

## DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN

ABSTRAK

ABSTRACT

KATA PENGANTAR..... iv

DAFTAR ISI..... vi

DAFTAR TABEL ..... ix

DAFTAR GAMBAR ..... x

BAB I PENDAHULUAN ..... 1

1.1 Latar Belakang Masalah..... 1

1.2 Rumusan Masalah ..... 8

1.3 Defini Operasional ..... 9

1.4 Tujuan Penelitian ..... 10

1.5 Kegunaan Penelitian..... 10

BAB 2 TINJAUAN TEORITIS ..... 12

2.1 Kajian Pustaka..... 12

2.1.1 Pengertian Permainan Sepakbola ..... 12

2.1.1.1 Lapangan Permainan Sepakbola ..... 13

2.1.1.2 Perlengkapan Permainan Sepakbola ..... 14

2.1.1.3 Teknik Dasar Sepakbola ..... 15

2.1.1.4 Teknik Dasar *Shooting* ..... 16

2.1.2 *Power* Otot Tungkai ..... 19

2.1.3 Fleksibilitas Panggul ..... 21

2.2 Hasil Penelitian yang relelvan ..... 22

	<b>Halaman</b>
2.3 Kerangka Konseptual .....	23
2.4 Hipotesis .....	25
<b>BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
3.1 Metode Penelitian.....	26
3.2 Variabel Penelitian .....	27
3.3 Populasi dan Sampel .....	28
3.3.1 Populasi .....	28
3.4.2 Sampel .....	28
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	29
3.5 Instrumen Penelitian.....	29
3.5.1 Tes Power Otot Tungkai .....	30
3.5.2 Tes Fleksibilitas Panggul .....	31
3.5.3 Tes <i>Shooting</i> .....	32
3.6 Teknik Analisis Data .....	33
3.7 Langkah-langkah Penelitian .....	36
3.8 Waktu dan Tempat Penelitian .....	37
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....	38
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis .....	39
4.3 Pengujian Hipotesis .....	40
4.4 Pembahasan Penelitian.....	40
<b>BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>43</b>
5.1 Simpulan .....	43
5.2 Saran .....	43

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>44</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>46</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 4.1 Data Hasil Penelitian .....	38
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan skor rata-rata (mean) dan Standar Deviasi Tiap Tes .....	39
Tabel 4.3 Penghitungan Korelasi dari Ketiga Butir Tes .....	44

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Lapangan Sepakbola .....	14
Gambar 2.2 Bola Sepak .....	14
Gambar 2.3 <i>Shooting</i> Sepakbola .....	19
Gambar 2.4 <i>Muskulus plantaris</i> .....	20
Gambar 3.1 <i>power</i> otot tungkai .....	31
Gambar 3.2 Tes Fleksibilitas Panggul .....	32
Gambar 3.3 Tes <i>Shooting</i> .....	33