

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN</b> .....	i	
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii	
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv	
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii	
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii	
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix	
<b>BAB I: PENDAHULUAN</b>		
A. Latar Belakang .....	1	
B. Identifikasi Masalah .....	5	
C. Pembatasan Masalah .....	6	
D. Perumusan Masalah .....	6	
E. Kegunaan Penelitian .....	7	
<b>BAB II: KERANGKA TEORI, KERANGKA BERPIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS</b> .....		8
A. KERANGKA TEORI .....	8	
1. Hakikat Kekuatan Otot Lengan .....	8	
2. Hakikat Panjang Lengan .....	13	
3. Hakikat <i>Overhand Pass</i> .....	15	
4. Hakikat Bola Tangan .....	19	
B. KERANGKA BERFIKIR .....	21	
1. Hubungan Kekuatan Otot Lengan dengan <i>Overhand Pass</i> .....	21	
2. Hubungan Panjang Lengan dengan <i>Overhand Pass</i> .....	22	
3. Hubungan Antara Kekuatan Otot lengan dan Panjang Lengan Terhadap <i>Overhand Pass</i> .....	22	
C. PENGAJUAN HIPOTESIS .....	23	

<b>BAB III: METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	25
A. Tujuan Penelitian .....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	25
C. Metode Penelitian .....	25
D. Desain Penelitian.....	26
E. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel .....	27
F. Instrumen Penelitian .....	27
G. Teknik Analisis Data.....	33
<b>BAB IV : HASIL PENELITIAN</b> .....	37
A. Deskripsi Data .....	37
1. Variabel Kekuatan Otot Lengan .....	37
2. Variabel Panjang Lengan .....	39
3. Variabel <i>Overhand Pass</i> .....	40
B. Pengujian Hipotesis .....	41
1. Hubungan antara Kekuatan Otot lengan Dengan <i>Overhand Pass</i> ....	41
2. Hubungan antara Panjang Lengan Dengan <i>Overhand Pass</i> .....	42
3. Hubungan antara Kekuatan Otot lengan dan Panjang Lengan dengan <i>Overhand Pass</i> .....	43
<b>BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	45
A. Kesimpulan .....	45
B. Saran.....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	47
<b>LAMPIRAN</b> .....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Otot Lengan Bawah .....	10
Gambar 2. Otot Lengan .....	12
Gambar 3. Rangkaian gerakan <i>overhand pass</i> .....	18
Gambar 4. <i>Push and pull dynamometer</i> .....	28
Gambar 5. Meteran.....	30
Gambar 6. <i>Wall Passing</i> .....	32
Gambar 7. Grafik Histogram Data Kekuatan Otot lengan ( $X_1$ ).....	38
Gambar 8. Grafik Histogram Data Panjang Lengan ( $X_2$ ).....	40
Gambar 9. Grafik Histogram Data <i>Overhand Pass</i> (Y).....	41
Gambar 10. Pelaksanaan Tes Penelitian.....	49
Gambar 11. Posisi pengambilan kekuatan otot lengan.....	50
Gambar 12. Posisi Mengukur panjang lengan Dengan Meteran.....	52
Gambar 13. Posisi Awal melakukan <i>wall passing</i> .....	54
Gambar 14. Posisi pada saat melakukan lemparan <i>wall passing</i> .....	54
Gambar 15. Foto <i>instrumet wall passing</i> .....	57

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tes Pengukuran Kekuatan Otot Lengan.....	30
Tabel 2. Tes Pengukuran panjang Lengan.....	31
Tabel 3. Tes <i>Wall Passing</i> .....	33
Tabel 4. Deskripsi Data Penelitian.....	37
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Lengan ( $X_1$ ).....	38
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Panjang Lengan ( $X_2$ ).....	39
Tabel 7. Distribusi Frekuensi <i>Overhand Pass</i> (Y).....	40
Tabel 8. Uji Keberartian Koefisien Korelasi ( $X_1$ ) dengan (Y).....	42
Tabel 9. Uji Keberartian Koefisien Korelasi ( $X_2$ )dengan (Y).....	43
Tabel 10. Uji Keberartian Koefisien Korelasi Ganda.....	44
Tabel 11. Form Hasil Tes kekuatan otot lengan.....	51
Tabel 12. Form Penilaian Tes Panjang Lengan.....	52
Tabel 13. Form Penilaian Tes <i>wall passing</i> .....	55
Tabel 14. Daftar Nama Para Ahli (Pakar).....	56
Tabel 15. Data Hasil Tes Uji coba Instrument Tes <i>Overhand Pass</i> .....	58
Tabel 16. Daftar Hasil Tes Kekuatan Otot lengan, Tes Panjang Lengan dan Tes <i>Overhand Pass</i> .....	60
Tabel 17. Data Mentah Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan, Tes Panjang Lengan dan Tes <i>Overhand Pass</i> .....	63
Tabel 18. Data Sesudah Tskor (1).....	68
Tabel 19. Data sesudah Tskor (2).....	72
Tabel 20. Distribusi t.....	83
Tabel 21. Distribusi F .....	84
Tabel 21. Distribusi F (lanjutan).....	85

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Petunjuk Pelaksanaan Tes.....	49
Lampiran 2	Perhitungan Uji Coba Instrument tes <i>Overhand Pass</i> .....	58
Lampiran 3	Daftar Hasil Tes Kekuatan Otot lengan, Tes Panjang Lengan dan <i>Overhand Pass</i> .....	60
Lampiran 4	Langkah-langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi.....	61
Lampiran 5	Data Mentah Hasil Tes Kekuatan Otot Lengan, Tes Panjang Lengan dan Tes <i>Overhand Pass</i> .....	63
Lampiran 6	Menghitung Rata-Rata dan Simpangan Baku.....	64
Lampiran 7	Data Sesudah Tskor.....	68
Lampiran 8	Menghitung Rata-Rata dan Simpangan Baku Data setelah Tskor.....	69
Lampiran 9	Mencari Persamaan Regresi.....	73
Lampiran 10	Mencari Koefisien Korelasi dan Uji Keberartian Koefisien Korelasi.....	78
Lampiran 11	Tabel Distribusi t .....	83
Lampiran 12	Tabel Distribusi F .....	84
Lampiran 13	Tabel Distribusi F (lanjutan) .....	85