

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN	
HALAMAN PRIBADI	
ABSTRAK	
<i>ABSTRACT</i>	
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1_PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah	5
1.3. Definisi Operasional.....	6
1.4. Tujuan Penelitian.....	7
1.5. Kegunaan Penelitian.....	7
BAB 2_TINJAUAN TEORITIS	9
2.1. Kajian Pustaka	9
2.1.1. Profil.....	9
2.1.2. Hakikat Kondisi Fisik	10
2.1.3. Pengertian Sepakbola	13
2.1.4. Hakikat Tim Sekolah Sepakbola Tunas Patriot Banjarsari	14

	Halaman
2.2. Hasil Penelitian yang Relevan.....	14
2.3. Kerangka Konseptual	15
2.4. Hipotesis Penelitian	16
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	18
3.1. Metode Penelitian.....	18
3.2. Variabel Penelitian	18
3.3. Populasi dan Sampel	18
3.4. Teknik Pengumpulan Data	19
3.5. Instrumen Penelitian.....	20
3.6. Teknik Analisis Data	27
3.7. Langkah-langkah Penelitian	29
3.8. Waktu dan Tempat Penelitian	30
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
4.1. Deskripsi Hasil Penelitian	31
4.1.1. Deskriptif Data Per-item Tes	31
4.1.2. Deskriptif data keseluruhan.....	42
4.2. Pembahasan	43
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1. Simpulan.....	47
5.2. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	50
RIWAYAT HIDUP.....	65

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. 1	Prestasi SSB Tunas Patriot Banjarsari..... 5
Tabel 3. 1	Komponen dan Klasifikasi Kemampuan Fisik Cabang Olahraga Sepakbola..... 28
Tabel 3. 2	Konversi Nilai dari Setiap Kategori Komponen Kondisi Fisik 29
Tabel 3. 3	Kategori Status Kondisi Fisik Atlet..... 29
Tabel 3. 4	Waktu dan Tempat Penelitian 30
Tabel 4. 1	Hasil tes <i>Hand Dynamometer</i> 31
Tabel 4. 2	Hasil <i>Back Dynamometer</i> 33
Tabel 4. 3	Hasil <i>Leg Dynamometer</i> 34
Tabel 4. 4	Hasil <i>Sit Up</i> 35
Tabel 4. 5	Hasil <i>Push Up</i> 36
Tabel 4. 6	Hasil Lari 30 Meter 37
Tabel 4. 7	Hasil Lari Bolak-Balik 10 Meter 38
Tabel 4. 8	Hasil <i>Sit and Reach</i> 39
Tabel 4. 9	Hasil <i>Vertical Jump</i> 40
Tabel 4. 10	Hasil <i>VO2MAX</i> 41
Tabel 4. 11	Rekapitulasi Kondisi Fisik Atlet Sepak bola U-17 Putra SSB Tunas Patriot Banjarsari 42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	16
Gambar 3. 1 <i>Hand Dynamometer</i>	21
Gambar 3. 2 <i>Back Dynamometer</i>	22
Gambar 3. 3 <i>Leg Dynamometer</i>	22
Gambar 3. 4 <i>Sit Up</i>	23
Gambar 3. 5 <i>Push Up</i>	23
Gambar 3. 6 Lari 30 m	24
Gambar 3. 7 Lari Bolak Balik	24
Gambar 3. 8 <i>Sit and Reach</i>	25
Gambar 3. 9 <i>Vertical Jump</i>	26
Gambar 3. 10 Lari 15 menit	27
Gambar 4. 1 Grafik <i>Hand Dynamometer</i>	32
Gambar 4. 2 Grafik <i>Back Dynamometer</i>	33
Gambar 4. 3 Grafik <i>Leg Dynamometer</i>	34
Gambar 4. 4 Grafik <i>Sit Up</i>	35
Gambar 4. 5 Grafik Push Up	37
Gambar 4. 6 Grafik Lari 30 Meter	38
Gambar 4. 7 <i>Sit and Reach</i>	39
Gambar 4. 8 Sit Anda Reach	40
Gambar 4. 9 <i>Vertical Jump</i>	41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Keputusan Pembimbing	51
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	52
Lampiran 3. Surat Balasan	53
Lampiran 4. Dokumentasi Tes	54