

## DAFTAR ISI

	<b>Hal</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR BAGAN.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR DIAGRAM .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1.Latar Belakang Masalah .....	1
1.2.Fokus Penelitian .....	11
1.3.Rumusan Masalah .....	11
1.4.Tujuan Penelitian .....	11
1.5.Manfaat Penelitian .....	12
<b>BAB II : KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>13</b>
2.1. Penelitian Pengembangan .....	13
2.1.1. Hakekat Olahraga Basket .....	15
2.1.2. Hakikat Teknik <i>Lay Up</i> .....	22
2.1.3. Hakikat Ekstrakurukuler.....	28
2.1.4. Hakikat Latihan .....	29
2.1.5. Draf Produk Variasi Latihan <i>Lay Up</i> .....	39
2.2. Penelitian Relevan .....	72
2.3. Kerangka Berfikir .....	74
<b>BAB III : METODE PENELITIAN.....</b>	<b>77</b>
3.1.Metode Pengembangan .....	78
3.2.Waktu dan Tempat Penelitian .....	78
3.3.Subjek dan Objek Penelitian .....	78
3.4.Langkah Penelitian Pengembangan .....	79
3.5.Teknik Pengumpulan Data.....	83

3.6.Instrumen Penelitian .....	86
3.7.Teknik Analisis Data .....	89
<b>BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>94</b>
4.1.Deskripsi Hasil Penelitian .....	94
4.1.1. <i>Research And Information Collecting</i> .....	94
4.1.2. <i>Planning</i> .....	96
4.1.3. <i>Develop preliminary form of product</i> .....	98
4.1.4. <i>Preliminary field testing</i> .....	108
4.1.5. <i>Main product revision</i> .....	111
4.1.6. <i>Main field testing</i> .....	112
4.1.7. <i>Operational product revision</i> .....	117
4.1.8. <i>Final product revision</i> .....	118
4.2.Pembahasan Hasil .....	130
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>135</b>
5.1.Kesimpulan .....	135
5.2.Implikasi Produk .....	135
5.3.Saran.....	136
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>137</b>



## DAFTAR TABEL

	<b>Hal</b>
Tabel 1.1 Data Observasi Awal Keberhasilan <i>Lay up Shoot</i> .....	3
Tabel 1.2 Hasil Riset Melalui Vidio Youtube.....	5
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Analisi Kebutuhan.....	85
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Ahli Olahraga Basket .....	86
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen Penilaian Pelatih.....	86
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Penilaian Ahli Media Buku .....	87
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Angket Tanggapan Subjek .....	87
Tabel 3.6 Pedoman <i>Skala Likert</i> .....	91
Tabel 3.7 Katagori Pencapaian dan Kualita Kelayakan.....	92
Tabel 3.8 Katagori Penilaian Skala Guttman .....	93
Tabel 4.1 Persentase Skor Penilaian Desain Variasi <i>Lay up</i> .....	105
Tabel 4.2 Penilaian Ahli Media Pada Buku Desain Buku .....	105
Tabel 4.3 Saran dan Evaluasi Ahli Pada Buku Paduan Variasi <i>Lay up</i> .....	107
Tabel 4.4 Validasi Pelatih Pada Buku Panduan .....	109
Tabel 4.5 Tanggapan Subjek Uji Coba Produk Awal .....	110
Tabel 4.6 Saran dan Evaluasi Uji Coba Produk Awal .....	112
Tabel 4.7 Validasi Pelatih pada buku panduan .....	113
Tabel 4.8 Tanggapan Subjek Uji Coba Produk Utama .....	115
Tabel 4.9 Tes Lay up Bola Basket(Efektivitas) .....	116
Tabel 4.10. Saran dan Evaluasi Uji Coba Produk Utama .....	118
Tabel 4.11 Persentase Skor Penilaian Buku panduan variasi <i>Lay up</i> .....	126
Tabel 4.12 Penilaian Ahli Median Pada Buku panduan .....	127
Tabel 4.13 Saran/Evaluasi Ahli Pada Buku Panduan Variasi Latihan <i>Lay up</i> .....	129

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Hal</b>
Gambar 2.1 <i>Lay up Shoot</i> .....	17
Gambar 2.2 <i>One Hand Set Shoot</i> .....	18
Gambar 2.3 <i>Jump Shoot</i> .....	18
Gambar 2.4 <i>Free Throw</i> .....	19
Gambar 2.5 <i>Hook Shoot</i> .....	20
Gambar 2.6 Gerakan fase persiapan.....	24
Gambar 2.7 Gerakan Fase Pelaksanaan <i>Lay up</i> .....	25
Gambar 2.8 Gerakan <i>Lay up</i> .....	26
Gambar 2.9. Skema System Tangga .....	30
Gambar 2.10. Norma Pembebanan Latihan .....	32
Gambar 2.11. Desain Cover Buku .....	33
Gambar 2.12 Desain Cover II .....	41
Gambar 2.13 Ilustrasi Bola Basket Dalam kalangan Masyarakat.....	42
Gambar 2.14 Ilustrasi Bola Basket Nasional Indonesia.....	44
Gambar 2.15 Ilustrasi Pemain Basket Nasional.....	45
Gambar 2.16 <i>Lay up One an 1</i> .....	45
Gambar 2.17 <i>Lay up One an 2</i> .....	47
Gambar 2.18 <i>Lay up One an 3</i> .....	48
Gambar 2.19 <i>Lay up One an 4</i> .....	50
Gambar 2.20 <i>Lay up One an 5</i> .....	52
Gambar 2.21 <i>Lay up One an 6</i> .....	53
Gambar 2.22 <i>Lay up One an 7</i> .....	54
Gambar 2.23 <i>Lay up One an 8</i> .....	55
Gambar 2.24 <i>Lay up One an 9</i> .....	57
Gambar 2.25 <i>Lay up One an 10</i> .....	58
Gambar 2.26 <i>Lay up One an 11</i> .....	59
Gambar 2.27 <i>Lay up One an 12</i> .....	60
Gambar 2.28 <i>Lay up One an 13</i> .....	61
Gambar 2.29 <i>Lay up One an 14</i> .....	63
Gambar 2.30 <i>Lay up One an 15</i> .....	64

Gambar 2.31 <i>Lay up One an 16</i> .....	65
Gambar 2.32 <i>Lay up One an 17</i> .....	68
Gambar 2.33 <i>Lay up One an 18</i> .....	69
Gambar 2.34 <i>Lay up One an 19</i> .....	69
Gambar 2.35 <i>Lay up One an 20</i> .....	99
Gambar 3.1 Langkah <i>Research and Development (R&amp;D)</i> .....	100
Gambar 4.1. Desain Cover Buku Variasi Latihan <i>lay up</i> .....	101
Gambar 4.2 Desain Cover II Pada buku Variasi latihan <i>Lay up</i> .....	102
Gambar 4.3. Ilustrasi Bola Basket Dalam kalangan Masyarakat.....	102
Gambar 4.4 Ilustrasi Bola Basket Nasional Indonesia.....	118
Gambar 4.5 Ilustrasi Pemain Basket Nasional.....	119
Gambar 4.6 Cover Buku Pnaduan Variasi latihan <i>lay up</i> final.....	121
Gambar 4.7 Desain Cover II Produk Buku panduan Final .....	122
Gambar 4.8 Kata Pengantar Buku panduan .....	122
Gambar 4.9 Penilaian Ahli Olahraga Bola Basket.....	122
Gambar 4.10 Penilaian Ahli Media Pada Buku .....	122

THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY

## DAFTAR BAGAN

	<b>Hal</b>
Bagan 2.1. Faktor-Faktor Yang mempengaruhi Kualitas latihan .....	30
Bagan 2.2. Piramida Faktor-faktor Latihan.....	32



## DAFTAR DIAGRAM

	<b>Hal</b>
Diagram 4.1 Penilaian Ahli Olahraga Basket .....	105
Diagram 4.2 Penilaian Ahli Media Pada Buku .....	106
Diagram 4.3 Penilaian Ahli Pelatih Bola Basket .....	109
Diagram 4.4 Tanggapan Subjek Uji coba Produk Awal .....	111
Diagram 4.5 Penilaian Pelatih Bola basket .....	119
Diagram 4.6 Tanggapan Subjek Uji Coba Produk Utama .....	119



## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Hal</b>
Lampiran 1 Penilaian Ahli Olahraga Tahap I .....	140
Lampiran 2 Penilaian Ahli Media Tahap I.....	141
Lampiran 3 Penilaian Pelatih Sebagai Subjek Pegguna Tahap I .....	142
Lampiran 4 Uji Coba Subjek Atlet SSB Quarta Tahap I .....	145
Lampiran 5 Penilaian Pelatih Tahap II.....	146
Lampiran 6 Tanggapan Uji Coba Tahap II .....	148
Lampiran 7 Penilaian Ahli Olahraga Final .....	150
Lampiran 8 Penilaian Ahli Media Final.....	151
Lampiran 9 Angket Penilaian.....	153

