

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	ii
ABSTRAK	iii
<i>ABSTRACT</i>	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Definisi Operasional	4
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Kegunaan Penelitian	6
BAB 2.....	7
TINJAUAN TEORITIS	7
2.1 Kajian Pustaka	7
2.1.1 Konsep Permainan <i>Softball</i>	7
2.1.2 Teknik Dasar Permainan <i>Softball</i>	8

2.1.3 Analisis Teknik <i>Overhead Throw</i>	12
2.1.4 Konsep Latihan	17
2.1.5 Keterampilan Ketepatan.....	22
2.1.6 Konsep Target Sasaran.....	24
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	26
2.3 Kerangka Konseptual.....	28
2.4 Hipotesis Penelitian	29
BAB 3.....	30
PROSEDUR PENELITIAN.....	30
3.1 Metode Penelitian	30
3.2 Variabel Penelitian.....	30
3.3 Desain Penelitian	31
3.4 Populasi dan Sampel.....	32
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.6 Instrumen Penelitian	33
3.7 Teknik Analisis Data.....	34
3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	37
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian.....	38
BAB 4.....	39
HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Hasil Penelitian	39
4.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian	39
4.1.2 Pengujian Normalitas Data dari Setiap Tes.....	39
4.1.3 Pengujian Homogenitas Data dari Setiap Tes	40
4.1.4 Pengujian Hipotesis.....	41

4.2 Pembahasan.....	41
BAB 5.....	44
SIMPULAN DAN SARAN	44
5.1 Simpulan.....	44
5.2 Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN-LAMPIRAN	48
RIWAYAT HIDUP PENULIS	69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Jadwal Waktu dan Kegiatan.....	38
Tabel 4.1 Hasil Perhitungan Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians dari Setiap Tes.....	39
Tabel 4.2 Hasil Pengujian Normalitas Data dari masing-masing Tes	40
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Homogenitas Data dari Tes <i>Overhead Accuracy Throw</i>	40
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Hipotesis	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Overhead Throwing</i>	9
Gambar 2.2 <i>Phase Of Throwing</i>	16
Gambar 2.3 Penambahan Beban Latihan	20
Gambar 2.4 Variasi Latihan Dengan <i>String Target</i>	25
Gambar 2.5 Variasi Latihan Dengan <i>Knock a Target Of a Tee</i>	26
Gambar 3.1 Desain Eksperimen <i>One-Group Pre-Test Post-Test</i>	31
Gambar 3.2 Tes <i>Overhead Accuracy Throw</i>	34

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Program Latihan	48
Lampiran 2 Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir	52
Lampiran 3 Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians Tes Awal	53
Lampiran 4 Hasil Uji Normalitas Tes Awal	54
Lampiran 5 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians Tes Akhir	55
Lampiran 6 Uji Normalitas Tes Akhir	56
Lampiran 7 Uji Homogenitas.....	57
Lampiran 8 Uji Hipotesis Data	58
Lampiran 9 Tabel Nilai-nilai Distribusi Uji Liliefors	58
Lampiran 10 Tabel Nilai-nilai Distribusi Z (0-Z).....	60
Lampiran 11 Tabel Nilai-nilai Distribusi t-Student	61
Lampiran 12 Tabel Nilai-nilai Distribusi F ($\alpha= 5\%$)	62
Lampiran 13 SK Bimbingan	63
Lampiran 14 Surat Izin Observasi.....	64
Lampiran 15 Surat Balasan Izin Observasi.....	65
Lampiran 16 Dokumentasi.....	66