

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	3
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Pengertian Latihan .....	4
B. Tujuan Latihan .....	5
C. Prinsip-Prinsip Latihan.....	6
D. Modifikasi Media Bola.....	9
E. <i>Passing</i> Bola Voli .....	9
F. Anggapan Dasar dan Hipotesis .....	14
 <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Metode Penelitian.....	16
B. Desain Penelitian.....	16
C. Variabel Penelitian .....	17
D. Populasi dan Sampel .....	18

E. Intrumen Penelitian .....	18
F. Program Latihan.....	19
G. Teknik Analisis Data.....	21
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN</b>	
A. Hasil Pengolahan Data .....	25
B. Pengujian Hipotesis.....	26
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	26
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>28</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>29</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>30</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sistem Tangga .....	7
Gambar 2.2 Teknik Dasar Melakukan <i>Passing</i> Atas Dengan Bola.....	9
Gambar 2.3 Sikap Tangan Saat Perkenaan Antara Jari Dan Bola.....	12
Gambar 2.4 Rangkaian Gerakan <i>Passing</i> Atas.....	13
Gambar 3.5 <i>One Group Pretest Posttest Design</i> .....	16
Gambar 3.6 Alur Penelitian.....	17
Gambar 3.7 Diagram Tes <i>Passing</i> .....	19

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Program Latihan Modifikasi Media Bola .....	.20
Tabel 4.2 Hasil Penghitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians ....	.25
Tabel 4.3 Hasil Penghitungan Normalitas Data .....	.25
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Homogenitas .....	.25
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Hipotesis.....	.26

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Hasil Tes <i>Passing</i> Atas .....	.31
Lampiran 2 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata, Standar Deviasi, Dan Varians Skor Tes Awal .....	.32
Lampiran 3 Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata, Standar Deviasi Dan Varians Skor Tes Akhir .....	.33
Lampiran 4 Uji Homogenitas Dan Penghitungan Uji Peningkatan Hasil Latihan (Uji Hipotesis) .....	.34