

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Batasan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	7
G. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Pendidikan Jasmani	9
B. Komponen Kebugaran Jasmani	10
C. Atletik.....	17
D. Penelitian Yang Relevan.....	24
E.Kerangka Pikir	25
F. Perumusan Hipotesis	26
BAB III. METODE PENELITIAN	28
A. Metode Penelitian	28
B. Variabel Penelitian.....	29
C. Devinisi Operasional Variabel.....	29
D. Populasi dan Sampel.....	31
E. Instrumen Penelitian.....	32
F. Teknik Analisis Data	35
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
A. Hasil Penelitian.....	43
1. Deskripsi Data Hubungan Kekuatan Tungkai, Panjang Tungkai, Kekuatan Otot Perut, dan Kecepatan Terhadap Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok.....	43
2. Analisis Melalui Korelasi Product Moment	45
3. Uji Hipotesis.....	47
B. Pembahasan.....	54
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN..... .	57

A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN-LAMPIRAN	61