

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Batasan Istilah	7
F. Batasan Operasional	7

BAB II TINJAUAN TEORITIS

A. Bola Voli	9
1. Hakikat Permainan Bola Voli	9
2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	11
3. Teknik Dasar <i>Spike</i>	23
4. Komponen Kondisi Fisik dalam Permainan Bola Voli	35
B. Anggapan Dasar	42
C. Hipotesis	45

BAB III PROSEDUR PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian	47
1. Metode Penelitian	47
2. Desain Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel	51
C. Tempat dan Waktu Penelitian	52
D. Alat Pengumpulan Data	53
E. Prosedur dan Pengolahan Data	55

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	58
B. Pengujian Persyaratan Analisis	59
1. Uji Normalitas	59
2. Uji Homogenitas	60
C. Pengujian Hipotesis	61
D. Diskusi Penemuan	62

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	64
B. Saran	64

DAFTAR PUSTAKA	66
-----------------------------	----

LAMPIRAN	68
-----------------------	----

DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
-----------------------------	--

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.4. Data Hasil Tes <i>Quick Spike</i> dan <i>Semi Spike</i>	60
2.4. Data Hasil Uji Normalitas Kedua Variabel	61
3.4. Data Hasil Uji Homogenitas Kedua Variabel	62
4.4. Hasil Pengujian Hipotesis Dengan teknik Uji t	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Servis Bawah	14
2.2. Servis Atas	15
2.3. Gerakan Pass Bawah	17
2.4. Gerakan Pass Atas	18
2.5. Gerakan <i>Spike</i>	20
2.6. Gerakan Block atau Bendungan	21
2.7. Gerakan Umpan	22
2.8. Tahap Awalan	25
2.9. Tahap Tolakan atau Loncatan	26
2.10. Tahap Melayang dan Memukul Bola	27
2.11. Gerakan Saat Perkenaan Tangan Dengan Bola	27
2.12. Tahap Mendarat	28
2.13. Rangkaian Gerakan <i>Spike</i>	29

2.14.	Pelaksanaan <i>Semi Spike</i>	31
2.15.	Pelaksanaan <i>Quick Spike</i> ,.....	33
2.16.	Otot-otot yang Digunakan dalam <i>Spike</i> (Bagian Depan Tubuh).....	33
2.17.	Otot-otot yang Digunakan dalam <i>Spike</i> (Bagian Belakang Tubuh)	34
2.18.	Ilustrasi Interdependensi antara Komponen-komponen Biomotorik	35
2.19.	Daerah Sasaran <i>Spike</i>	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Hasil Tes <i>Semi Spike</i>	69
2. Data Hasil Tes <i>Quick Spike</i>	70
3. Data Normalitas Tes <i>Quick Spike</i>	71
4. Data Normalitas Tes <i>Semi Spike</i>	72
5. Uji Homogenitas	73
6. Uji Hipotesis	74
7. Tabel Distribusi F	76
8. Tabel Distribusi t	77
9. Tabel Distribusi Z.....	77
10. Nilai Kritis Uji Liliefors	78
11. Hasil Dokumentasi Penelitian	79
12. Hasil Dokumentasi Penelitian	81

13. Hasil Dokumentasi Penelitian	82
14. Hasil Dokumentasi Penelitian	83
15. Hasil Dokumentasi Penelitian	84

