

DAFTAR ISI

	Hal
PERSETUJUAN	<i>i</i>
PENGESAHAN	<i>ii</i>
ABSTRAK	<i>iii</i>
LEMBAR PERNYATAAN	<i>v</i>
KATA PENGANTAR	<i>vi</i>
DAFTAR ISI	<i>viii</i>
DAFTAR TABEL	<i>x</i>
DAFTAR GAMBAR	<i>xi</i>
DAFTAR LAMPIRAN	<i>xii</i>
 BAB I : PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
 BAB II : LANDASAN TEORI	
2.1 Kerangka Teoritis	10
1. Hakekat Permainan Tennis Lapangan	11
2. Hakekat Kelincahan	24
3. Hakekat Latihan	28
4. Hakekat Latihan <i>Zig Zag Run</i>	33
5. Hakekat Latihan Lari Bolak Balik	36
2.2 Kerangka Berpikir	38
2.3 Hipotesis	42

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	43
3.2 Populasi dan Sampel	43
3.3 Metode Penelitian	44
3.4 Desain Penelitian	45
3.5 Instrumen Penelitian	46
3.6 Teknik Analisis Data	47

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Data Penelitian	50
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis	52
4.3 Pengujian Hipotesis	55
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	56

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	68
5.2 Saran	68

DAFTAR PUSTAKA

69

LAMPIRAN – LAMPIRAN

72