

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Pernyataan	iii
Kata Pengantar	iv
Daftar Isi	viii
Daftar Gambar	x
Daftar Lampiran	xi
Abtrak	xii
Abstract	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Keaslian Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Pustaka	8
1. Pertumbuhan Remaja	10
2. Panjang Tungkai	13
3. Berat Badan	14
4. Karakteristik Atlet	15
5. SMA Berasrama	19
6. Lari Jarak Pendek (sprint) 100 meter	20
B. Landasan Teori	27
C. Kerangka Teori	29
D. Kerangka Konsep	30
E. Hipotesis	30
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	31
B. Populasi dan Subjek Penelitian	31
C. Alat dan Bahan	32
D. Prosedur Pelaksanaan	33
E. Variabel Penelitian	34
F. Analisis Hasil Penelitian	35
 Bab IV ANALISIS HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Analisis Hasil	37
1. Karakteristik Umum Subjek	37
2. Analisis Perbedaan Usia dan Jenis Kelamin dengan Berat Badan, Panjang Tungkai dan Waktu Tempuh Lari	38
3. Analisis Korelasi	39

a. Korelasi Panjang Tungkai dan Berat Badan terhadap Waktu Tempuh Lari pada Siswa Laki-laki	40
b. Korelasi Panjang Tungkai dan Berat Badan terhadap Waktu Tempuh Lari pada Siswa Perempuan	43
B. Pembahasan.....	45
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	58
B. Saran	59
 Daftar Pustaka	60
Lampiran	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Posisi Bersedia.....	23
Gambar 2. Posisi Siap.....	24
Gambar 3. Rangkaian gerak start jongkok dilihat dari samping.....	25
Gambar 4. Rangkaian gerakan lari sprint.....	26
Gambar 5. Korelasi antara Panjang Tungkai dengan Waktu Tempuh Lari Siswa Laki-laki usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang	42
Gambar 6. Korelasi antara Berat Badan dengan Waktu Tempuh Lari Siswa Laki-laki usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang	42
Gambar 7. Korelasi antara Panjang Tungkai dengan Waktu Tempuh Lari Siswa Perempuan usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang	44
Gambar 8. Korelasi antara Berat Badan dengan Waktu Tempuh Lari Siswa Perempuan usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang	44
Gambar 9. Grafik rerata berat badan anak laki-laki dan perempuan usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang.....	45
Gambar 10. Grafik rerata panjang tungkai anak laki-laki dan perempuan usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang.....	45
Gambar 11. Grafik rerata Waktu Tempuh lari anak laki-laki dan perempuan usia 15-17 tahun SMA Taruna Nusantara Magelang.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Ethical Clearance	60
Lampiran 2. Lembar Persetujuan	61
Lampiran 3. Lembar Penjelasan Kepada Calon Subjek ..	62
Lampiran 4. Blanko Data Antropometri	64