

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	5
A. Hakikat Latihan.....	5
B. Latihan <i>Medicine Ball</i>	6
C. Pembelajaran Lempar Lembing	7
D. Pengaruh Latihan Medicine Ball Terhadap Hasil Pembelajaran Lempar Lembing.....	10
E. Kerangka Berpikir.....	11
F. Hipotesis Penelitian	11
BAB III METODE PENELITIAN	12
A. Metode Penelitian	12
B. Desain Penelitian	12
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	13
D. Populasi dan Sampel.....	15
E. Instrumen Penelitian	16
F. Proses Pengembangan Instrumen	18
G. Prosedur Pengumpulan Data	19
H. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	22
I. Jadwal Penelitian	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	25
A. Pengolahan atau Analisis Data	25
1. Deskripsi Data Hasil Penelitian	25
2. Hasil Uji Normalitas.....	26
3. Uji Hipotesis	29
B. Pembahasan.....	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	34
A. Kesimpulan.....	34
B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA.....	36
LAMPIRAN	38
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	57