

DAFTAR ISI

	Halaman
SURAT PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN TEORETIS	
A. Latihan Menggunakan Awalan.....	5
B. Latihan Tanpa Awalan.....	5
C. Hakikat Latihan.....	6
D. Hakikat <i>Shooting</i>	12
E. Penelitian yang Relevan.....	23
F. Anggapan Dasar.....	24
G. Hipotesis	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	26
B. Desain Penelitian	26

C. Populasi dan Sampel	28
D. Variabel Penelitian.....	28
E. Definisi Operasional	29
F. Instrumen Penelitian	29
G. Program Latihan.....	31
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	39
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	40
B. Pembahasan.....	47
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN-LAMPIRAN	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Latihan Menggunakan Awalan	5
Gambar 2.2 Latihan Tanpa Awalan	6
Gambar 3.3 Desain Penelitian <i>Two Groups Pretest-Posttest Design</i>	26
Gambar 3.4 Alur Penelitian.....	27

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Program Latihan Menggunakan Awalan	31
Tabel 3.2 Program Latihan Tanpa Awalan	35
Tabel 4.3 Hasil Data <i>Pretest</i>	40
Tabel 4.4 Uji Normalitas Data <i>Pre-Test</i>	41
Tabel 4.5 Uji Homogenitas Data <i>Pre-Test</i>	41
Tabel 4.6 Data Uji Perbedaan Dua Rata-Rata <i>Pre-Test</i>	42
Tabel 4.7 Hasil Data <i>Post-Test</i>	43
Tabel 4.8 Uji Normalitas Data <i>Post-Test</i>	43
Tabel 4.9 Uji Homogenitas Data <i>Pre-Test</i>	44
Tabel 4.10 Data Uji Perbedaan Dua Rata-Rata <i>Post-Test</i>	45
Tabel 4.11 Uji Perbedaan Latihan Menggunakan Awalan	45
Tabel 4.12 Uji Perbedaan Latihan Tanpa Awalan	46
Tabel 4.13 Peningkatan Hasil Latihan Menggunakan Awalan	46
Tabel 4.14 Peningkatan Hasil Latihan Tanpa Awalan	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Hasil Tes <i>Shooting</i> 53
Lampiran 2 Data <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> 54
Lampiran 3 Uji Normalitas Data <i>Pre-Test</i> Pada Latihan Menggunakan Awalan Dan Tanpa Awalan 55
Lampiran 4 Uji Homogenitas Data <i>Pre-Test</i> Pada Latihan Menggunakan Awalan Dan Tanpa Awalan 56
Lampiran 5 Uji Normalitas Data <i>Post-Test</i> Pada Latihan Menggunakan Awalan Dan Tanpa Awalan 57
Lampiran 6 Uji Perbedaan Dua Rata-Rata <i>Post-Test</i> Latihan Menggunakan Awalan Dan Tanpa Awalan 58
Lampiran 7 Uji Hipotesis Latihan Menggunakan Awalan 59
Lampiran 8 Uji Hipotesis Latihan Tanpa Awalan 60