

## DAFTAR ISI

	hal
Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan Pembimbing.....	ii
Halaman Persetujuan Penguji.....	iii
Halaman Pernyataan .....	iv
Halaman Motto dan Persembahan .....	v
Abstrak .....	vi
Kata Pengantar .....	vii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Gambar .....	xi
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Lampiran .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi .....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>6</b>
A. Deskripsi Teoritis Dan Hipotesis .....	6
B. Pengertian Teknik Dasar Permainan Bolavoli.....	7
1. Fungsi Kebugaran Jasmani .....	9
2. Daya Ledak Otot Tungkai .....	21
3. Kekuatan Otot Lengan .....	24
4. Keterampilan <i>Smash</i> bolavoli .....	
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>36</b>
A. Jenis Penelitian .....	36
B. Desain Penelitian .....	14
C. Populai dan Sampel .....	37
D. Tempat Dan Tanggal Pengambilan Data.....	38
E. Variable Penelitian .....	38
F. Alat Dan Perlengkapan.....	39

G. Teknik Pengumpulan Data .....	39
H. Teknik Analisis Data .....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	49
A. Hasil Analisis Deskriptif .....	49
1. Deskriptif Data .....	49
2. Syarat Uji Hipotesis .....	50
B. Analisis Korelasi Dan Pengujian Hipotesis .....	51
1. Perhitungan Korelasi Individual ( r ) .....	52
C. Pembahasan .....	53
BAB V Simpulan Dan Saran .....	55
A. Kesimpulan .....	55
B. Saran .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....	57

