

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN	
HALAMAN PRIBADI	
ABSTRAK	
<i>ABSTRACT</i>	
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	4
1.3. Definisi Operasional.....	4
1.4. Tujuan Penelitian.....	5
1.5. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS	6
2.1. KajianPustaka	6
2.1.1. Konsep Latihan	6
2.1.1.1. Pengertian Latihan	6
2.1.1.2. Tujuan Latihan.....	7
2.1.1.3. Prinsip Latihan.....	9
2.1.2. Konsep Permainan Bola Voli.....	14
2.1.2.1. Pengertian Permainan Bola Voli.....	14
2.1.2.2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	18
2.1.2.3. Teknik Dasar Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli	22
2.1.3. Keterampilan Teknik.....	24
2.1.4. Konsep Alat Bantu	26

	Halaman
2.1.4.1. Pengertian Alat Bantu	26
2.1.4.2. Prinsip-prinsip Alat Bantu	26
2.1.4.3. Manfaat Alat Bantu.....	27
2.1.4.4. Latihan Passing Bawah Menggunakan Alat Bantu.....	28
2.2. Hasil Penelitian yang Relevan	30
2.3. Kerangka Konseptual	31
2.4. Hipotesis	32
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	33
3.1. Metode Penelitian.....	33
3.2. Variabel Penelitian	33
3.3. Desain Penelitian.....	34
3.4. Populasi dan Sampel.....	34
3.4.1. Populasi	34
3.4.2. Sampel.....	35
3.5. Teknik Pengumpulan Data	35
3.6. Instrumen Penelitian.....	36
3.7. Teknik Analisis Data	38
3.8. Langkah-langkah Penelitian	40
3.9. Waktu dan Tempat Penelitian	41
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
4.1. Deskripsi Data	42
4.1.1. Data Hasil Tes Awal dan Akhir	42
4.1.2. Pengujian Persyaratan Analisis	43
4.1.3. Pengujian Hipotesis.....	44
4.2. Pembahasan	44
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	46
5.1. Simpulan.....	46
5.2. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN – LAMPIRAN.....	48
RIWAYAT HIDUP	64