

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR GRAFIK	vii
DAFTAR TABEL	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Hakekat Aktivitas Anak	5
B. Peranan Aktivitas Olahraga Pada Anak	6
C. Karakteristik Anak Sekolah Dasar	8
D. Latihan <i>Forward Squat Jumps</i> Dengan Terhadap Peningkatan <i>Power</i> Tungkai	11
E. Latihan <i>Short Run-up Triple Jump</i> Dengan Terhadap Peningkatan <i>Power</i> Tungkai	13
F. Penelitian yang Relevan	14
G. Anggapan Dasar	16
H. Hipotesis	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	19
B. Desain Penelitian	19
C. Lokasi dan Subjek Penelitian	21
D. Instrumen Penelitian	22
E. Pelaksanaan Penelitian	23
F. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengolahan	34
1. Deskripsi Data	34
2. Hasil Uji Normalitas	35
3. Hasil Uji Homogenitas	39

4. Uji Hipotesis	40
5. <i>Independent Sample T-Test</i>	42
B. Pembahasan Hasil Penelitian	44
C. Diskusi Penemuan	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	47
B. Saran-Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN-LAMPIRAN	51