

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	iii
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	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.....	8
1.5 Manfaat Penelitian.....	8
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS	10
2.1 Kajian Pustaka.....	10
2.1.1 Latihan.....	10
2.1.2 <i>Life Kinetik</i>	13
2.1.3 Latihan Metode <i>Life Kinetik</i>	14
2.1.4 Konsentrasi	19
2.1.5 Sepak Bola.....	20
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan.....	21
2.3 Kerangka Konseptual	22
2.4 Hipotesis.....	24
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	26
3.1 Metode Penelitian.....	26
3.2 Variabel Penelitian	27

	Halaman
3.3 Populasi dan Sampel	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel	27
3.4 Desain Penelitian.....	28
3.5 Teknik Pengumpulan Data	29
3.6 Instrumen Penelitian.....	30
3.7 Teknik Analisis Data	33
3.8 Langkah-langkah Penelitian	36
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	38
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Hasil Penelitian	41
4.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	41
4.1.2 Pengujian Persyaratan Analisis.....	43
4.1.3 Pengujian Hipotesis	44
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	45
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	47
5.1 Simpulan.....	47
5.2 Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN	53
RIWAYAT HIDUP PENULIS	73

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Kriteria Penilaian CGT	32
Tabel 2 Jadwal Penelitian.....	39
Tabel 3 Data Hasil Penelitian.....	41
Tabel 4 Hasil Perhitungan Rata-rata, Standar Deviasi, dan Varians dari <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	42
Tabel 5 Hasil Pengujian Normalitas Data	43
Tabel 6 Hasil Pengujian Homogenitas Data	44
Tabel 7 Hasil Pengujian Hipotesis	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Latihan Reaksi Kognisi	16
Gambar 2 Latihan <i>Hand Eye Cordinations Drill with Tennis Ball</i> 1.....	16
Gambar 3 Latihan <i>Hand Eye Cordinations Drill with Tennis Ball</i> 2.....	17
Gambar 4 Latihan <i>Hand Eye Cordinations Drill with Tennis Ball</i> 3.....	17
Gambar 5 Latihan <i>Hand Eye Cordinations Drill with Tennis Ball</i> 4.....	18
Gambar 6 Lempar Tangkap Bola <i>Tennis</i>	18
Gambar 7 Desain Penelitian.....	29
Gambar 8 Contoh Lembar <i>Concentration Grid Test (CGT)</i>	31

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Program Latihan	53
Lampiran 2 Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	56
Lampiran 3 Perhitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi, Varians, dan Uji Lilliefors <i>Pretest</i>	58
Lampiran 4 Perhitungan Skor Rata-rata, Standar Deviasi, Varians, dan Uji Lilliefors <i>Posttest</i>	59
Lampiran 5 Uji Homogenitas.....	59
Lampiran 6 Uji Hipotesis Perbedaan Dua Rata-rata Populasi Berhubungan (<i>Defendent</i>) dengan Uji Satu Pihak.....	61
Lampiran 7 Tabel Distribusi Z Normal.....	63
Lampiran 8 Tabel Nilai Uji Lilliefors	64
Lampiran 9 Tabel Distribusi F	65
Lampiran 10 Tabel Distribusi t	66
Lampiran 11 SK Pembimbing.....	67
Lampiran 12 Surat Observasi / Pengambilan Data Penelitian	68
Lampiran 13 Surat Balasan Observasi / Pengambilan Data Penelitian.....	69
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian.....	70