

DAFTAR ISI

	Halaman
TIM PEMBIMBING	i
MOTTO	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Definisi Operasional.....	5
D. Tujuan Penelitian	7
E. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORETIS	
A. Kajian Teori.....	9
1. Konsep Latihan	9
a. Pengertian Latihan	9
b. Tujuan Latihan	11
c. Prinsip-prinsip Latihan.....	12

d. Beberapa Hal yang Perlu Diperhatikan Dalam Latihan.....	20
2. Keterampilan Motorik.....	23
a. Pengertian Keterampilan Gerak	23
b. Unsur-unsur Kemampuan yang Membentuk Keterampilan Gerak	24
c. Klasifikasi dan Karakteristik Keterampilan Gerak	27
d. Tahap-tahap Belajar Gerak (Motorik)	33
e. Teori Keterampilan Motorik	37
3. Permainan Bola Basket	40
a. Konsep Permainan Bola Basket	40
b. Teknik Dasar Permainan Bola Basket	42
c. Teknik Lay Up Shoot	44
B. Penelitian yang Relevan	46
C. Anggapan Dasar	47
D. Hipotesis	49

BAB III PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode Penelitian.....	51
B. Variabel Penelitian	52
C. Teknik Pengumpulan Data	52
D. Instrumen Penelitian.....	53
E. Populasi dan Sampel	54
F. Disain Penelitian	55

	Halaman
G. Langkah-langkah Penelitian.....	56
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	57
I. Tempat dan Waktu Penelitian	61
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	63
B. Pengujian Persyaratan Analisis	63
C. Pengujian Hipotesis.....	65
D. Pembahasan Hasil Penelitian	66
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	70
B. Saran-saran.....	71
 DAFTAR PUSTAKA	72
 LAMPIRAN-LAMPIRAN	74

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Tembakan <i>lay up shoot</i>	45
Gambar 3.1 Desain Penelitian	56

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata, Simpangan Baku, dan Varians	63
Tabel 4.2 Hasil Pengujian Distribusi Normal Latihan Lay Up Shoot Bola Basket.....	64
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Homogenitas.....	64
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Homogenitas (Lanjutan)	65
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Hipotesis Latihan Lay Up Shoot Bola Di Dribble.....	65

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A Program Pembelajaran <i>Lay Up Shoot</i> Bola Basket	76
Lampiran B Hasil Tes Awal Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Kelompok A	79
Lampiran C Hasil Tes Akhir Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Kelompok A	80
Lampiran D Hasil Tes Awal Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Kelompok B	81
Lampiran E Hasil Tes Akhir Lay Up Shoot Permainan Bola Basket Kelompok B	82
Lampiran F Perolehan Hasil Peningkatan.....	83
Lampiran G Penghitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Awal Kelompok A	84
Lampiran H Penghitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Akhir Kelompok A.....	86
Lampiran I Penghitungan Homogenitas Data dan Pengujian Hipotesis Kelompok A.....	88
Lampiran J Penghitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Awal Kelompok B.....	89
Lampiran K Penghitungan Skor Rata-Rata, Standar Deviasi dan Varians Tes Akhir Kelompok B.....	90
Lampiran L Penghitungan Homogenitas Data dan Pengujian Hipotesis Kelompok A.....	91
Lampiran M Penghitungan Peningkatan Hasil Latihan Antara Kelompok A dan Kelompok B	92
Lampiran N Daftar Tabel Statistik.....	93

	Halaman
Lampiran O Surat keputusan Penetapan Pembimbing Skripsi	96
Lampiran P Surat Izin Penelitian	97
Lampiran Q Surat Keterangan Selesai Penelitian	98
Lampiran R Dokumentasi Penelitian	99
Lampiran S Riwayat Hidup.....	101