

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Identifikasi dan Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Batasan Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	8
A. Kajian Pustaka	8
1. Permainan Bola Voli.....	8
2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	10
3. Klub atau Kelompok Latihan.....	15
4. Metode Latihan	15
5. Latihan Terpusat	17
6. Latihan Acak.....	18
7. Perbandingan Metode Latihan Acak dengan Terpusat.....	20
B. Kerangka Pemikiran	21
C. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Lokasi dan Subjek Penelitian	27
B. Populasi/Sampel	27
C. Desain Penelitian	27
D. Metode Penelitian.....	30
E. Definisi Operasional.....	30
F. Instrumen Penelitian.....	31
G. Analisis Data	34

BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	39
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data	39
1. Menghitung rata-rata dan simpangan baku.....	42
2. Uji normalitas dan uji liliefors.....	44
3. Uji homogenitas menggunakan uji kesamaan dua variasi	45
B. Pengujian Hipotesis	46
C. Hasil Analisis	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	52
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran-saran	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kelemahan dan Kelebihan Latihan Terpusat dan Latihan Acak.....	20
Tabel 4.2 Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok A	39
Tabel 4.3 Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kelompok B	41
Tabel 4.4 Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku	42
Tabel 4.5 Hasil Penghitungan Uji Normalitas Kedua Kelompok Sebelum Eksperimen.....	44
Tabel 4.6 Hasil Penghitungan Uji Normalitas Kedua Kelompok Setelah eksperimen.....	45
Tabel 4.7 Hasil Pengujian Homogenitas Gain Score (Kesamaan Dua Variansi) Kedua Kelompok	46
Tabel 4.8 Hasil Uji Signifikansi dari Kedua Kelompok	47
Tabel 4.9 Uji Signifikansi Perbedaan Kedua Rata-rata Satu Pihak Antara Kedua Kelompok	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 <i>The Static Group Pretest-Posttest Design</i>	28
Gambar 3.2 Langkah-langkah Penelitian.....	29
Gambar 4.3 Tes Awal dan Tes Akhir pasing atas kelompok latihan terpusat	40
Gambar 4.4 Tes awal dan tes akhir pasing bawah kelompok latihan terpusat.....	40
Gambar 4.5 Tes awal dan tes akhir pasing atas kelompok latihan acak	41
Gambar 4.6 Tes awal dan tes akhir pasing bawah kelompok latihan acak	42
Gambar 4.7 Beda rata-rata tes awal dan tes akhir kelompok terpusat dan kelompok acak.....	43