

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|-------------------------------------|
| LEMBAR PENGESAHAN | i |
| HALAMAN PENGUJI | Error! Bookmark not defined. |
| PERNYATAAN | ii |
| HALAMAN PRIBADI | iv |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRACT | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| UCAPAN TERIMAKASIH | viii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| 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. Kegunaan Penelitian | 6 |
| BAB 2 TINJAUAN TEORITIS | 7 |
| 2.1. Kajian Pustaka | 7 |
| 2.1.1. Pengertian Permainan Sepak bola | 7 |
| 2.1.2. Kondisi Fisik | 17 |
| 2.1.3. Konsep <i>Power</i> Otot Tungkai..... | 25 |
| 2.1.4. Konsep Koordinasi Mata dan Kaki | 30 |
| 2.2. Hasil Penelitian yang Relevan..... | 34 |
| 2.3. Kerangka Konseptual | 35 |
| 2.4. Hipotesis Penelitian | 37 |
| BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN | 38 |

| | |
|--|-----------|
| 3.1. Metode Penelitian | 38 |
| 3.2. Variabel Penelitian | 38 |
| 3.3. Populasi dan Sampel | 39 |
| 3.4. Teknik Pengumpulan Data | 40 |
| 3.5. Instrumen Penelitian | 40 |
| 3.6. Teknik Analisis Data | 43 |
| 3.7. Langkah – Langkah Penelitian | 46 |
| 3.8. Waktu Dan Tempat Penelitian | 46 |
| BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 47 |
| 4.1. Deskripsi Hasil Penelitian | 47 |
| 4.1.1. Deskripsi Hasil Penelitian | 47 |
| 4.1.2. Pengujian Hipotesis | 48 |
| 4.2. Pembahasan | 52 |
| BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN | 54 |
| 5.1. Simpulan..... | 54 |
| 5.2. Saran | 54 |
| DAFTAR PUSTAKA | 55 |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | 59 |
| RIWAYAT HIDUP | 72 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 4. 1. Hasil Penelitian | 47 |
| Tabel 4. 2. Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Standar Deviasi dari Tiap-tiap Tes | 48 |
| Tabel 4. 3. Hasil Penghitungan Uji Signifikasi Korelasi dari Ketiga Butir Tes . | 49 |
| Tabel 4. 4. Berpedoman Pada Interpretasi Nilai Korelasi..... | 49 |

DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|---|---------|
| Gambar 2. 1. <i>Shooting</i> Menggunakan Kaki Bagian Dalam..... | 9 |
| Gambar 2. 2. <i>Shooting</i> Menggunakan Kaki Bagian Luar | 10 |
| Gambar 2. 3. Gerakan Persiapan <i>Shooting</i> | 12 |
| Gambar 2. 4. Gerakan Pelaksanaan <i>Shooting</i> | 12 |
| Gambar 2. 5. Gerakan Lanjutan <i>Shooting</i> | 13 |
| Gambar 2. 6. Lapangan Sepak Bola..... | 16 |
| Gambar 2. 7. Bola Sepak..... | 16 |
| Gambar 2. 8. Otot Tungkai Atas | 28 |
| Gambar 2. 9. Otot Tungkai Bawah | 29 |
| Gambar 2. 10. (Otot-otot Mata) | 33 |
| Gambar 2. 11. (Otot betis bagian lateral)..... | 34 |
| Gambar 3. 1. Konstelasi Variabel | 39 |
| Gambar 3. 2. Tes <i>Standing Broad Jump</i> | 41 |
| Gambar 3. 3. Tes Koordinasi Mata dan Kaki..... | 41 |
| Gambar 3. 4. Tes <i>Shooting</i> | 43 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|---|---------|
| Lampiran 1. Surat Keputusan (SK) Pembimbing | 58 |
| Lampiran 2. Surat Keputusan (SK) Penguji..... | 59 |
| Lampiran 3. Surat Izin Penelitian..... | 60 |
| Lampiran 4. Surat Pernyataan Penelitian | 61 |
| Lampiran 5. Data Hasil Penelitian | 62 |
| Lampiran 6. Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai Terhadap Hasil <i>Shooting</i> | 63 |
| Lampiran 7. Korelasi Koordinasi Mata dan Kaki Terhadap Hasil <i>Shooting</i> | 64 |
| Lampiran 8. Korelasi <i>Power</i> Otot Tungkai dan Koordinasi Mata dan Kaki | 65 |
| Lampiran 9. Tabel Distribusi t-student | 66 |
| Lampiran 10. Uji Signifikansi Korelasi Ganda (F)..... | 67 |
| Lampiran 11. Tabel Nilai Distribusi F ($\alpha = 5\%$)..... | 68 |
| Lampiran 12. Dokumentasi Hasil Penelitian | 69 |