

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Definisi Operasional.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN TEORETIS	8
2.1 Kajian Pustaka	8
2.1.1 Sejarah Permainan Bola Voli	8
2.1.2 Teknik Dasar Permainan Bola Voli	10
2.1.3 Pengertian <i>Smash/Spike</i>	14
2.1.4 Kondisi Fisik	16
2.1.5 Kekuatan Otot Lengan	18
2.1.6 <i>Power</i> (Daya Ledak) Otot Tungkai.....	20
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	22
2.3 Kerangka Konseptual	22

2.4	Hipotesis Penelitian	23
BAB III PROSEDUR PENELITIAN		24
3.1	Metode Penelitian	24
3.2	Variabel Penelitian	24
3.3	Populasi dan Sampel.....	25
3.4	Desain Penelitian	26
3.5	Langkah-langah Penelitian	27
3.6	Teknik pengumpulan Data	27
3.7	Instrumen Penelitian.....	28
3.8	Teknik Analisis Data	32
3.9	Waktu dan tempat Penelitian.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		35
4.1	Deskripsi Data	35
4.2	Pengujian Persyaratan Analisis	36
4.3	Pengujian Hipotesis	38
4.4	Pembahasan Hasil Penelitian.....	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		41
5.1	Simpulan.....	41
5.2	Saran	41
DAFTAR PUSTAKA		42

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Data Normatif <i>Seregment Jump Test</i> untuk Usia 16-19 Tahun	30
Tabel 3. 2 Normatif Tinggi <i>Vertical Jump Tes</i>	30
Tabel 3. 3 Tes Kemampuan <i>Smash Bola Voli</i>	31
Tabel 4. 1 Data hasil Penelitian.....	35
Tabel 4. 2 Data Hasil Perhitungan Rata-rata dan Standar Deviasi dari Tiap-tiap Tes.....	36
Tabel 4. 3 Data Hasil Perhitungan Uji Signifikansi Korelasi Multiple.....	36

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 <i>Servis</i>	11
Gambar 2. 2 Teknik <i>Passing</i> Bawah.....	12
Gambar 2. 3 Teknik <i>Passing</i> Atas	12
Gambar 2. 4 Teknik <i>Smash</i>	13
Gambar 2. 5 Teknik <i>Block</i>	14
Gambar 2. 6 Langkah-langkah <i>Smash</i>	16
Gambar 2. 7 Otot Lengan Atas	19
Gambar 2. 8 Otot Lengan Bawah.....	19
Gambar 2. 9 Otot-otot Penggerak Tungkai	21
Gambar 3. 1 Variabel Penelitian	25
Gambar 3. 2 Desain Penelitian.....	26
Gambar 3. 3 <i>Vertical Jump Test</i>	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan, <i>Power</i> Otot Lengan dan Kemampuan <i>Smash</i>	45
Lampiran 2. Korelasi Kekuatan Otot Lengan (X_1) terhadap Kemampuan <i>Smash</i> (Y)	46
Lampiran 3. Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X_2) terhadap Kemampuan <i>Smash</i> (Y)	47
Lampiran 4. Korelasi Kekatan Otot Lengan (X_1) dengan <i>Power</i> Otot Tungkai (X_2)	48
Lampiran 5. Korelasi Ganda (R)	49
Lampiran 6. Tabel Distribusi Normal	50
Lampiran 7. Tabel Distribusi F	51
Lampiran 8. Tabel Distribusi t	53
Lampiran 9. SK Bimbingan	54
Lampiran 10. Surat Ijin Penelitian	55
Lampiran 11. Pernyataan Melaksanakan Penelitian	56
Lampiran 12. Dokumentasi Sampel	57
Lampiran 13. Riwayat Hidup Penulis	60