

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Batasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Masalah	9
1.6 Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	11
2.1 Kajian Teoritis	11
2.1.1 Hakikat Bola Basket.....	11
2.1.2 Hakikat Teknik Dasar Bola Basket	14
2.1.3 Teknik Menembak Bola Basket	18
2.1.4 <i>Free Throw</i>	23
2.1.5 Hakikat Program latihan	25
2.1.6 Hakikat Latihan <i>Chair Shoot</i>	31
2.1.7 Hakikat Latihan <i>One Hand Set Shoot</i>	33
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan	34
2.3 Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	38

3.2 Populasi dan Sampel.....	38
3.3 Desain Penelitian	39
3.4 Instrumen Penelitian	41
3.4.1 Tes <i>Shooting Free Throw</i> Bola Basket	41
3.5 Teknik analisis data	42
3.5.1 Analisis Deskriptif	43
3.5.2 Persyaratan Analisis	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	45
4.1 Deskripsi Data dan hasil Penelitian.....	45
4.1.1 Deskripsi Data <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i> Tes <i>Shooting Free Throw</i> Bola Basket Atlet Putra Gladiators Padang Sidempuan.....	45
4.2 Diagram Data <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i> Hasil <i>Free Throw</i> Bola Basket Pada Atlet Putra Gladiators Padang Sidempuan	47
4.3 Pengujian Persyaratan Analisis.....	49
4.3.1 Uji Normalitas	50
4.3.2 Uji Homogenitas	52
4.3.3 Uji T Dan Uji F Perbedaan pengaruh Latihan <i>One Hand Set Shoot</i> Dan <i>Chair Shoot</i> terhadap peningkatan hasil <i>free throw</i>	53
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
5.1 Kesimpulan	65
5.2 Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	74