

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1.Latar Belakang Masalah	1
1.2.Indentifikasi Masalah	5
1.3. Pembatas Masalah	6
1.4.Rumusan Masalah	6
1.5.Tujuan Penelitian	6
1.6.Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
2.1 Kajian Teoritis	9
2.1.1 Hakikat Bola Voli	9
2.1.2 Hakikat <i>Smash</i>	12
2.1.3 Hakikat Latihan	16
2.1.3.1 Pengertian Latihan	16
2.1.3.2 Tujuan Latihan	18

2.1.3.3 Prinsip Latihan.....	21
2.1.4 Hakikat Variasi Latihan <i>Open Spike</i>	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	56
3.1 Model Pengembangan.....	56
3.2 Lokasi Penelitian.....	56
3.3 Sasaran Peneltian	57
3.4 Pendekatan dan Metode Penelitian	57
3.5 Prosedur Penelitian.....	57
3.6 Validasi, Evaluasi, dan Revisi Produk	59
3.7 Implementasi Model.....	61
3.8 Teknik Analisis Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	64
4.1 Hasil Pengembangan Model	64
4.2 Pembahasan.....	98
BAB V KESIMPULAN.....	105
5. 1 Kesimpulan	105
5. 2 Saran.....	105
DAFTAR PUSTAKA	106
LAMPIRAN.....	108

