

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH	ii
HALAMAN PRIBADI	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Rumusan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Kegunaan Hasil Penelitian	4
1.5.1 Kegunaan Teoritis.....	4
1.5.2 Kegunaan Praktis	4
BAB II KAJIAN TEORITIS	
2.1 Kajian Pustaka.....	7
2.1.1 Hakekat Sepakbola	7
2.1.2 Teknik Dalam Sepakbola.....	7
2.1.3 Teknik <i>Passing</i> /Mengoper	11
2.1.4 Biomekanika Olahraga terhadap <i>Passing</i>	16
2.1.5 Hakikat Latihan.....	18
2.1.6 Prinsip-Prinsip Latihan	19
2.1.7 Hakikat Sekolah Sepak Bola.....	20
2.1.8 Metode <i>Small Side Games</i>	20

2.1.9 Hakekat Ketepatan	26
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	27
2.3 Kerangka Konseptual	28
2.4 Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
3.1 Metode Penelitian.....	31
3.2 Variabel Penelitian	31
3.3 Desain Penelitian.....	31
3.4 Populasi dan Sampel	32
3.5 Teknik Pengumpulan Data	32
3.6 Instrumen Penelitian.....	33
3.7 Teknik Analisis Data.....	35
3.8 Langkah-langkah Penelitian	37
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	39
4.1.1 Deskripsi Statistik	39
4.1.2 Uji Prasyarat.....	41
4.2 Pembahasan	43
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	45
5.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	50
RIWAYAT HIDUP	67

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Teknik <i>Passing</i>	13
Gambar 2.2 Teknik Menembak	13
Gambar 2.3 Teknik Mengontrol Bola	13
Gambar 2.4 Teknik Menggiring Bola	13
Gambar 2.5 Teknik Menyundul Bola	13
Gambar 2.6 Lemparan Ke Dalam	13
Gambar 2.7 Teknik Operan Inside of The Foot	13
Gambar 2.8 Teknik <i>Passing</i> Kaki Bagian Luar (Operan <i>Outside of The Foot</i>)....	14
Gambar 2.9 Teknik dengan Punggung Kaki (Operan <i>Instep</i>).....	15
Gambar 2.10 Otot yang Digunakan dalam <i>Passing</i> Kaki Bagian Dalam.....	17
Gambar 2.11 Penambahan Beban Latihan Bertahap.....	21
Gambar 2.12 <i>Games</i> Sepakbola Mini	25
Gambar 2.13 <i>Possesion Games</i> dengan Tiga Zona Area.....	25
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian <i>One Group Pre-Test Post-Test Design</i>	31
Gambar 3.2 Lapangan Tes Ketepatan <i>Passing</i>	35

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Durasi Permainan Sepakbola dengan Metode <i>Small Side Games</i>	21
Tabel 3.1 Lembar Penilaian Tes Ketepatan <i>Passing</i> Sepakbola.....	35
Tabel 4.1 Lembar Penelitian Pretest Tes Ketepatan <i>Passing</i> Sepakbola.....	39
Tabel 4.2 Lembar Penelitian Posttest Tes Ketepatan <i>Passing</i> Sepakbola	40
Tabel 4.3 Deskriptif Statistik Pretest dan Posttest Ketepatan <i>Passing</i>	41
Tabel 4.4 Uji Normalitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Passing</i>	42
Tabel 4.5 Uji Homogenitas <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Passing</i>	42
Tabel 4.6 Uji-t Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Passing</i>	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Program Latihan
- Lampiran 2. Tabel Distribusi
- Lampiran 3. Dokumentasi
- Lampiran 4. SK Ujian Seminar
- Lampiran 5. SK Dosen Pembimbing Skripsi
- Lampiran 6. Surat Izin Observasi/Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 7. Surat Telah Melaksabakan Observasi/Penelitian
- Lampiran 8. Hasil Uji Statistik