

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iv
MOTTO.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	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	7
1.3 Definisi Operasional.....	7
1.4 Tujuan Penelitian	8
1.5 Manfaat Penelitian.....	8
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS	9
2.1 Kajian Pustaka.....	9
2.1.1 Konsep Latihan	9
2.1.2 Tujuan Latihan.....	11
2.1.3 Prinsip Latihan.....	12
2.1.4 Konsep Permainan Sepak Bola.....	20
2.1.5 Hakikat Menendang Bola	22
2.1.6 Konsep Ketepatan	26
2.1.7 Target <i>Games</i>	28
2.1.8 Pelaksanaan Latihan <i>Shooting</i> Dengan Menggunakan Target <i>Games</i>	29
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	30
2.3 Kerangka Konseptual	32
2.4 Hipotesis Penelitian	34

	Halaman
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	35
3.1 Metode Penelitian.....	35
3.2 Variabel Penelitian	36
3.3 Populasi dan Sampel.....	36
3.3.1 Populasi.....	36
3.3.2 Sampel	37
3.4 Desain Penelitian.....	37
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	38
3.6 Instrumen Penelitian	38
3.7 Teknik Analisis Data	40
3.8 Langkah-langkah Penelitian.....	42
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	42
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	44
4.1 Deskripsi Data.....	44
4.1.1 Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir	44
4.1.2. Pengujian Persyaratan Analisis	46
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Simpulan	51
5.2 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	57
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	79

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Pretest dan Post-test Ketepatan <i>Shooting</i>	44
Tabel 4.2 Pengolahan Data Hasil Kedalam T skor.....	45
Tabel 4.3 Mean, Simpangan Baku, dan Varian.....	45
Tabel 4.4 Uji Chi Kuadrat	46
Tabel 4.5 Uji F (Fisher)	47
Tabel 4.6 Uji t-test.....	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Sistem Tangga	13
Gambar 2.2 Menendang Bola dengan Kaki Bagian Dalam	23
Gambar 2.3 Menendang Bola dengan Punggung Kaki	25
Gambar 2.4 Sasaran Permainan Tendangan Berlubang	29
Gambar 3.1 Desain Eksperimen	38
Gambar 3.2 Lapangan Tes <i>Shooting</i>	39

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Hasil Tes <i>Shooting</i>	57
Lampiran 2 Program Latihan.....	58
Lampiran 3 Uji Chi-Kuadrat Tes Awal dan Akhir.....	64
Lampiran 4 Uji Homogenitas Data dan Uji Hipotesis	66
Lampiran 5 Tabel Nilai-Nilai Distribusi Z (0 - Z).....	68
Lampiran 6 Tabel Distribusi Nilai-Nilai Chi-Kuadrat (X^2).....	69
Lampiran 7 Tabel Distribusi F	70
Lampiran 8 Tabel Distribusi T.....	71
Lampiran 9 Surat Keputusan (SK)Bimbingan.....	72
Lampiran 10 Surat Keputusan Tim Penguji dalam Pelaksanaan Ujian	73
Lampiran 11 Surat Izin Melaksanakan Penelitian	74
Lampiran 12 Surat Izin Telah Melaksanakan Penelitian.....	75
Lampiran 13 Dokumentasi	76