

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG PROPOSAL SKRIPSI.....	i
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Masalah.....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
BAB II.....	5
KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS.....	5
A. Deskripsi Teori.....	5
1. Permainan Bola Voli .....	5
2. Daya Ledak Otot Tungkai .....	10
3. Broad Jump .....	16
B. Kerangka Berfikir .....	19
C. Kerangka Konsep.....	22
D. Hipotesis .....	22
BAB III .....	23
METODOLOGI PENELITIAN.....	23
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
1. Tempat penelitian.....	23
2. Waktu Penelitian .....	23
B. Metode Penelitian .....	23
1. Pendekatan Penelitian .....	23
2. Jenis Penelitian.....	23
3. Desain Penelitian.....	23
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	24
1. Populasi Penelitian .....	24
2. Sampel Penelitian.....	24
3. Kriteria Sampel .....	24

D. Instrumen Penelitian .....	25
1. Variabel Penelitian .....	25
2. Definisi Konseptual.....	25
3. Definisi Operasional.....	25
E. Teknik Analisis Data.....	27
1. Uji Normalitas .....	27
2. Uji Hipotesis.....	28
DAFTAR PUSTAKA .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan Bola Voli .....	5
Gambar 2.2 <i>Service</i> .....	7
Gambar 2.3 <i>Passing</i> bawah .....	8
Gambar 2.4 <i>Smash</i> .....	8
Gambar 2.5 <i>Blocking</i> .....	9
Gambar 2.6 <i>Tibialis Anterior</i> .....	10
Gambar 2.7 <i>Extensor Digitorum Longus</i> .....	11
Gambar 2.8 <i>Fibularis Longus</i> .....	11
Gambar 2.9 <i>Gastrokneumius</i> .....	12
Gambar 2.10 <i>Soleus</i> .....	12
Gambar 2.11 <i>Quadricep</i> .....	13
Gambar 2.12 <i>Biceps Femoris Muscle</i> .....	13
Gambar 2.13 <i>Vertical jump test</i> .....	15
Gambar 2.14 <i>Broad Jump</i> .....	16

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Interpretasi vertical jump test</i> .....	15
Tabel 2.2 Nilai Normatif <i>broad jump test</i> .....	18
Tabel 3.1 Panduan Interpretasi Uji Hipotesis Korelatif.....	27
Tabel 4.1 Usia.....	29
Tabel 4.2 Tinggi Badan.....	30
Tabel 4.3 Berat Badan.....	30
Tabel 4.4 Indeks Masa Tubuh.....	31
Tabel 4.2 Hasil Pengukuran Variabel Penelitian.....	31
Tabel 4.3 Uji Prasyarat.....	32
Tabel 4.4 Uji Hipotesis.....	32

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Berpikir.....	20
Skema 2.2 Kerangka Konsep.....	21
Skema 3.1 Desain Penelitian.....	22

## DAFTAR SINGKATAN

- ACL = *Anterior Cruciatum Ligament*  
LCL = *Lateral Collateral Ligament*  
MCL = *Medial Collateral Ligament*  
PCL = *Posterior Cruciatum Ligament*  
SMA = Sekolah Menengah Atas  
SPSS = *Statistical Product and Service Solution*  
UU = Undang-Undang  
DLOT = Daya Ledak Otot Tungkai  
BJ = *Broad Jump*  
SD = Standar Deviasi