

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I : PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	4
1.3. Pembatasan Masalah .....	4
1.4. Rumusan Masalah .....	4
1.5. Tujuan Penelitian .....	4
1.6. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II : KAJIAN TEORITIS</b> .....	<b>6</b>
2.1. Kerangka Teori .....	6
2.1.1. Hakekat Bola Voli.....	6
2.1.2. Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai .....	23
2.1.3. Hakekat <i>Power</i> otot lengan .....	28
2.1.4. Hakekat Kelentukan Otot Punggung.....	30
2.2. Penelitian yang Relevan .....	33
2.3. Kerangka Berpikir .....	34
2.4. Hipotesis .....	35

<b>BAB III : METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>37</b>
3.1. Jenis Penelitian .....	37
3.2. Populasi Dan Sampel.....	37
3.3. Variabel Penelitian .....	39
3.4. Setting penelitian .....	39
3.5. Rancangan dan Prosedure Penelitian.....	41
3.6. Teknik Pengumpulan Data .....	43
3.7. Instrumen Penelitian.....	44
3.8. Teknik Analisis Data .....	45
<b>BAB IV : PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
4.1. Deskripsi Data Penelitian .....	46
4.2. Pengujian Persyaratan Analisis Data .....	47
4.3. Hasil Uji Hipotesis.....	48
4.4. Pembahasan .....	52
<b>BAB IV : KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>55</b>
5.1. Kesimpulan .....	55
5.2. Saran .....	55
<b>DAFTA PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>58</b>

