

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PENGUJI	ii
PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Definisi Operasional.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	7
2.1 Kajian Pustaka.....	7
2.1.1. Hakikat Latihan	7
2.1.2. Hakikat Kondisi Fisik.....	11
2.1.3. <i>Power</i>	12
2.1.4. Pliometric	16
2.1.5. Hakikat bola basket	19
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan	27
2.3 Kerangka Konseptual	28

2.4	Hipotesis Penelitian	29
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN		30
3.1	Metode Penelitian.....	30
3.2	Variable Penelitian	30
3.3	Desain Penelitian.....	31
3.4	Populasi Dan Sample	31
3.5	Teknik Pengumpulan Data	32
3.6	Instrument Penelitain.....	33
3.7	Teknik Analisis Data.....	34
3.8	Langkah-Langkah Penelitian.....	37
3.9	Waktu Dan Tempat Penelitian.....	38
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		39
4.1	Hasil Penelitian	39
4.2	Pembahasan Penelitian	42
BAB 5 SIMPILAN DAN SARAN.....		44
5.1	Simpulan	44
5.2	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....		45
LAMPIRAN LAMPIRAN		48
RIWAYAT HIDUP.....		73