

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	9
A. Kajian Teoritis	9
1. Hakikat Hakikat Bola Voli	9
2. Hakikat Servis Atas Bola Voli	13
3. Hakikat Latihan	19
3.1 Hakikat Prinsip Latihan Individual	23
3.2 Hakikat Latihan <i>Crushing Grip</i>	23
3.3 Hakikat Latihan <i>Back Lift</i>	24
3.4 Hakikat Latihan <i>Pull Over Pass</i>	25
B. Kerangka Berpikir	26
C. Hipotesis	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	29
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	29
B. Populasi dan Sampel	29

	Hal
C. Metode Penelitian	30
D. Desain Penelitian	30
E. Instrumen Penelitian	31
F. Prosedur Penelitian	36
G. Teknik Analisis Data	37
H. Pelaksanaan Penelitian	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian	41
B. Deskripsi Data Penelitian	43
C. Pengujian Persyaratan Analisis	45
D. Pengujian Hipotesis	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	59