

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	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
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 Tujuan Latihan	8
2.1.3 Prinsip Latihan	11
2.1.4 Konsep Sepak Bola	14
2.1.5 Teknik Dasar <i>Short Passing</i>	14
2.1.6 Variasi Latihan <i>Passing</i>	16
2.1.7 Hasil <i>Short Passing</i>	24

	Halaman
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	25
2.3 Kerangka Konseptual.....	27
2.4 Hipotesis	28
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	29
3.1 Metode Penelitian	29
3.2 Variabel Penelitian.....	29
3.3 Populasi dan Sampel.....	30
3.3.1 Populasi	30
3.3.2 Sampel	30
3.4 Desain Penelitian	30
3.5 Teknik Pengumpulan Data	31
3.6 Instrumen Penelitian	32
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	37
4.1 Hasil Penelitian	37
4.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian	37
4.1.2 Pengujian Persyaratan Analisis	38
4.1.3 Pengujian Hipotesis	39
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	40
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1 Simpulan.....	43
5.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	48

	Halaman
RIWAYAT HIDUP PENULIS	65

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	37
Tabel 4. 2 Hasil Perhitungan Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians dari Setiap Tes. 38	
Tabel 4. 3 Hasil Pengujian Normalitas.....	38
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Homogenitas	39
Tabel 4. 5 Hasil Pengujian Hipotesis	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Prinsip <i>overload</i> dengan sistem tangga	12
Gambar 2. 2 <i>Passing Y</i>	15
Gambar 2. 3 <i>Passing Square</i>	16
Gambar 2. 4 <i>Passing</i> Bentuk <i>Y</i>	17
Gambar 2. 5 <i>Passing</i> Bentuk <i>Y</i>	18
Gambar 2. 6 <i>Passing</i> Bentuk <i>Y</i>	18
Gambar 2. 7 <i>Passing</i> Bentuk <i>Y</i>	19
Gambar 2. 8 <i>Passing</i> Bentuk <i>Y</i>	20
Gambar 2. 9 <i>Passing</i> Bentuk <i>Square</i>	20
Gambar 2. 10 <i>Passing</i> Bentuk <i>Square</i>	21
Gambar 2. 11 <i>Passing</i> Bentuk <i>Square</i>	22
Gambar 2. 12 <i>Passing</i> Bentuk <i>Square</i>	23
Gambar 2. 13 <i>Passing</i> Bentuk <i>Square</i>	24
Gambar 3. 1 <i>One Group Pretest-Posttest Design</i>	31
Gambar 3. 2 <i>Tes Passing</i>	33

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Program Latihan	48
Lampiran 2 Data Penelitian Tes Awal & Tes Akhir	50
Lampiran 3 Perhitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi, Varians, dan Uji Liliefors Tes Awal	51
Lampiran 4 Perhitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi, Varians, dan Uji Liliefors Tes Akhir.....	52
Lampiran 5 Uji Homogenitas dan Uji Hipotesis	54
Lampiran 6 Tabel Distribusi Normal	55
Lampiran 7 Tabel Nilai Distribusi Uji Liliefors.....	56
Lampiran 8 Tabel Distribusi F	57
Lampiran 9 Tabel Distribusi t	58
Lampiran 10 Surat Keputusan (SK) Pembimbing.....	59
Lampiran 11 Surat Izin Observasi/Penelitian.....	60
Lampiran 12 Surat Balasan Izin Observasi/Penelitian.....	61
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian	62