

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang penelitian	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Struktur Organisasi Penelitian	7
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Kajian Pustaka	9
1. Hakikat Olahraga Bola Basket	9
2. Metode Latihan	12
3. Latihan Sirkuit	14
4. Daya Tahan	17
5. Daya Tahan Kekuatan	19
6. Daya Tahan Aerobik	21
B. Anggapan Dasar	22
C. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Lokasi Dan Subjek Populasi/Sampel Penelitian	29
B. Desain Penelitian	31
C. Metode Penelitian	33
D. Definisi Operasional	33

E. Instrumen Penelitian	35
F. Teknik Pengumpulan data dan alasan rasional	38
G. Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengolahan Dan Analisis Data	42
1. Hasil Perhitungan Rata-Rata dan Simpangan Baku	42
2. T-Skor	44
3. Uji Normalitas	45
4. Uji t	47
B. Diskusi Penemuan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	54