

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II :LANDASAN TEORITIS	
A. Kerangka Teoritis	10
1. Hakikat Permainan Bola Basket.....	10
2. Hakikat <i>Power</i> Otot Tungkai.....	13
3. Hakikat <i>Jump Shoot</i> (Tembakan Meloncat).....	15
4. Hakikat Latihan.....	18
5. Hakikat Latihan <i>Depth Jump to Rim Jump</i>	23
6. Hakikat Latihan <i>Catch and Pass With Jump and Reach</i>	25
B. Kerangka Berpikir	27
C. Hipotesis	30
BAB III : METODOLOGI PENELITIAN	
A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel.....	31
C. Metode Penelitian	33
D. Desain Penelitian.....	34

E. Instrumen Penelitian.....	34
F. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	43
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	45
1. Uji Normalitas Data.....	45
2. Uji Homogenitas.....	46
C. Pengujian Hipotesis.....	47
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59
LAMPIRAN.....	60