

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PRIBADI.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Definisi Operasional	3
1.5. Kegunaan Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	6
2.1. Kajian Pustaka.....	6
2.1.1. Permainan Bola Voli.....	6
2.1.2. Servis Atas Bola Voli.....	12
2.1.3. Pentingnya Kondisi Fisik	14
2.1.4. Komponen Kondisi Fisik yang Dominan dalam Servis Atas.....	15
2.1.5. Daya Ledak Otot Lengan	19
2.1.6. Koordinasi Mata-Tangan.....	23
2.2. Hasil Penelitian yang Relevan.....	25
2.3. Kerangka Konseptual	26
2.4. Hipotesis Penelitian.....	28
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	29
3.1. Metode Penelitian.....	29
3.2. Variabel Penelitian	29

3.3. Populasi dan Sampel	30
3.4. Teknik Pengumpulan Data	30
3.5. Instrumen Penelitian.....	30
3.5.1. Tes Melempar Bola	31
3.5.2. Tes Lempar Tangkap Bola.....	32
3.5.3. Tes Servis Atas Bola Voli	33
3.6. Teknik Pengumpulan Data	34
3.7. Langkah-langkah Penelitian.....	36
3.8. Waktu dan Tempat Penelitian.....	37
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
4.1. Deskripsi Hasil Penelitian	38
4.2. Pengujian Hipotesis.....	40
4.3. Pembahasan.....	43
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1. Simpulan	47
5.2. Saran.....	47
LAMPIRAN.....	50
RIWAYAT HIDUP.....	68

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Lapangan Bola Voli	7
Gambar 2. 2 Bola voli	8
Gambar 2. 3 Gerakan Melakukan Servis Atas Bola Voli	14
Gambar 2. 4 Struktur Otot Lengan Bawah Dan Lengan Atas.....	21
<i>Gambar 2. 5 Latihan Weighted Power Straight</i>	22
Gambar 2. 6 Latihan Dumbble Power Swing	23
Gambar 3. 1 Pelaksanaan Tes Daya Ledak Otot Lengan	32
Gambar 3. 2 Pelaksanaan Tes Koordinasi Mata-Tangan.....	33
Gambar 3. 3 Lapangan Tes Servis Atas Bola Voli	34

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Deskripsi Hasil Penilaian	38
Tabel 4. 2 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata (mean) dan Standar Deviasi dari Tiap Tes.....	39
Tabel 4. 3 Hasil Perhitungan Uji Liliefors Dari Tiap Tes.....	39
Tabel 4. 4 Hasil Perhitungan Daya Ledak Otot Lengan dengan Hasil Servis Atas Bola Voli	40
Tabel 4. 5 Hasil Perhitungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Hasil Servis Atas	41
Tabel 4. 6 Hasil Perhitungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Servis Atas Bola Voli	41
Tabel 4. 7 Interpretasi Koefisien Korelasi.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Data Hasil Tes Daya Ledak Otot Lengan, Koordinasi Mata dengan Tangan dan Servis Atas Bola Voli.....	50
Lampiran 2. Data Hasil Tes Korelasi Power Otot Lengan (X_1) dengan Servis Bola Voli (Y)	51
Lampiran 3. Data Hasil Tes Korelasi Koordinasi mata dengan tangan (X_2) dengan Servis Bola Voli (Y).....	53
Lampiran 4. Data Hasil Tes Korelasi Power Otot Lengan (X_1) dengan Koordinasi mata-tangan (X_2).....	55
Lampiran 5. Korelasi Ganda	57
Lampiran 6. Tabel Distribusi Normal	58
Lampiran 7. Tabel Distribusi F	59
Lampiran 8. Tabel Nilai-nilai Distribusi t – Student.....	60
Lampiran 9. Surat Keputusan Penguji	61
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	62
Lampiran 11. Surat Balasan Izin Penelitian	63
Lampiran 12. Dokumentasi Sampel.....	64