

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
E. Struktur Organisasi Skripsi	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Pengertian Power	7
B. Power Otot Lengan	8
C. Pengertian Fleksibilitas	10
D. Fleksibilitas Pergelangan Tangan	12
E. Bola Voli.....	13
F. Penelitian Terdahulu	18
G. Hipotesis Penelitian.....	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20
A. Desain Penelitian.....	20
B. Partisipan.....	21
C. Populasi dan Sampel	21
D. Instrumen Penelitian.....	22
E. Prosedur Penelitian.....	29
F. Analisis Data.....	30
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Deskripsi Data.....	34
B. Pengolahan dan Analisis Data.....	35
C. Diskusi Temuan	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	41
A. Simpulan	41
B. Implikasi dan Rekomendasi	41

DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	44
RIWAYAT HIDUP PENELITI	60