

DAFTAR ISI

Halaman Judul Dalam 1	i
Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Plagiat	ii
Halaman Judul Dalam 2	iii
Halaman Persembahan	iv
Halaman Persetujuan Pembimbing	vi
Halaman Pengesahan Panitia Penguji	vii
Abstrak	viii
<i>Abstract</i>	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi	xi
Daftar Gambar	xiii
Daftar Tabel	xiv
Daftar Grafik	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	11
1.3. Tujuan Penelitian	11
1.4. Manfaat Penelitian	11
1.4.1. Manfaat Akademis	11
1.4.2. Manfaat Praktis	12
1.5. Kerangka Konseptual	12
1.5.1. Olahraga Panjat Dinding	12
1.5.2. Teknik Pengukuran Tubuh	26
1.6. Hipotesis Penelitian	32
1.7. Metode Penelitian	33
1.7.1. Tipe Penelitian	33
1.7.2. Lokasi Penelitian	33
1.7.3. Populasi dan Sampel Penelitian	33
1.7.4. Teknik Pengumpulan Data	34

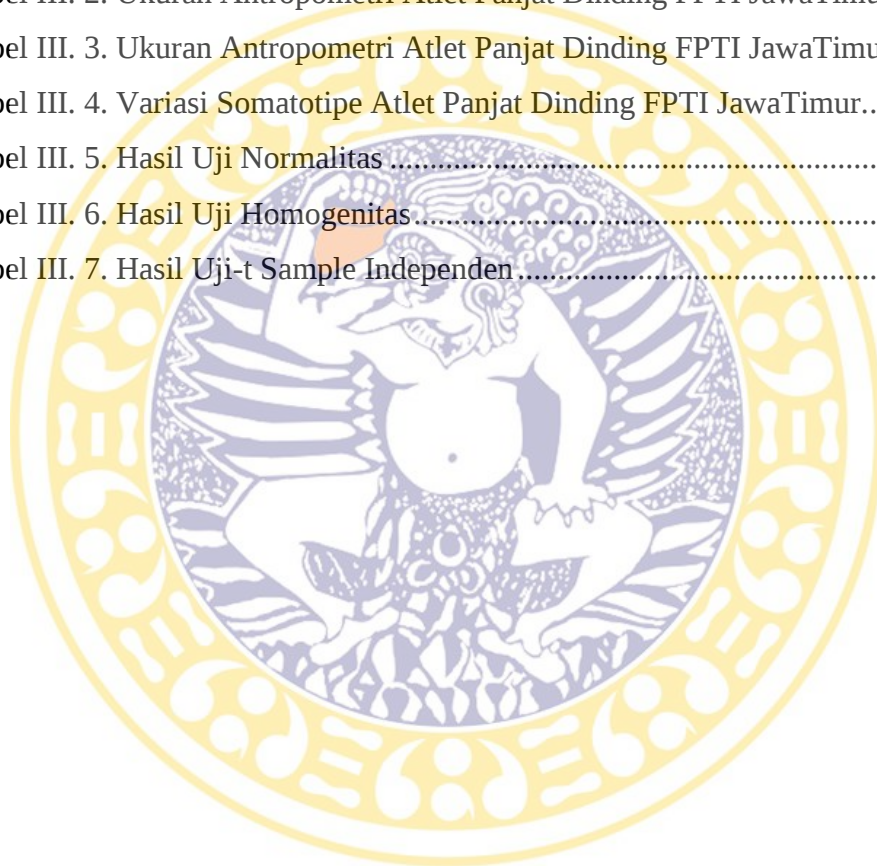
1.7.5. Instrumen Penelitian.....	41
1.7.6. Teknik Analisis Data	41
BAB II GAMBARAN UMUM KAJIAN PENEITIAN	43
2.1. Sejarah Federasi Panjat Tebing Indonesia	43
2.2. Sarana dan Prasarana FPTI Jawa Timur	46
2.3. Profil Atlet FPTI Jawa Timur.....	49
2.4. Gamabaran Program Latihan Atlet FPTI Jawa Timur	60
BAB III HASI DAN PEMBAHASAN	61
3.1. Data Pengukuran Tubuh.....	61
3.1.1. Ukuran Antropometri	62
3.1.2. Somatotipe.....	64
3.2. Analisis Data	66
3.2.1. Uji Normalitas	66
3.2.2. Uji Homogenitas.....	67
3.2.3. Uji-T Sampel Independen (<i>Independent Sample T-test</i>)	68
BAB IV PENUTUP.....	70
4.1. Simpulan.....	70
4.2. Saran	70
Daftar Pustaka	71
Lampiran	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar I. 1. Foto Perbandingan Pemanjat <i>Speed</i> dan <i>Lead</i> oleh Reza Alipour...	10
Gambar I. 2. Pemanjatan kategori <i>Boulder</i> (kiri), kategori <i>Lead</i> (tengah) dan kategori <i>Speed</i> (kanan).....	14
Gambar I. 3. Otot Utama yang Digunakan saat Olahraga Panjat Dinding,	16
Gambar I. 4. Otot Agonis dari Otot Fleksor Jari.....	19
Gambar I. 5. Otot Antagonis dari Otot Fleksor Jari.....	19
Gambar I. 6. Otot Lengan pada Olahraga Panjat Dinding	20
Gambar I. 7. Contoh Rock Over pada Pemanjatan Kategori <i>Boulder</i>	22
Gambar I. 8. Otot Pinggul dan Kaki pada Olahraga Panjat Dinding	23
Gambar I. 9. Otot <i>Latissimus</i> dan Otot <i>Trapezius</i> pada Olahraga Panjat Dinding	25
Gambar I. 10. Somatotype Sheldon	29
Gambar I. 11. Somatochart oleh Heath & Carter.....	30
Gambar I. 12. Contoh Pengisian <i>Somatotype Rating Form</i>	39
Gambar I. 13. Rumus <i>Endomorphy</i> , <i>Mesomorphy</i> , dan <i>Ectomorphy</i>	39
Gambar I. 14 Rumus X dan Y Somatochart	40
Gambar I. 15. <i>Somatochart</i> oleh Heath & Carter menunjukkan area	40
Gambar II. 1. Logo Federasi Panjat Tebing Indonesia (FPTI)	43
Gambar II. 2. Dinding Panjat Boulder FPTI Jawa Timur.....	47
Gambar II. 3. Dinding Panjat Speed (kiri) dan Lead (tengah dan kanan).....	48
Gambar II. 4. Tim Atlet FPTI Jawa Timur	49
Gambar III. 1. Somatotype Atlet Panjat Dinding FPTI Jawa Timur.	66

DAFTAR TABEL

Tabel I. 1. Peringkat Nasional 2019 Kategori Boulder Putra dan Putri.....	4
Tabel I. 2. Peringkat Nasional 2019 Kategori Lead Putra dan Putri.....	5
Tabel II. 1. Daftar Atlet FPTI Jawa Timur	50
Tabel II. 2. Daftar Prestasi Atlet FPTI Jawa Timur	52
Tabel III. 1. Jumlah Atlet Berdasarkan Pengelompokan Jenis Pertandingan	61
Tabel III. 2. Ukuran Antropometri Atlet Panjat Dinding FPTI JawaTimur Putra	62
Tabel III. 3. Ukuran Antropometri Atlet Panjat Dinding FPTI JawaTimur Putri.	63
Tabel III. 4. Variasi Somatotype Atlet Panjat Dinding FPTI JawaTimur.....	65
Tabel III. 5. Hasil Uji Normalitas	67
Tabel III. 6. Hasil Uji Homogenitas.....	68
Tabel III. 7. Hasil Uji-t Sample Independen.....	69



DAFTAR GRAFIK

Grafik III. 1. Antropometri Atlet Panjat Dinding FPTI Jawa Timur	64
--	----

