

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	
PERNYATAAN	
MOTTO	
ABSTRAK	
ABSTRACT	
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Definisi Operasional	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS	7
2.1 Kajian Pustaka.....	7
2.1.1 Konsep Latihan.....	7
2.1.2 Tujuan Latihan.....	8
2.1.3 Prinsip-Prinsip Latihan	8
2.1.4 Kualitas Latihan	11
2.1.5 Konsep Permainan Futsal.....	12
2.1.6 Teknik Dasar Permainan Futsal.....	13
2.1.7 Teknik Dasar <i>Shooting</i>	13

2.1.8 Variasi Latihan	16
2.1.9 Variasi Latihan Dengan Menggunakan Kombinasi Man To Man Marking	16
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	22
2.3 Kerangka Konseptual	23
2.4 Hipotesis Penelitian	25
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	26
3.1 Metode Penelitian.....	26
3.2 Variabel Penelitian.....	26
3.3 Desain Penelitian.....	26
3.4 Populasi dan Sampel Penelitian	27
3.4.1 Populasi Penelitian.....	27
3.4.2 Sampel Penelitian.....	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.6 Instrumen Penelitian.....	28
3.7 Teknik Analisis Data.....	30
3.8 Langkah-Langkah Penelitian.....	33
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian.....	33
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	35
4.1.1 Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir.....	35
4.1.2 Hasil Uji Prasyarat	38
4.2 Pembahasan	40
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1 Simpulan.....	43
5.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	47
RIWAYAT HIDUP.....	71