

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PRIBADI	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Definisi Operasional.....	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Kegunaan Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS	9
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.1.1 Pengertian Permainan Bola Voli	9
2.1.2 Teknik Dasar Permainan Bola Voli.....	10
2.1.3 Konsep <i>Jumping Service</i>	19
2.1.4 Kondisi Fisik.....	20
2.1.5 <i>Power</i>	22
2.1.6 <i>Power</i> Otot Tungkai	23
2.1.7 <i>Power</i> Otot Lengan.....	25
2.1.8 Fleksibilitas Punggung	26
2.1.9 <i>Power</i> otot tungkai terhadap hasil <i>Jumping Service</i>	28
2.1.10 <i>Power</i> otot lengan terhadap hasil <i>jumping service</i>	30

	Halaman
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	31
2.3 Kerangka Konseptual	34
2.4 Hipotesis	36
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	37
3.1 Metode Penelitian	37
3.2 Variabel Penelitian	37
3.3 Populasi dan Sampel.....	38
3.4 Teknik Pengumpulan Data	39
3.5 Instrumen Penelitian	39
3.6 Teknik Analisis Data	45
3.7 Langkah-langkah Penelitian	48
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	49
4.1.1 Pengujian Prasyarat Analisis	50
4.1.2 Pengujian Korelasi.....	52
4.2 Pengujian Hipotesis	56
4.3 Pembahasan	58
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	63
5.1 Simpulan.....	63
5.2 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	68
RIWAYAT HIDUP.....	90

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Perbedaan <i>floating service</i> , <i>jump float service</i> dan <i>jumping service</i> ...	18
Tabel 3. 1 Populasi Penelitian.....	38
Tabel 3. 2 Klasifikasi <i>Power</i> otot tungkai.....	41
Tabel 3. 3 Klasifikasi <i>Two-Hand Medicine Ball Put Test</i>	42
Tabel 3. 4 Kategori <i>Bridge-Up</i>	44
Tabel 3. 5 Kategori <i>Jumping Service</i>	45
Tabel 3. 6 Waktu pelaksanaan Penelitian	49
Tabel 4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	49
Tabel 4. 2 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata (mean).....	50
Tabel 4. 3 Hasil Perhitungan Uji Normalitas <i>Power</i> Otot Tungkai	51
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas <i>Power</i> Otot Lengan.....	51
Tabel 4. 5 Data Hasil Uji Normalitas Fleksibilitas Punggung	51
Tabel 4. 6 Data Hasil Uji Normalitas <i>Jumping Service</i>	52
Tabel 4. 7 Hasil Perhitungan Korelasi dari empat variabel	53
Tabel 4. 8 Hasil Perhitungan Korelasi dari seluruh variabel	54
Tabel 4. 9 Interpretasi Koefisien Korelasi	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Lapangan Voli	10
Gambar 2. 2 Teknik Servis Bawah	14
Gambar 2. 3 Teknik Servis Atas	14
Gambar 2. 4 Tahapan melakukan servis menyamping	15
Gambar 2. 5 Floating Service.....	16
Gambar 2. 6 Jump Float Service	17
Gambar 2. 7 Jumping Service	18
Gambar 2. 8 Teknik Jumping Service.....	20
Gambar 2. 9 Otot Tungkai Atas	24
Gambar 2. 10 Otot Tungkai Bawah	24
Gambar 2. 11 Otot Penggerak Pergelangan Lengan	25
Gambar 2. 12 Fleksibilitas Punggung	27
Gambar 2. 13 Otot Tungkai	29
Gambar 2. 14 Otot Lengan Terhadap Jumping Service	30
Gambar 3. 1 <i>Vertical Jump</i>	40
Gambar 3. 2 Gerakan Melempar Bola Medicine Sambil Berdiri.....	42
Gambar 3. 3 Pelaksanaan Kayang.....	43
Gambar 3. 4 Daerah sasaran tes <i>service</i>	44
Gambar 3. 5 Tempat Penelitian.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Data Hasil tes <i>Power</i> Otot Tungkai, <i>Power</i> Otot Lengan dan Fleksibilitas Punggung terhadap Hasil <i>Jumping Service</i>	68
Lampiran 2 Uji Normalitas Data	69
Lampiran 3 Data Hasil Tes Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X_1) terhadap Hasil <i>Jumping Service</i> (Y)	72
Lampiran 4 Data Hasil Tes Korelasi <i>Power</i> Otot Lengan (X_2) terhadap Hasil <i>Jumping Service</i> (Y)	73
Lampiran 5 Data Hasil Tes Korelasi Fleksibilitas Punggung (X_3) terhadap Hasil <i>Jumping Service</i> (Y)	74
Lampiran 6 Data Hasil Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X_1) dengan <i>Power</i> Otot Lengan (X_2)	75
Lampiran 7 Data Hasil Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X_1) dengan Fleksibilitas Punggung (X_3)	76
Lampiran 8 Data Hasil Korelasi <i>Power</i> Otot Lengan (X_2) dengan Fleksibilitas Punggung (X_3)	77
Lampiran 9 Korelasi Berganda	78
Lampiran 10 Tabel Distribusi Normal	79
Lampiran 11 Tabel Distribusi F	80
Lampiran 12 Tabel Nilai-nilai Distribusi t – Student	81
Lampiran 13 Tabel Distribusi Nilai-Nilai Lilliefors	82
Lampiran 14 SK Pembimbing	83
Lampiran 15 SK Penguji	84
Lampiran 16 Surat Izin Penelitian	85
Lampiran 17 Surat Balasan Penelitian	86
Lampiran 18 Rekapitulasi Bimbingan	86
Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian	88