

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PRIBADI.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Definisi Operasional.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS.....	7
2.1 Kajian Teoritis.....	7
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	14
2.3 Kerangka Konseptual.....	15
2.4 Hipotesis Penelitian.....	16
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....	17
3.1 Metode Penelitian.....	17
3.2 Variabel Penelitian.....	17
3.3 Desain Penelitian.....	18
3.4 Populasi dan Sampel.....	18
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	19
3.6 Instrument Penelitian.....	20

3.7 Teknik Analisis Data.....	21
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	26
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	26
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis	27
4.3 Pengujian Hipotesis	28
4.4 Pembahasan	29
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	32
5.1 Simpulan.....	32
5.2 Saran	32
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	35
RIWAYAT HIDUP	74

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Desain Penelitian <i>One-Group Pretest-Posttest</i>	18
Tabel 3. 2 Waktu Penelitian.....	24
Tabel 4. 1 Statistik Deskriptip	26
Tabel 4. 2 Tabel Hasil Uji Normalitas.....	27
Tabel 4. 3 Hasil Uji Homogenitas	28
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Hipotesis	28

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Forehand Drive</i>	9
Gambar 2.2 Sistem Tangga <i>Overload</i>	10
Gambar 2.3 latihan <i>multiball</i>	13
Gambar 3. 1 Denah Lapangan Tes <i>Backboard Forehand Drive</i>	20
Gambar 3. 2 Lokasi Tempat Penelitian	25

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran. 1 Data Hasil Tes Awal.....	35
Lampiran. 2 Data Hasil Tes Akhir.....	35
Lampiran. 3 Program Latihan	36
Lampiran. 4 Rata-rata, Simpangan Baku, Varians dan Tes Awal.....	61
Lampiran. 5 Uji normalitas Tes Awal.....	62
Lampiran. 6 Rata-rata, Simpangan Baku, Varians dan Tes Akhir.....	62
Lampiran. 7 Uji Normalitas Tes Akhir.....	63
Lampiran. 8 Uji Homogenitas.....	63
Lampiran. 9 Uji Hipotesis Data	64
Lampiran. 10 Tabel Distribusi Normal	65
Lampiran. 11 Tabel Distribusi Chi-kuadrat (X^2).....	66
Lampiran. 12 Tabel Distribusi F	67
Lampiran. 13 Tabel Distribusi T	69
Lampiran. 14 SK Pembimbing.....	70
Lampiran. 15 Surat Izin Observasi Penelitian.....	71
Lampiran. 16 Surat Balasan	72
Lampiran. 17 Dokumentasi Sampel.....	73