

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Rumusan Masalah	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	4
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
2.1 Landasan Teori	6
2.1.1 Hakikat Permainan Bola Voly	6
2.1.2 Hakikat Kemampuan Bermain Bola Voly	7
2.1.3 Hakikat Teknik Dasar Bola Voly.....	7
2.1.4 Hakikat <i>Smash</i> Bola Voly.....	8
2.1.5 Hakikat Latihan.....	10
2.1.6 Latihan Fisik Pemain Bola Voly.....	11
2.2 Konsep Pengembanga	13
2.3 Kerangka Berfikir.....	14
2.4 Bentuk Latihan Fisik Kombinasi <i>Smash</i>	15
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....	19
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	19
3.2 Sasaran Penelitian.....	19
3.3 Karakteristik Sasaran Penelitian.....	19

3.4 Pengguna Produk.....	19
3.5 Pendekatan dan Metode Peneliti.....	20
3.6 Implementasi Model.....	20
3.7 Langkah-Langkah Pengembangan Model.....	22
3.8 Penilaian Produk.....	28
3.9 Instrumen Penilaian.....	29
3.10 Teknik Analisis Data.....	30
BAB IV PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN.....	32
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	32
4.2 Bentuk Latihan Fisik Kombinasi Smash.....	35
4.3 Desain Buku Variasi Latihan.....	52
4.4 Validasi Desain.....	52
4.5 Revisi Desain.....	56
4.6 Pembahasan.....	74
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
5.1 Kesimpulan.....	77
5.2 Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	80

