

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMAKASIH	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Definisi Operasional.....	3
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Kegunaan Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS.....	6
2.1 Kajian Pustaka.....	6
2.1.1 Pengertian Latihan.....	6
2.1.2 Tujuan dan Sasaran Latihan	6
2.1.3 Prinsip-prinsip Latihan	7
2.1.4 Permainan Bola Voli	10
2.1.7 Teknik <i>Passing</i> Atas Bola Voli	16
2.1.8 Alat Bantu.....	20
2.1.9 Latihan <i>Passing</i> Atas Menggunakan Alat Bantu Sasaran Ban.....	22
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	23
2.3 Kerangka Konseptual	24
2.4 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	26
3.1 Metode Penelitian.....	26
3.2 Variabel Penelitian	26
3.3 Desain Penelitian.....	27
3.4 Populasi dan Sampel	27

3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.6	Instrumen Penelitian.....	28
3.7	Teknik Analisis Data.....	29
3.9	Waktu dan Tempat Penelitian	34
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		34
4.1	Deskripsi Hasil Penelitian	34
4.3	Hasil Pengujian Normalitas data dari setiap tes	35
4.3	Pengujian homogenitas dari setiap tes	35
4.4	Pengujian hipotesis.....	36
4.5	Pembahasan Hasil Penelitian	37
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....		39
5.1.	Simpulan	39
5.2.	Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA		40
LAMPIRAN.....		42
RIWAYAT HIDUP		67

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar. 2.1 Sistem Tangga (<i>The Step Type approach</i>)	8
Gambar. 2.2 Lapangan Permainan Bola Voli	12
Gambar. 2.3 Bola Voli	13
Gambar. 2.4 Sikap Tangan saat Perkenaan Bola pada <i>Passing Atas</i>	18
Gambar. 2.5 Psisi Siap Setengah Jongkok pada <i>Passing Atas</i>	18
Gambar. 2.6 Sikap Perkenaan Bola <i>Passing Atas</i>	19
Gambar. 2.7 Sasaran Ban	23
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	27
Gambar.3.2 Tes <i>Passing</i>	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Program Latihan.....	42
Lampiran 2 Hasil Data Tes.....	46
Lampiran3 Hasil Perhitungan Rata-rata, Standar Deviasi, Varians Tes Awal.....	47
Lampiran 4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Dengan Menggunakan Chi-Kuadrat Tes Awal.....	48
Lampiran 5 Hasil Perhitungan Rata-rata, Standar Deviasi, Varians Tes Akhir ...	49
Lampiran 6 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Dengan Menggunakan Chi- Kuadrat Tes Akhir.....	50
Lampiran 6 Uji Homogenitas dan Pengujian Uji Peningkatan Hasil Latihan.....	51
Lampiran 8 Data Tabel Statistika.....	52
Lampiran 9 Tabel Nilai-Nilai Distribusi t -Student.....	53
Lampiran 7 Lanjutan Tabel t – Student.....	54
Lampiran 8 Tabel Nilai-Nilai Distribusi F ($\alpha = 5\%$).....	55
Lampiran 9 Surat Keputusan Pembimbing.....	56
Lampiran 10 Surat Keputusan Penguji.....	57
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	58
Lampiran 12 Surat Keterangan Penelitian.....	59
Lampiran 13 Foto Penelitian.....	60