

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
NASKAH SOAL TUGAS AKHIR	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI.....	1
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR NOTASI DAN SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Asumsi dan Batasan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
BAB III LANDASAN TEORI.....	12
3.1 Taekwondo.....	12
3.2 Latihan	13
3.2.1 Latihan Teknik	13
3.2.2 Latihan Fisik	14
3.3 Kemampuan Kognitif.....	15
3.3.1 Selective Attention	15
3.3.2 Working Memory.....	17

3.4 Stroop Color-Word Test.....	18
3.5 Automated Operation Span Task	19
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	20
3.6.1 Uji Validitas Instrumen	20
3.6.2 Uji Reliabilitas Instrumen	20
3.7 Analisis MANOVA.....	21
3.7.1 Pengertian MANOVA.....	21
3.7.2 Syarat Uji MANOVA	21
3.7.3 Pengujian MANOVA.....	23
BAB IV METODE PENELITIAN	24
4.1 Subjek Penelitian.....	24
4.2 Variabel Penelitian	24
4.3 Instrumen yang Digunakan	24
4.4 Tahapan Penelitian	28
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	34
5.1 Hasil <i>Pilot Study</i>	34
5.2 Uji Validitas dan Reliabilitas	34
5.2.1 Uji Validitas Instrumen	34
5.2.2 Uji Reliabilitas Instrumen	35
5.3 Profil Responden.....	35
5.4 Uji Kecukupan Data.....	38
5.5 Jenis Latihan	39
5.6 <i>Selective Attention</i>	39
5.7 <i>Working Memory</i>	41
5.8 Uji MANOVA.....	43
5.8.1 Uji Prasyarat.....	43
5.8.2 Uji MANOVA Perbedaan Jenis Latihan terhadap <i>Selective</i> <i>Attention dan Working Memory</i>	44
5.8.3 Uji ANOVA Univariat	45
5.8.4 Uji <i>Independent T-test</i>	46
5.9 Pembahasan.....	46

5.9.1 Hubungan antara Jenis Latihan terhadap <i>Selective Attention</i> ..	46
5.9.2 Hubungan antara Jenis Latihan terhadap <i>Working Memory</i>	48
5.9.3 Hubungan antara Jenis Latihan terhadap <i>Selective Attention</i> dan <i>Working Memory</i>	49
5.9.4 Implikasi Penelitian	52
BAB VI PENUTUP	53
6.1 Kesimpulan	53
6.2 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	61