

DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iv
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Defini Operasional	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	6
2.1 Tinjauan Teoretis.....	6
2.2 Variasi Latihan	11
2.3 Permainan Bola Voli	15
2.4 Hasil Penelitian yang Relevan	27
2.5 Kerangka Konseptul.....	28
2.6 Hipotesis Penelitian.....	29
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	30
3.1 Metode Penelitian.....	30
3.2 Variabel Penelitian.....	30
3.3 Desain Penelitian.....	31
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	31
3.5 Teknik Pengumpulan Data	32
3.6 Instrumen Penelitian.....	33

3.7 Teknik Analisis Data	34
3.8 Langkah-Langkah Penelitian.....	38
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	39
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	42
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	45
5.1 Simpulan.....	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	53
RIWAYAT HIDUP	63