

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR GAMBAR	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Permasalahan	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Kegiatan	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	7
A. Kajian Pustaka	7
B. Penelitian-Penelitian Yang Relevan	21
C. Anggapan Dasar	23
D. Hipotesis	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
A. Metode Dan Desain Penelitian	25
B. Populasi Dan Sampel	26
C. Instrumen Penelitian	27
D. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN	31
A. Hasil Penelitian	31
B. Pembahasan	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	37
A. Kesimpulan	37
B. Saran	37
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN-LAMPIRAN	41
RIWAYAT HIDUP	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Alur Penelitian.....	25
---------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 <i>Research Gap</i>	5
Tabel 2.1 Program Latihan	16
Tabel 3.1 Teknik Pembagian Kelompok	26
Tabel 4.1 Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	31
Tabel 4.2 Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test Box Jump</i>	32
Tabel 4.3 Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test Depth Jump</i>	32
Tabel 4.4 Uji Normalitas Data	33
Tabel 4.5 Uji Homogenitas Data	33
Tabel 4.6 Uji <i>Paired T-Test</i> Data <i>Box Jump</i>	34
Tabel 4.7 Uji <i>Paired T-Test</i> Data <i>Depth Jump</i>	34
Tabel 4.8 Uji <i>Independent T-Test</i>	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	41
Lampiran 2. Surat Pemberian Izin Penelitian	42
Lampiran 3. Data Pemain Bola Voli SMK Miftahussalam Ciamis.....	43
Lampiran 4. Data <i>Pre-test Vertical Jump</i>	43
Lampiran 5. Pengelompokan Data (<i>Ordinal Pairing</i>)	44
Lampiran 6. Data <i>Post-test Vertical Jump</i>	44
Lampiran 7. <i>Descriptive Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	45
Lampiran 8. Uji Normalitas	47
Lampiran 9. Uji Homogenitas.....	47
Lampiran 10. Uji <i>Dependent T-Test Box Jump</i>	48
Lampiran 11. Uji <i>Dependent T-Test Depth Jump</i>	49
Lampiran 12. Uji <i>Independent T-Test</i>	50
Lampiran 13. Dokumentasi.....	51