (Two Feet Lateral Run)</i> .....	81
Gambar 4.17 Model <i>Ladder Mawashi 3 (Ladder Taps)</i> .....	82
Gambar 4.18 Model <i>Ladder Mawashi 4 (In &amp; Out)</i> .....	83
Gambar 4.19 Model <i>Ladder Mawashi 5 (Side Hops)</i> .....	84
Gambar 4.20 Model <i>Ladder Mawashi 6 (Skiers)</i> .....	85

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	.....	97
Lampiran 2	.....	100
Lampiran 3	.....	102
Lampiran 4	.....	104
Lampiran 5	.....	106
Lampiran 6	.....	108
Lampiran 7	.....	117

