

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAHAN	i
PERNYATAAN.....	iii
MOTTO.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Definisi Operasional.....	4
1.4 Tujuan Penelitian	5
1.5 Kegunaan Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN TEORETIS	6
2.1 Kajian Pustaka	6
2.1.1 Latihan	6
2.1.2 Prinsip - Prinsip Latihan	8
2.1.3 Futsal.....	11
2.1.4 Peraturan Permainan	12
2.2 Ekstrakurikuler Futsal	19
2.3 Variasi Latihan.....	20
2.4 Penelitian Yang Relevan.....	24
2.5 Kerangka Konseptual	25

	Halaman
2.6 Hipotesis.....	25
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	27
3.1 Metode Penelitian.....	27
3.2 Variabel Penelitian.....	27
3.3 Desain Penelitian.....	28
3.4 Populasi dan Sampel.....	29
3.5 Teknik Pengumpula Data.....	29
3.6 Instrumen Penelitian.....	30
3.7 Teknik Analis Data	32
3.8 Langkah-Langkah Penelitian.....	34
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	36
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	36
4.2 Pengujian Persyaratan Analisis.....	37
4.3 Pengujian Normalitas Data.....	37
4.4 Hasil Pengujian Homogenitas Data.....	38
4.5 Pengujian Uji Hipotesis.....	38
4.5 Pembahasan Penelitian	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	41
5.1 Kesimpulan.....	41
5.2 Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	45
RIWAYAT HIDUP	68

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Gambar 1 sistem tangga	9
2. Gambar 2 Titik Penalti Futsal	13
3. Gambar 3 Bola Futsal	14
4. Gambar 4 Teknik Dasar Mengumpan Bola (<i>Passing</i>)	16
5. Gambar 5 Teknik Dasar Menahan Bola (<i>control</i>)	16
6. Gambar 6 Teknik Dasar Mengumpan Lambung (<i>Chipping</i>)	17
7. Gambar 7 Teknik Dasar Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>)	18
8. Gambar 8 Teknik Dasar Menendang Bola (<i>Shooting</i>)	18
9. Gambar 9 Metode Latihan <i>passing</i> Berpasangan	21
10. Gambar 10 Metode Latihan <i>passing</i> (Segitiga)	22
11. Gambar 11 Metode Latihan <i>Passing</i> (Persegi)	23
12. Gambar 12 Metode Latihan <i>Passing</i> (Rondo 4 vs 1)	24
13. Gambar 13 Diagram variabel	28
14. Gambar 14 Desain Penelitian	28
15. Gambar 15 Diagram Lapangan Tes (<i>Passing Control</i>)	31

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 SK Pembimbing.....	50
Lampiran 2 SK Seminar Proposal.....	51
Lampiran 3 Surat Izin Observasi.....	52
Lampiran 4 Dokumentasi alat	53
Lampiran 5 Dokumentasi pengarahan	53
Lampiran 6 Dokumentasi pemanasan	54
Lampiran 7 Dokumentasi latihan berpasangan	55
Lampiran 8 Dokumentasi latihan segitiga.....	56
Lampiran 9 Dokumentasi latihan el rondo.....	57
Lampiran 10 Dokumentasi <i>pretest</i>	58
Lampiran 11 Dokumentasi <i>posttest</i>	59
Lampiran 12 Dokumentasi pemain	60
Lampiran 13 Pengolahan data	61