

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>COVER</b>	
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>RINGKASAN</b> .....	iii
<b>PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING</b> .....	vii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xvi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xviii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Pembatasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah.....	11
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	12
<b>BAB II KAJIAN TEORETIK</b>	
A. Deskripsi Konseptual.....	14
1. Keterampilan Servis Atas.....	14
2. Kekuatan Otot Lengan.....	20

3. Kelentukan Pinggang .....	28
4. Percaya Diri .....	31
B. Hasil Penelitian Yang Relevan.....	35
C. Kerangka Teoretik.....	36
1. Hubungan Kekuatan Otot Lengan dengan Keterampilan Servis Atas .....	36
2. Hubungan Kelentukan Pinggang dengan Keterampilan Servis atas.....	36
3. Hubungan Rasa Percaya Diri dengan Keterampilan Servis Atas .....	37
4. Hubungan antara Kekuatan Otot Lengan, Kelentukan Pinggang dan Percaya Diri secara bersama-sama dengan Keterampilan Servis Atas .....	38
D. Hipotesis Penelitian .....	38

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Metode Penelitian .....	41
D. Populasi dan Sampel .....	42
E. Teknik Pengumpulan Data .....	43
1. Servis Atas.....	43
a. Definisi Konseptual .....	43
b. Definisi Operasional.....	43
c. Kisi-kisi Instrumen.....	44
d. Jenis Instrumen .....	44
e. Pengujian Validitas dan Penghitungan	

Reliabilitas.....	46
2. Keuatan Otot Lengan .....	46
a. Definisi Konseptual .....	46
b. Definisi Operasional.....	46
c. Kisi-kisi Instrumen.....	46
d. Jenis Instrumen.....	47
e. Pengujian Validitas dan Penghitungan	
Reliabilitas.....	48
3. Kelentukan Pinggang .....	49
a. Definisi Konseptual .....	49
b. Definisi Operasional.....	49
c. Kisi-kisi Instrumen.....	49
d. Jenis Instrumen.....	49
e. Pengujian Validitas dan Penghitungan	
Reliabilitas.....	50
4. Percaya Diri .....	51
a. Definisi Konseptual .....	51
b. Definisi Operasional.....	51
c. Kisi-kisi Instrumen.....	52
d. Jenis Instrumen.....	53
e. Pengujian Validitas dan Penghitungan	
Reliabilitas.....	53
F. Teknik Analisis Data.....	54
G. Hipotesis Statistika .....	55

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	57
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data .....	64

C. Pengujian Hipotesis .....	67
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	72
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	76
B. Implikasi.....	77
C. Saran .....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>80</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen keterampilan servis atas .....	44
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Kekuatan Otot Lengan.....	46
Tabel 3.3 Penilaian <i>Push-up</i> .....	48
Tabel 3.4 Kisi-kisi Kelentukan Pinggang.....	49
Tabel 3.5 Penilaian <i>Sit and Reach</i> .....	51
Tabel 3.6 Kisi-kisi Instrumen Percaya Diri .....	52
Tabel 4.1 Rangkuman Deskripsi Data Penelitian.....	58
Tabel 4.2 Kelas Interval, Frekuensi Absolut dan Frekuensi Relatif Keterampilan Servis Atas.....	59
Tabel 4.3 Kelas Interval, Frekuensi Absolut dan Frekuensi Relatif Kekuatan Otot lengan.....	61
Tabel 4.4 Kelas Interval, Frekuensi Absolut dan Frekuensi Relatif Kelentukan Pinggang.....	62
Tabel 4.5 Kelas Interval, Frekuensi Absolut dan Frekuensi Relatif Rasa Percaya Diri .....	63
Tabel 4.6 Uji Normalitas.....	65
Tabel 4.7 Uji Homogenitas .....	66
Tabel 4.8 Uji Linieritas .....	67
Tabel 4.9 Korelasi Antara Kekuatan Otot Lengan dengan Keterampilan	

Servis Atas Bolavoli .....	68
Tabel 4.10 Korelasi Antara Kelentukan Pinggang dengan Keterampilan	
Servis Atas Bolavoli.....	69
Tabel 4.11 Korelasi Antara Rasa Percaya Diri dengan Keterampilan	
Servis Atas Bolavoli.....	70
Tabel 4.12 Korelasi Ganda.....	71

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Servis Atas <i>Floating</i> atau Mengambang .....	19
Gambar 3.1 Konstlasi Masalah Penelitian.....	41
Gambar 3.2 Pelaksanaan Tes Servis Atas .....	45
Gambar 3.3 <i>Push-up</i> .....	47
Gambar 4.1 Histrogam Keterampiplan Servis Atas Bolavoli .....	60
Gambar 4.2 Histogram Kekuatan Otot Lengan.....	62
Gambar 4.3 Histogram Kelentukan Pinggang .....	63
Gambar 4.4 Histogram Rasa Percaya Diri.....	64

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Instrumen Penelitian.....	80
Lampiran II Hasil Penghitungan Uji Coba Instrumen.....	102
Lampiran III Kisi-kisi Akhir Instrumen.....	106
Lampiran IV .....	109
Lampiran V Pengujian Persyaratan Analisis.....	118
Lampiran VI Pengujian Hipotesis.....	119
Lampiran VII Gambar-Gambar .....	124
Lampiran VIII Daftar Riwayat Hidup .....	141