

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
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 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	6
2.1 Kajian Pustaka.....	6
2.1.1 Konsep Latihan.....	6
2.1.2 Permainan Bola Voli.....	11
2.1.3 <i>Passing</i> Bawah Bola Voli.....	12
2.1.4 Metode <i>Circuit</i>	13
2.1.5 <i>Motor Skill</i>	16
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	17
2.3 Kerangka Konseptual.....	18
2.4 Hipotesis.....	20
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	21

3.1 Metode Penelitian	21
3.2 Variabel Penelitian.....	21
3.3 Populasi dan Sampel.....	22
3.3.1 Populasi	22
3.3.2 Sampel.....	22
3.4 Desain Penelitian	23
3.5 Teknik Pengumpulan Data	23
3.6 Instrumen Penelitian	24
3.7 Teknik Analisis Data	25
3.8 Langkah-langkah Penelitian	28
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian.....	28
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Hasil Penelitian.....	31
4.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian	31
4.1.2 Pengujian Persyaratan Analisis	32
4.1.3 Pengujian Hipotesis.....	33
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	34
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	36
5.1 Simpulan.....	36
5.2 Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	37
RIWAYAT HIDUP PENULIS	61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Intensitas Latihan	15
Tabel 3.1 Waktu Latihan.....	30
Tabel 4.1 Data Hasil Tes <i>Passing</i>	31
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan Dari Tiap Tes.....	32
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Normalitas.....	33
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Homogenitas	33
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Hipotesis	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sistem Tangga	9
Gambar 2.2 Cara Melakukan <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	13
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	23
Gambar 3.2 Lapangan Untuk Tes <i>Passing</i>	25

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Observasi Awal.....	40
Lampiran 2 Program Latihan	41
Lampiran 3 Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir (<i>passing</i> bawah 1 menit).....	46
Lampiran 4 Perhitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi, dan Varians Tes Awal	47
Lampiran 5 Perhitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Akhir.....	48
Lampiran 6 Uji Homogenitas dan Uji Hipotesis	49
Lampiran 7 Tabel Distribusi Normal	50
Lampiran 8 Tabel Distribusi Chi-Kuadrat (X^2).....	51
Lampiran 9 Tabel Distribusi F	52
Lampiran 10 Tabel Distribusi t	54
Lampiran 11 SK Pembimbing.....	55
Lampiran 12 SK Seminar Proposal.....	56
Lampiran 13 Surat Observasi Penelitian.....	57
Lampiran 14 Surat Balasan	58
Lampiran 15 Dokumentasi Sampel	59