

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Definisi Operasional.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	8
2.1 Kajian Pustaka	8
2.1.1 Konsep Latihan	8
2.1.2 Latihan <i>Shooting Drills</i>	14
2.1.3 Ketepatan (<i>Accuracy</i>).....	18
2.1.4 Teknik Dasar <i>Shooting</i>	20
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	23
2.3 Kerangka Konseptual.....	26
2.4 Hipotesis	27

BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	28
3.1 Metode Penelitian.....	28
3.2 Variabel Penelitian	28
3.3 Populasi dan Sampel	29
3.3.1 Populasi.....	29
3.3.2 Sampel	29
3.4 Desain Penelitian.....	29
3.5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.6 Instrumen Penelitian.....	31
3.7 Teknik Analisis Data	33
3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	35
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	36
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
4.1 Hasil Penelitian	38
4.2 Hasil Perhitungan dan Uji Persyaratan Analisis	39
4.3 Pengujian Hipotesis.....	40
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	41
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1 Simpulan.....	43
5.2 Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	48
RIWAYAT HIDUP PENULIS	70

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Waktu dan Tempat Penelitian	36
Tabel 4. 1 Deskripsi Hasil Tes Awal dan Tes Akhir (Tes <i>Shooting</i> Sepak Bola).....	38
Tabel 4. 2 Hasil Penghitungan Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians	39
Tabel 4. 3 Hasil Pengujian Normalitas.....	39
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Homogenitas	40
Tabel 4. 5 Hasil Pengujian Hipotesis	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Sistem Tangga	11
Gambar 2. 5 <i>Shooting zig-zag push</i>	15
Gambar 2. 6 <i>Shooting kombinasi passing and back pass</i>	16
Gambar 2. 7 <i>Shot on goal with passing</i>	17
Gambar 2. 2 Fase awal <i>shooting</i>	21
Gambar 2. 3 Fase utama <i>shooting</i>	22
Gambar 2. 4 Fase akhir <i>shooting</i>	22
Gambar 3. 1 Model Eksperimen dengan Desain <i>One Group Pretest-posttest Design</i> ...	30
Gambar 3. 2 Tes <i>Shooting</i> Sepak Bola.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Program Latihan	48
Lampiran 2 Data Hasil Pre Test dan Post Test.....	51
Lampiran 3 Skor Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians Tes Awal	52
Lampiran 4 Skor Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians Tes Akhir	54
Lampiran 5 Uji Homogenitas dan Uji Hipotesis	56
Lampiran 6 Tabel Nilai-Nilai Distribusi Uji <i>Lilliefors</i>	57
Lampiran 7 Tabel Nilai-Nilai Distribusi Z ($0 - Z$).....	58
Lampiran 8 Tabel Nilai-Nilai Distribusi	59
Lampiran 9 Tabel Distribusi Nilai F	60
Lampiran 10 SK Pembimbing.....	61
Lampiran 11 SK Penguji	62
Lampiran 12 Surat Izin Penelitian.....	63
Lampiran 13 Surat Balasan Penelitian	64
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian	65