

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Peneltian .....	6
F. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Teoritis.....	7
1. Hakekat <i>Smash</i> bola voli.....	8
2. Hakekat latihan.....	10
3. Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai.....	14
4. Hakekat Latihan <i>Stride Jump Crossover</i> .....	17
5. Hakekat Latihan <i>Medicine Ball Throw</i> .....	18
B. Kerangka Berpikir.....	18
C. Hipotesis.....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
1. Lokasi.....	22
2. Waktu .....	22
B. Populasi dan Sampel.....	22

1. Populasi .....	22
2. Sampel.....	23
C. Metode Penelitian .....	23
D. Desain Penelitian .....	23
E. Instrumen Penelitian .....	24
F. Teknik Analisis Data.....	27
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>29</b>
A. Deskripsi Data Penelitian .....	29
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	31
C. Pengujian Hipotesis .....	34
D. Pembahasan Penelitian .....	35
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>36</b>
A. Kesimpulan.....	37
B. Saran .....	37
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	

