

Daftar isi

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACK.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
UCAPAN TERIMA KASIH	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Definisi Operasional	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS	9
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.1.1 Teori Pertama	9
2.1.2 Konsep Pukulan Servis Panjang <i>Forehand</i>	11
2.1.3 Konsep Kondisi Fisik	13
2.1.4 Konsep <i>Power</i> Otot Lengan.....	18
2.1.5 Konsep Fleksibilitas	24
2.1.6 Konsep Koordinasi Mata Dan Tangan	29
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	34
2.3 Kerangka Konseptual	35
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
3.3.1	Populasi.....	38
3.3.2	Sampel	38
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	39
3.5	Instrumen Penelitian	39
3.6	Teknik Analisis Data	44
3.7	Langkah-langkah Penelitian.....	46
3.8	Waktu dan Tempat Penelitian	47
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1	Hasil Penelitian	48
4.1.1	Deskripsi Hasil Penelitian.....	49
4.1.2	Pengujian Persyaratan Analisis	49
4.1.3	Pengujian Hipotesis	51
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian	54
BAB 5	SIMPULAN DAN SARAN	59
5.1	Simpulan	59
5.2	Saran	59
	DAFTAR PUSTAKA	61
	LAMPIRAN	64
	RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	93

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Cara Melatih Koordinasi	31
Tabel 3.1 Data Normatif <i>Medicine Chess Past Test</i>	40
Tabel 3.2 Data Normatif <i>Hand Wall Toss Tess</i>	42
Tabel 3.3 Interval Koefisien Tingkat Hubungan.....	46
Tabel 3.4 Rencana Penelitian.....	47
Tabel 4.1 Data Hasil Penelitian.....	48
Tabel 4.2 Nilai Rata-rata (Mean) dan Standar Deviasi.....	49
Tabel 4.3 Hasil Perhitungan Korelasi Pada Setiap Tes.....	50
Tabel 4.4 Kontribusi (X1) dan (Y).....	52
Tabel 4.5 Kontribusi (X2) dan (Y).....	53
Tabel 4.6 Kontribusi (X3) dan (Y).....	53
Tabel 4.7 Kontribusi (X1), (X2), (X3) dan (Y).....	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Teknik pukulan servis <i>forehand long</i>	13
Gambar 3.1 <i>Chess Pass Test</i>	40
Gambar 3.2 Tes Goniometer.....	41
Gambar 3.3 <i>Hand Wall Toss Test</i>	42
Gambar 3.4 Tes Servis Panjang.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Hasil Penelitian.....	64
Lampiran 2. Data Hasil Tes (X1) dan (Y).....	65
Lampiran 3. Data Hasil Tes (X2) dan (Y).....	67
Lampiran 4. Data Hasil Tes (X3) dan (Y).....	69
Lampiran 5. Data Hasil Tes (X1) dan (X2).....	71
Lampiran 6. Data Hasil Tes (X1) dan (X3).....	73
Lampiran 7. Data Hasil Tes (X2) dan (X3).....	75
Lampiran 8. Korelasi Doolittle.....	77
Lampiran 9. Uji Signifikan Korelasi Ganda.....	79
Lampiran 10. Tabel Nilai-nilai t_{tabel}	80
Lampiran 11. Tabel Nilai-nilai Distribusi F.....	81
Lampiran 12. Program Latihan Harian.....	82
Lampiran 13. Surat Keputusan Pembimbing.....	84
Lampiran 14. Surat Keputusan Seminar Proposal.....	85
Lampiran 15. Surat Izin Observasi / Penelitian.....	86
Lampiran 16. Surat Balasan Izin Observasi / Penelitian.....	87
Lampiran 17. Foto Bersama Sampel.....	88
Lampiran 18. Tes <i>Power Otot Chess pass</i>	89
Lampiran 19. Tes Fleksibilitas Goniometer.....	90
Lampiran 20. Tes Koordinasi Mata-tangan <i>Hand Wall Toss Test</i>	91
Lampiran 21. Tes Servis Panjang <i>Forehand</i>	92