

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	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	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN TEORITIS.....	9
2.1 Deskripsi Konseptual	9
2.1.1 Hakikat Bola Voli.....	9
2.1.2 Hakikat Latihan	13
2.1.3 Hakikat Latihan <i>Depth Jump</i>	25
2.1.4 Hakikat Latihan <i>Medicine Ball Slam</i>	28
2.1.5 Hakikat <i>Jumping Service</i> Bola Voli	30
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	33
2.3 Kerangka Berfikir	35
2.4 Hipotesis Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	38
3.1.1 Tempat Penelitian	38

3.1.2 Waktu Penelitian.....	38
3.2. Populasi dan Sampel	38
3.2.1. Populasi.....	38
3.2.2 Sampel	38
3.3. Metode Penelitian.....	39
3.4. Desain Penelitian.....	39
3.5. Instrumen Penelitian.....	40
3.6. Teknik Analisis Data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	44
4.1 Deskripsi Data Penelitian	44
4.1.1 Hasil <i>Test Vertical Jump</i>	44
4.1.2 Hasil <i>Test Medicine Ball Throw</i>	45
4.1.3 Hasil <i>Test Jumping Service</i>	46
4.2 Teknik Analisis Data	46
4.2.1 Hasil Uji Regresi Sederhana	46
4.2.2 Uji Regresi Linier Berganda	48
4.2.3 Uji Simulasi (Uji F).....	50
4.2.4 Determinasi (R^2).....	51
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	56
5.1 Kesimpulan.....	56
5.2 Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	60