DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **i**
PENGESAHAN ..... **ii**
LEMBAR PERNYATAAN ..... **iii**
ABSTRAK ..... **iv**
ABSTRACT ..... **v**
KATA PENGANTAR ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1. Latar Belakang Masalah **1**
1.2. Identifikasi Masalah **6**
1.3. Batasan Masalah **6**
1.4. Rumusan Masalah **7**
1.5. Tujuan Penelitian **7**
1.6. Manfaat Penelitian **7**
1.6.1. Manfaat Secara Teoritis 7
1.6.2. Manfaat Secara Praktis 7
BAB II KAJIAN TEORITIS **9**
2.1. Deskripsi Konseptual **9**
2.1.1. Bola Basket 9
2.1.1.1. Sejarah Bola Basket 9
2.1.1.2. Sarana dan Prasarana Bola Basket 10
2.1.1.3. Teknik Permainan Bola Basket 11
2.1.2. Hakikat Latihan 16
2.1.2.1. Pengertian Latihan 16
2.1.2.2. Prinsip-Prinsip Latihan 17
2.1.2.3. Komponen Latihan 19
2.1.2.4. Tujuan Latihan 21
2.1.3. Tinjauan Umum Tentang Kelincahan 23

2.1.3.1. Pengertian Kelincahan 23
2.1.3.2. Faktor Yang Mempengaruhi Kelincahan..... 24
2.1.4. Lampu Reaksi Light control agility Menggunakan Arduino & Android Bluetooth 25
2.1.4.1. Komponen..... 25
2.1.4.2. Rangkaian dan Cara Kerja 29
2.2. Penelitian Yang Relevan 31
2.3. Kerangka Berfikir..... 32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 35
3.1. Jenis Penelitian..... 35
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian..... 35
3.2.1. Lokasi Penelitian..... 35
3.2.2. Waktu Penelitian..... 35
3.3. Populasi dan Sampel 36
3.4. Prosedur Pengembangan 37
3.5. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen 45
3.5.1. Teknik pengumpulan data..... 45
3.5.2. Instrumen Penelitian 46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 49
4.1. Hasil Penelitian dan Pembahasan..... 49
4.2. Deskripsi Data Hasil Uji Coba 52
4.2.1. Ahli Media 52
4.2.2. Ahli Materi..... 61
4.2.3. Data Hasil Penilaian Pelatih dan Atlet (Skala Kecil) 71
4.3. Pembahasan..... 76
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN 79
5.1. Simpulan..... 79
5.2. Implikasi..... 80
5.3. Saran..... 81
DAFTAR PUSTAKA.....82
LAMPIRAN.....85