

## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
a) Latar Belakang Masalah .....	1
b) Identifikasi Masalah .....	6
c) Pembatasan Masalah .....	6
d) Perumusan Masalah .....	7
e) Kegunaan Penelitian .....	7
<b>BAB II KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR, HIPOTESIS</b>	
A. Kerangka Teoritis	
1. Tinjauan Tentang Bola Voli	
a. Hakikat Bola Voli.....	9
b. Hakikat Servis Bawah.....	13
2. Tinjauan Tentang Metode Pembelajaran	
a. Hakikat Metode Pembelajaran.....	18
b. Hakikat Metode Bermain.....	21
c. Hakikat Metode Latihan .....	26
3. Hakikat Belajar Motorik .....	29
4. Hakikat Hasil Belajar .....	31

B. Kerangka Berpikir .....	35
C. Hipotesis .....	38

### **BAB III METODELOGI PENELITIAN**

A. Tujuan Penelitian .....	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	39
C. Metode Penelitian .....	40
D. Desain Penelitian .....	40
E. Populasi dan Sampel .....	41
F. Instrument Penelitian .....	43
G. Teknik Pengumpulan Data .....	54
H. Teknik Analisis Data .....	54
I. Hipotesis Statistik .....	57

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

A. Dekripsi Data.....	59
B. Pengujian Hipotesis .....	68
C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	68

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	71
B. Saran .....	71

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>73</b>
-----------------------------	-----------

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Kelebihan Metode Bermain dan Metode Latihan .....	37
Tabel 2.	Kekurangan Metode Bermain dan Metode Latihan .....	38
Tabel 3.	Kisi-Kisi Penilaian Servis Bawah Bola Voli .....	45
Tabel 4.	Format Penilaian Servis Bawah Bola Voli .....	50
Tabel 5.	Distribusi Frekuensi Tes Awal Metode Bermain .....	60
Tabel 6.	Distribusi Frekuensi Tes Awal Metode Latihan .....	61
Tabel 7.	Distribusi Frekuensi Tes Akhir Metode Bermain .....	63
Tabel 8.	Distribusi Frekuensi Tes Akhir Metode Latihan .....	64
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Tes Awal dan Akhir Metode Bermain .....	65
Tabel 10.	Distribusi Frekuensi Tes Awal dan Akhir Metode Latihan .....	67
Tabel 11.	Data Seluruh Sampel Tes Awal dan Akhir Servis Bawah Bola Voli .....	75
Tabel 12.	Daftar Hadir .....	79
Tabel 13.	Penghitungan Tes Awal Metode Bermain dan Metode Latihan .....	81

<b>Tabel 14.</b>	<b>Penghitungan Tes Awal dan Akhir Metode Bermain .....</b>	<b>84</b>
<b>Tabel 15.</b>	<b>Penghitungan Tes Awal dan Akhir Metode Latihan .....</b>	<b>86</b>
<b>Tabel 16.</b>	<b>Penghitungan Tes Akhir Metode Bermain dan Metode Latihan .....</b>	<b>88</b>
<b>Tabel 17.</b>	<b>Penghitungan Awal Frekuensi Metode Bermain.....</b>	<b>91</b>
<b>Tabel 18.</b>	<b>Penghitungan Akhir Frekuensi Metode Bermain.....</b>	<b>92</b>
<b>Tabel 19.</b>	<b>Penghitungan Awal Frekuensi Metode Latihan.....</b>	<b>93</b>
<b>Tabel 20.</b>	<b>Penghitungan Akhir Frekuensi Metode Latihan.....</b>	<b>94</b>
<b>Tabel 21.</b>	<b>Data <math>T_{\text{tabel}}</math> .....</b>	<b>95</b>
<b>Tabel 22.</b>	<b>Data Realibilitas .....</b>	<b>109</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b>	<b>Lapangan Bola Voli Lengkap Dengan Ukuran .....</b>	<b>11</b>
<b>Gambar 2.</b>	<b>Tahapan Persiapan Servis Bawah .....</b>	<b>14</b>
<b>Gambar 3.</b>	<b>Tahapan Perkenaan Servis Bawah .....</b>	<b>15</b>
<b>Gambar 4.</b>	<b>Tahapan Lanjutan Servis Bawah .....</b>	<b>16</b>
<b>Gambar 5.</b>	<b>Penerapan Metode Pembelajaran Bermain .....</b>	<b>24</b>
<b>Gambar 6.</b>	<b>Penerapan Metode Pembelajaran Latihan .....</b>	<b>28</b>
<b>Gambar 7.</b>	<b>Diagram Histogram Tes Awal Metode Bermain .....</b>	<b>60</b>
<b>Gambar 8.</b>	<b>Diagram Histogram Tes Awal Metode Latihan .....</b>	<b>61</b>
<b>Gambar 9.</b>	<b>Diagram Histogram Tes Akhir Metode Bermain .....</b>	<b>63</b>
<b>Gambar 10.</b>	<b>Diagram Histogram Tes Akhir Metode Latihan .....</b>	<b>64</b>
<b>Gambar 11.</b>	<b>Diagram Histogram Tes Awal dan Akhir Metode Bermain..</b>	<b>66</b>
<b>Gambar 12.</b>	<b>Diagram Histogram Tes Awal dan Akhir Metode Latihan ...</b>	<b>67</b>
<b>Gambar 13.</b>	<b>Skema Pengambilan Skor .....</b>	<b>96</b>
<b>Gambar 14.</b>	<b>Dokumentasi .....</b>	<b>126</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data seluruh sampel pada tes awal dan akhir.....	75
Lampiran 2. Daftar hadir sampel .....	79
Lampiran 3. Penghitungan data untuk membandingkan tes awal metode bermain dan metode latihan.....	81
Lampiran 4. Penghitungan tes awal dan akhir metode bermain.....	84
Lampiran 5. Penghitungan tes awal dan akhir metode latihan .....	86
Lampiran 6. Penghitungan data untuk membandingkan tes akhir metode bermain dan metode latihan.....	88
Lampiran 7. Data penghitungan distribusi frekuensi tes awal dan akhir metode pembelajaran bermain dan latihan .....	91
Lampiran 8. Data $t_{tabel}$ .....	95
Lampiran 9. Instrumen Penelitian .....	96
Lampiran 10. Data Reabilitas Servis Bawah Bola Voli .....	109
Lampiran 11. Rencana Pelaksanaan pembelajaran (RPP) .....	112
Lampiran 12. Catatan Lapangan .....	113
Lampiran 13. Rencana Pelaksanaan pembelajaran (RPP) .....	115
Lampiran 14. Catatan Lapangan .....	116

<b>Lampiran 15. Rencana Pelaksanaan pembelajaran (RPP) .....</b>	<b>117</b>
<b>Lampiran 16. Catatan Lapangan .....</b>	<b>118</b>
<b>Lampiran 17. Rencana Pelaksanaan pembelajaran (RPP) .....</b>	<b>120</b>
<b>Lampiran 18. Catatan Lapangan .....</b>	<b>121</b>
<b>Lampiran 19. Rencana Pelaksanaan pembelajaran (RPP) .....</b>	<b>123</b>
<b>Lampiran 20. Catatan Lapangan .....</b>	<b>124</b>
<b>Lampiran 21. Gambar dokumentasi dalam pelaksanaan penelitian .....</b>	<b>126</b>
<b>Lampiran 22. Surat Menyurat .....</b>	<b>132</b>