

DAFTAR ISI

	Hal
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
A. Kajian Teoritis	8
1. Hakikat <i>smash</i> Bola Voli	8
2. Hakikat Latihan	14
2.1. Hakikat Latihan <i>Overhand Simultaneous Throw</i>	16
2.2. Hakikat Latihan <i>Standing Long Jump</i>	18
B. Kerangka Berpikir	19
C. Hipotesis	20
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	21
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	21
B. Populasi dan Sampel	21
C. Metode Penelitian	21
D. Desain Penelitian	22
E. Instrumen Penelitian	23
F. Tehnik Analisis Data	27

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	29
A. Deskripsi Data Penelitian	29
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	31
1. Uji Normalitas	31
C. Pengujian Hipotesisi	32
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran.....	36
DAFTAR PUSTAKA.....	38
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	39

