

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH.....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i> .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 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 Manfaat Penelitian.....	5
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	6
2.1. Kajian Pustaka .....	6
2.1.1. Pengertian Permainan Futsal .....	6
2.1.2. Teknik Dasar Permainan Futsal.....	7
2.1.3. Komponen Kondisi Fisik yang Dominan Dalam <i>Shooting</i> .....	12
2.1.4. Koordinasi Mata-kaki .....	15
2.1.5. Fleksibilitas .....	16
2.1.6. Fleksibilitas Panggul.....	20
2.2. Penelitian Yang Relevan .....	21
2.3. Kerangka Konseptual .....	22

	<b>Halaman</b>
2.4. Hipotesis Penelitian.....	24
<b>BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
3.1. Metode Penelitian.....	25
3.2. Variabel Penelitian .....	25
3.3. Desain Penelitian .....	26
3.4. Populasi dan Sampel .....	27
3.5. Teknik Pengumpulan Data .....	28
3.6. Instrumen Penelitian.....	28
3.7. Teknik Analisis Data .....	30
3.8. Langkah-langkah Penelitian .....	32
3.9. Waktu dan Tempat Penelitian .....	33
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
4.1. Deskripsi Data .....	34
4.2. Hasil Pengujian Prasyarat Analisis.....	35
4.3. Pengujian Hipotesis .....	37
4.4. Pembahasan Hasil Penelitian.....	38
<b>BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>40</b>
5.1. Simpulan.....	40
5.2. Saran .....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>41</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>43</b>

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Teknik Dasar Mengumpan .....	8
Gambar 2.2 Teknik Dasar Menerima Bola .....	9
Gambar 2.3 Teknik Dasar Mengumpan Lambung.....	10
Gambar 2.4 Teknik Dasar Menggiring Bola.....	10
Gambar 2.5 Teknik Dasar Menembak Bola.....	11
Gambar 2.6 Teknik Menendang Dengan Ujung Kaki .....	11
Gambar 2.7 Teknik Menyundul Bola ( <i>Heading</i> ).....	12
Gambar 2.8 Peregangan Dinamis.....	19
Gambar 2.9 Peregangan Statis .....	20
Gambar 3.1 Desain Penelitian.....	27
Gambar 3.2 Diagram Tes Menendang Ke Gawang .....	30

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 3.1 Hasil Interkorelasi antara Keempat Variabel .....	31
Tabel 3.2 Mencari R dengan Metode <i>Doolittle</i> .....	31
Tabel 4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	34
Tabel 4.2 Hasil Penghitungan Skor Rata-rata, dan Standar Deviasi Tiap Tes.....	35
Tabel 4.3 Hasil Penghitungan Uji Signifikansi Korelasi <i>Multiple</i> .....	35
Tabel 4.4 Hasil Interkorelasi antara Keempat Variabel .....	36
Tabel 4.5 Mencari R dengan Metode <i>Doolittle</i> .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

### Halaman

Lampiran 1. Data Hasil Power Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki, Fleksibilitas Panggul dan Shooting .....	43
Lampiran 2. Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X1) dengan <i>Shooting</i> (Y).....	44
Lampiran 3. Korelasi Koordinasi Mata-Kaki (X2) dengan <i>Shooting</i> (Y).....	45
Lampiran 4. Korelasi Fleksibilitas Panggul (X3) dengan <i>Shooting</i> (Y) .....	46
Lampiran 5. Interkorelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X1) dengan Koordinasi Mata-Kaki (X2) .....	47
Lampiran 6. Interkorelasi <i>Power</i> Otot Tungkai (X1) dengan Fleksibilitas Panggul (X3) .....	48
Lampiran 7. Interkorelasi Koordinasi Mata-Kaki (X2) dengan Fleksibilitas Panggul (X3).....	49
Lampiran 8. Rekapitulasi Hasil Interkorelasi.....	50
Lampiran 9. Uji Signifikansi Korelasi <i>Multiple</i> .....	51
Lampiran 10. Tabel Distribusi Normal .....	52
Lampiran 11. Tabel Distribusi Chi-Kuadrat (X2).....	53
Lampiran 12. Tabel Distribusi F .....	54
Lampiran 13. Tabel Distribusi T .....	56
Lampiran 14. SK Bimbingan .....	57
Lampiran 15. Surat Izin Penelitian.....	58
Lampiran 16. Surat Pernyataan Melaksanakan Penelitian.....	59
Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian.....	60
Lampiran 18. Daftar Riwayat Hidup.....	64