

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>ABSTACT</b> .....	ii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	v
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Definisi Operasional.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Kegunaan Penelitian.....	5
<b>BAB2I TINJAUAN TEORITIS</b> .....	7
2.1 Kajian Pustaka.....	7
2.1.1 Hakikat Kemampuan Motorik.....	7
2.1.2 Unsur-unsur Kemampuan Motorik.....	9
2.1.3 Konsep Gerak Tubuh Manusia.....	11
2.1.4 Hakikat Ekstrakurikuler.....	13
2.1.4.1 Pengertian Ekstrakurikuler.....	13
2.1.4.2 Pengembangan Keterampilan Gerak Melalui Ekstrakurikuler.....	15
2.2 Hasil Penelitian Yang Relvan .....	17
2.3 Kerangka Konseptual .....	18
2.4 Hipotesis.....	19
<b>BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN</b> .....	20
3.1 Metode Penelitian .....	20
3.2 Variabel Penelitian .....	20

3.3 Desain Penelitian .....	20
3.4 Populasi dan Sampel.....	21
3.4.1 Populasi .....	21
3.4.2 Sampel .....	21
3.5 Teknik Pengumpulan Data .....	21
3.6 Instrume Penelitian .....	22
3.7 Teknik Analisis Data .....	25
3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	28
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian .....	29
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	30
4.2 Pembahasan.....	31
<b>BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>34</b>
5.1 Simpulan.....	34
5.2 Saran-saran.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>35</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>36</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Item Baterai Barrow Motor Ability Test (Harold M Barow, 1971, hlm.159).....	23

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Standing Board Jump T-Score .....	26
3.2 Zig-Zag Run T-Score .....	26
3.3 Medicine Ball Putt T-Score .....	27
3.4 Klasifikasi Kemampuan Motorik .....	27
4.1 Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku .....	30
4.2 Hasil Uji Homogenitas Sampel.....	30
4.3 Hasil Uji signifikansi Peningkatan Keterampilan Gerak Motorik.....	31