

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	i
PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	8
1.3 Pembatasan Masalah	9
1.4 Rumusan Masalah	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Kegunaan Hasil Penelitian	10
1.6.1 Secara Teoritis:	10
1.6.2 Secara Praktis:.....	10
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	12
2.1 Deskripsi Konseptual	12
2.1.1 Kebugaran Jasmani	12
2.1.2 Komponen Kebugaran Jasmani	22
2.1.3 Ekstrakurikuler.....	27
2.1.4 Ekstrakurikuler Bola Voli	32
2.1.5 Hubungan Kegiatan Ekstrakurikuler dengan Kebugaran Jasmani	34
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan	36
2.3. Kerangka Berpikir	38

2.4. Hipotesis Penelitian	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	42
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	42
3.1.1 Tempat Penelitian	42
3.1.2 Waktu Penelitian.....	42
3.2 Populasi dan Sampel	42
3.2.1 Populasi.....	42
3.2.2 Sampel	42
3.3 Metode Penelitian.....	44
3.4 Desain Penelitian.....	45
3.6 Teknik Pengumpulan Data	51
3.7 Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
4.1 Deskripsi Data Penelitian	54
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis	55
4.2.1 Uji Normalitas	55
4.2.2 Uji Homogenitas.....	56
4.3 Pengujian Hipotesis.....	58
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	69