

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PENGUJI.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Definisi Operasional.....	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.5 Kegunaan Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN TEORITIS	6
2.1 Kajian pustaka	6
2.1.1 Pengertian Latihan.....	6
2.1.2 Tujuan Latihan.....	7
2.1.3 Prinsip-Prinsip Latihan.....	7
2.1.4 Pengertian Sepakbola	12
2.1.5 Manfaat Sepakbola.....	12
2.1.6 Peraturan Permainan Sepakbola.....	13
2.1.7 Teknik Dasar Permainan Sepakbola.....	14
2.1.8 Alat Bantu.....	18
2.1.9 Latihan <i>Shooting</i> Menggunakan Alat Bantu Botol	19
2.1.10 Pelaksanaan Latihan <i>Shooting</i> dengan Menggunakan Alat Bantu Target Botol	20

2.2	Hasil Penelitian yang Relevan.....	21
2.3	Kerangka Konseptual	22
2.4	Hipotesis Penelitian	23
BAB III PROSEDUR PENELITIAN		24
3.1	Metode Penelitian.....	24
3.2	Variabel Penelitian	24
3.3	Desain Penelitian	25
3.4	Populasi dan Sampel.....	25
3.5	Teknik Pengumpulan Data	26
3.6	Instrumen Penelitian.....	26
3.7	Teknik Analisis Data	28
3.8	Langkah-langkah Penelitian	31
3.9	Waktu dan Tempat Penelitian.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		33
4.1	Deskripsi Hasil Penelitian	33
4.2	Pengujian Normalitas data dari setiap tes.....	35
4.3	Pengujian Homogenitas dari setiap tes.....	35
4.4	Pengujian Hipotesis	36
4.5	Pembahasan Hasil Penelitian.....	37
BAB V SIMPULAN DAN SARAN		39
5.1	Simpulan.....	39
5.2	Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA		40
RIWAYAT HIDUP		63