

DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN SKRIPSI.....	i
PENGESAHAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	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	7
1.4. Rumusan Masalah	8
1.5. Tujuan Penelitian.....	8
1.6. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II. KAJIAN TEORETIS	10
2.1. Deskripsi Konseptual.....	10
2.1.1. Hakekat Olahraga Bola Voli.....	10
2.1.2. Hakekat Latihan	12
2.1.3. <i>Smash</i> Bola Voli	21
2.1.4. <i>Depth Jump Over Hurdle</i>	24
2.1.5. <i>Dumbbell Shoulder Press</i>	28
2.2. Hasil Penelitian Yang Relevan	29
2.3. Kerangka Berpikir	34
2.4. Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN.....	36
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	36
3.1.1. Tempat Penelitian.....	36

3.1.2. Waktu Penelitian	36
3.2. Populasi dan Sampel.....	36
3.2.1. Populasi Penelitian.....	36
3.2.2. Sampel Penelitian.....	36
3.3. Metode Penelitian.....	37
3.4. Desain Penelitian	38
3.5. Instrumen Penelitian	39
3.6. Teknik Pengumpulan Data	43
3.7. Teknik Analisis Data.....	44
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
4.1. Deskripsi Data Penelitian	46
4.2. Pengujian Persyaratan Analisis.....	48
4.3. Pengujian Hipotesis	50
4.3.1. Uji Hipotesis 1	50
4.3.2. Uji Hipotesis 2	51
4.3.3. Uji Hipotesis 3	51
4.4. Pembahasan Hasil Penelitian.....	52
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
5.1. Kesimpulan.....	55
5.2. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN.....	60