

## DAFTAR ISI

<b>HAK CIPTA</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Struktur Organisasi Skripsi.....	7
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	9
A. Kajian Pustaka.....	9
1. Hakikat Permainan Tenis Lapangan.....	9
2. Keterampilan Dasar Memukul Dalam Tenis.....	10
3. Hakikat Pembelajaran.....	19
4. Hakikat <i>Motor Educabilty</i> .....	25
5. Hakikat Keterampilan.....	28
6. Hakikat <i>Block and Random Practice</i> .....	29
B. Penelitian Yang Relevan.....	34
C. Kerangka Berpikir.....	36
D. Hipotesis Penelitian.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	40
A. Desain Penelitian.....	41
B. Partisipan.....	42
C. Populasi dan Sampel.....	43
D. Instrument Penelitian.....	45
E. Prosedur Penelitian.....	53
F. Analisis Data.....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	60
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data.....	60
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	60
C. Pengujian Hipotesis.....	62
D. Diskusi Penemuan.....	67
<b>BAB V Simpulan, Implikasi, Dan Rekomendasi</b> .....	71
A. Simpulan.....	71
B. Implikasi.....	71
C. Rekomendasi.....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	73
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Fitur Keterampilan Yang Dilakukan Dalam Konteks Target Dan Latihan Blok.....	33
2.2 Tahap Perkembangan Dari <i>Blocked Practice</i> Ke <i>Random Practice</i> Untuk Keterampilan Bola Voli .....	34
3.1 Pengelompokan Kelompok Berdasarkan Pengaturan Latihan Yang Akan Diberikan.....	41
3.2 Desain Penelitian.....	42
3.3 Sampel Eksperimen A ( <i>Blocke Practice</i> ) dan Sampel Eksperimen B ( <i>Random Practice</i> ).....	44
3.4 Program Perlakuan.....	46
3.5 Fokus Penelitian .....	53
4.1 Hasil Perhitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku.....	60
4.2 Hasil Perhitungan Uji Normalitas.....	61
4.3 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas.....	62
4.4 Hasil Uji Hipotesis Hasil Belajar Kelompok <i>Block</i> .....	64
4.5 Hasil Uji Hipotesis Hasil Belajar Kelompok <i>Random</i> .....	65
4.6 Perbandingan Peningkatan Hasil Belajar Antara Kelompok <i>Block</i> dan <i>Random</i> .....	67

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Rangkaian Melakukan Pukulan <i>Servis</i> .....	13
2.2 Rangkaian Melakukan Pukulan <i>Forehand Drive</i> .....	15
2.3 Rangkaian Melakukan Pukulan <i>Backhand Drive</i> .....	17
2.4 Rangkaian Melakukan Pukulan <i>Volley</i> .....	18
2.5 Kurva Penampilan Keterampilan Penurunan Skor Setelah Berlatih.....	22
2.6 Kurva Penampilan Secara Hipotesis.....	23
2.7 Catatan Waktu Mengenai Target Untuk Tugas Melacak Jarak.....	25
3.1 Diagram Untuk tes <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Drive</i> .....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	
A. Lampiran Skor <i>Achievement Test</i> .....	76
B. Lampiran Output SPSS.....	80
C. Lampiran Surat .....	87
D. Lampiran Program dan Jadwal Penelitian .....	93
E. Lampiran Dokumentasi Penelitian.....	103

## DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
3.1 Langkah-langkah Pengolahan dan Analisis Data.....	55

## DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
4.1 Peningkatan Rata-rata Hasil Belajar Tenis Menggunakan <i>Block Practice</i> Antara Pukulan <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> .....	65
4.2 Peningkatan Rata-rata Hasil Belajar Tenis Menggunakan <i>Random Practice</i> antara Pukulan <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> .....	66