

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Defini Operasional	5
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS	8
2.1 Kajian Pustaka.....	8
2.1.1 Pengertian Permainan Bola Basket.....	8
2.1.1.1 Ukuran Lapangan dan Bola	9
2.1.2 Teknik Dasar Permainan Bola Basket	11
2.1.2.1 Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	11
2.1.2.2 Mengoper Bola (<i>Passing</i>)	12
2.1.2.3 Menembak (<i>Shooting</i>).....	13
2.1.2.4 <i>Pivot</i>	13
2.1.3 Komponen Kondisi Fisik	14

	Halaman
2.1.3.1 Bentuk Latihan <i>Power</i>	16
2.1.3.2 Pentingnya <i>Power</i> Otot Lengan	17
2.1.3.3 Pentingnya <i>Power</i> Otot Tungkai	19
2.1.3.4 Keterkaitan <i>Power</i> Otot Lengan dan <i>Power</i> Otot Tungkai	20
2.2 Hasil Penelitian yang relelvan	21
2.3 Kerangka Konseptual	22
2.4 Hipotesis	23
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	25
3.1 Metode Penelitian.....	25
3.2 Variabel Penelitian	25
3.3 Populasi dan Sampel	26
3.3.1 Populasi	26
3.4.2 Sampel	26
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.5 Instrumen Penelitian.....	27
3.5.1 Tes <i>Power</i> Otot Lengan	28
3.5.2 Tes <i>Power</i> Otot Tungkai	29
3.5.3 Tes <i>Jump Shoot</i>	30
3.6 Teknik Analisis Data	31
3.7 Langkah-langkah Penelitian	35
3.8 Waktu dan Tempat Penelitian	35
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	36
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis	37

	Halaman
4.3 Pengujian Hipotesis	39
4.4 Pembahasan Penelitian.....	41
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Simpulan	44
5.2 Saran	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN-LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Data Hasil Penelitian	36
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan skor rata-rata (mean) dan Standar Deviasi Tiap Tes	37
Tabel 4.3 Penghitungan Korelasi dari Ketiga Butir Tes	38

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Lapangan Bola Basket	10
Gambar 2.2 Papan Pantul	10
Gambar 2.3 Bola Basket	11
Gambar 2.4 <i>Dribbling</i>	12
Gambar 2.5 Mengoper Bola (<i>Passing</i>)	12
Gambar 2.6 <i>Shooting</i>	13
Gambar 2.7 <i>Pivot</i>	14
Gambar 2.8 Otot – Otot Lengan	18
Gambar 2.9 Otot – Otot Tungkai	20
Gambar 3.1 Tes <i>Medicine Ball Putt</i>	29
Gambar 3.2 <i>Vertical Jump</i>	30
Gambar 3.3 <i>Basketball Speed Shooting Test</i>	31