

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN.....	iii
MOTTO.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Definisi Operasional	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	8
2.1 Kajian Pustaka	8
2.1.1 Kebugaran Jasmani	8
2.1.2 Komponen-Komponen Kebugaran Jasmani.....	10
2.1.3 Futsal	15
2.1.4 Profil Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 10 Tasikmalaya	17
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	17
2.3 Kerangka Konseptual.....	20
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	21
3.1 Metode Penelitian	21
3.2 Variabel Penelitian.....	21
3.3 Populasi dan Sampel.....	22

3.3.1	Populasi	22
3.3.2	Sampel	22
3.4	Teknik Pengumpulan Data	23
3.5	Instrumen Penelitian	23
3.6	Teknik Analisis Data	29
3.7	Langkah-langkah Penelitian	31
3.8	Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
BAB 4	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
4.1	Hasil Penelitian.....	33
4.1.1	Deskripsi Hasil Penelitian	33
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian.....	42
BAB 5	SIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1	Simpulan.....	45
5.2	Saran	45
DAFTAR PUSTAKA		46
LAMPIRAN		50
RIWAYAT HIDUP PENULIS		63