

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERSYARATAN GELAR.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	vi
PENGESAHAN PENGUJI.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR TABEL.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
DAFTAR SINGKATAN	xx
DAFTAR SIMBOL.....	xxi
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	
A. Bola Basket.....	6
1. Definisi Bola Basket	6
2. Teknik-Teknik Bola Basket.....	7

3. Teknik-Teknik Dasar Tembakan	9
B. Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i>	11
1. Definisi Kemampuan	11
2. Definisi <i>Lay Up Shoot</i>	11
3. Prinsip-Prinsip <i>Lay Up Shoot</i>	12
4. Gerakan <i>Lay Up Shoot</i>	14
5. Kesalahan dalam Melakukan <i>Lay Up Shoot</i>	15
6. Latihan-Latihan untuk Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i>	16
7. Kondisi Fisik.....	19
C. Latihan	21
1. Definisi Latihan	21
2. Dosis Latihan	21
3. Prinsip-Prinsip Latihan	22
4. Komponen-Komponen Latihan	23
D. Latihan Lompat Rintangan dan <i>Overhead Pass</i>	26
1. Latihan Lompat Rintangan	26
2. Latihan <i>Overhead Pass</i>	29
E. Pengukuran Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i>	32
F. Karakteristik Remaja Usia 13-14 Tahun.	33
G. Hasil Penelitian yang Relevan.....	35

BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.

A. Kerangka Konseptual	38
B. Hipotesis Penelitian	38

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	39
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	42
E. Teknik dan Pengumpulan Data	43
F. Teknik Analisa Data	45
G. Kerangka Operasional	47

H. Etika Penelitian Fisioterapi.....	48
BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA	
A. Gambaran Lokasi Penelitian.....	49
B. Hasil Analisa Data	49
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Pembahasan	57
B. Keterbatasan Penelitian	62
BAB VII PENUTUP.....	
A. Kesimpulan.....	65
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Gerakan Fase Persiapan <i>Lay Up Shoot</i>	14
Gambar 2.2. Gerakan Fase Pelaksanaan <i>Lay Up Shoot</i>	15
Gambar 2.3. Lompat Rintangan	29
Gambar 2.4. <i>Chest Pass</i>	30
Gambar 2.5. <i>Bounce Pass</i>	30
Gambar 2.6. <i>Overhead Pass</i>	32
Gambar 2.7. Skema Kerangka Konsep	38
Gambar 2.8. Rancangan Penelitian	39
Gambar 2.9. Kerangka Operasional	47

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Definisi Operasional	42
Tabel 5.1. Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Sebelum Latihan <i>Overhead Pass</i>	49
Tabel 5.2. Pengukuran <i>Lay Up Shoot</i> sebelum Latihan <i>Overhead Pass</i>	50
Tabel 5.3. Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Sesudah Latihan <i>Overhead Pass</i>	50
Tabel 5.4. Pengukuran <i>Lay Up Shoot</i> Sesudah Latihan <i>Overhead Pass</i>	51
Tabel 5.5. Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Sebelum Latihan Lompat Rintangan ..	54
Tabel 5.6. Pengukuran <i>Lay Up Shoot</i> sebelum Latihan Lompat Rintangan	52
Tabel 5.7. Kemampuan <i>Lay Up Shoot</i> Sesudah Latihan Lompat Rintangan...	52
Tabel 5.8. Pengukuran <i>Lay Up Shoot</i> Sesudah Latihan Lompat Rintangan	52
Tabel 5.9. Uji Normalitas Data	53
Tabel 5.10. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Latihan <i>Overhead Pass Pre</i> dan <i>post</i>	53
Tabel 5.11. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> Latihan Lompat Rintangan <i>Pre</i> dan <i>post</i>	54
Tabel 5.12. Hasil Uji <i>Mann Withney</i> Pengukuran Awal.	55
Tabel 5.13. Hasil Uji <i>Mann Withney</i> Pengukuran Akhir	55

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 3 : Penilaian *Lay Up Shoot*
- Lampiran 4 : Presensi Latihan Lompat Rintangan dan *Overhead Pass*
- Lampiran 5 : Quisioner
- Lampiran 6 : Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 7 : Surat Balasan Perijinan Studi Pendahuluan
- Lampiran 8 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 9 : Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 10 : Permohonan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 11 : Persetujuan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 12 : Hasil Olah Data
- Lampiran 13 : SOP (Standar Operasional Prosedur) Perlakuan
- Lampiran 14 : Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

Cm	: Centi Meter
Dkk	: Dan Kawan-kawan
FIBA	: <i>Federation Internationale de Basketball</i>
LANKOR	: Lembaga Akreditasi Nasional Keolahragaan
PERBASI	: Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solutions</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SWT	: Subhannahu wa Ta'ala
WCPT	: <i>World Confederation for Physical Therapy</i>

DAFTAR SIMBOL

=	: Sama Dengan
&	: Dan
±	: Kurang Lebih
%	: Persen
/	: Atau
<	: Kurang Dari
>	: Lebih Dari
+	: Tambah
²	: Pangkat Dua
;	: Titik Koma
α	: Alfa