

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	i
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH</b> .....	iii
<b>HALAMAN PRIBADI</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Definisi Operasional.....	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Kegunaan Penelitian.....	7
<b>BAB 2 TINJAUAN TEORETIS</b> .....	9
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan.....	32
2.3 Kerangka Konseptual.....	33
2.4 Hipotesis Penelitian.....	34
<b>BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN</b> .....	34
3.1 Metode Penelitian.....	34
3.2 Variabel Penelitian.....	35
3.3 Desain Penelitian.....	35
3.4 Populasi dan Sampel.....	36
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.6 Instrumen Penelitian.....	37
3.7 Teknik Analisis Data.....	38

3.8 Langkah-Langkah Penelitian .....	41
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian.....	42
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	43
4.2 Pembahasan.....	47
<b>BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
5.1 Simpulan .....	49
5.2 Saran .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>80</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Kelebihan dan Kekurangan <i>Ball handling</i> .....	26
Tabel 4. 1 Deskripsi Hasil Tes Awal .....	43
Tabel 4. 2 Hasil Tes Akhir .....	44
Tabel 4. 3 Hasil Penghitungan Rata-rata Standar Deviasi dan Varians .....	45
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Normalitas Data dari masing-masing Tes.....	46
Tabel 4. 5 Hasil Pengujian Homogenitas Data dari Tes.....	46
Tabel 4. 6 Hasil Pengujian Hipotesis .....	47

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 <i>Shooting</i> .....	12
Gambar 2. 2 <i>Under Ring</i> .....	13
Gambar 2. 3 <i>Pivot</i> .....	13
Gambar 2. 4 <i>Lay up</i> .....	14
Gambar 2. 5 <i>Change Of Pace Dribble</i> .....	16
Gambar 2. 6 <i>Low or Control Dribble</i> .....	16
Gambar 2. 7 <i>High Or Speed Dribble</i> .....	17
Gambar 2. 8 <i>Crossover Dribble</i> .....	17
Gambar 2. 9 <i>Behind The Back Dribble</i> .....	18
Gambar 2. 10 <i>Between The Legs Dribble</i> .....	18
Gambar 2. 11 <i>Reserve/Spin Dribble</i> .....	18
Gambar 2. 12 <i>Tap Drill</i> .....	20
Gambar 2. 13 <i>Neck Circles</i> .....	20
Gambar 2. 14 <i>Waist Circles</i> .....	21
Gambar 2. 15 <i>Leg Circles</i> .....	21
Gambar 2. 16 <i>Waist/Leg Circle Combo</i> .....	22
Gambar 2. 17 <i>Dribble Figure-8</i> .....	22
Gambar 2. 18 <i>Dribble V's / Sweep Pass</i> .....	22
Gambar 2. 19 <i>Figure Eight Speed Dribble</i> .....	23
Gambar 2. 20 <i>Spider Dribble</i> .....	23
Gambar 2. 21 <i>Two Ball Drills</i> .....	23
Gambar 2. 22 <i>Sistem Tangga</i> .....	29
Gambar 3. 1 <i>Desain Eksperimen</i> .....	35
Gambar 3. 2 <i>Basketball Dribble Test</i> .....	38

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Program Latihan.....	53
Lampiran 2 Data Hasil Pre Test dan Post Test .....	58
Lampiran 3 Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Awal.....	59
Lampiran 4 Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Akhir.....	60
Lampiran 5 Uji Normalitas Liliefors Tes Awal .....	62
Lampiran 6 Uji Normalitas Liliefors Tes Akhir .....	62
Lampiran 7 Uji Homogenitas .....	64
Lampiran 8 Uji Hipotesis Data (Uji Satu Pihak).....	64
Lampiran 9 Analisis Data Hasil Uji T.....	66
Lampiran 10 Tabel Distribusi Normal .....	67
Lampiran 11 Tabel Nilai-Nilai Distribusi Uji Lilliefors .....	68
Lampiran 12 Tabel Distribusi F.....	69
Lampiran 13 Tabel Distribusi t.....	71
Lampiran 14 SK Pembimbing.....	72
Lampiran 15 Surat Izin Penelitian .....	73
Lampiran 16 Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian .....	74
Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian.....	75