

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN	ii
MOTTO.....	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
11.1 Latar Belakang Masalah	1
11.2 Rumusan Masalah.....	5
11.3 Definisi Operasional	5
11.4 Tujuan Penelitian	6
11.5 Manfaat Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN TEORITIS	8
2.1 Kajian Teori.....	8
2.1.1 Permainan Sepak Bola.....	8
2.1.2 Teknik Dasar Sepak Bola	9
2.1.3 Teknik Dasar Mengumpan Bola (<i>Long Passing</i>)	10
2.1.4 Variasi Latihan <i>Long Passing</i>	13
2.1.5 Ketepatan.....	19
2.1.6 Metode Latihan <i>Long Passing</i>	24

2.1.7	Faktor yang Mempengaruhi Ketepatan <i>Long Passing</i>	26
2.1.8	Konsep Latihan.....	29
2.1.9	Pengertian Latihan.....	33
2.1.10	Prinsip-Prinsip Latihan.....	33
2.1.11	Karakteristik Pemain SSB AL-Hilal U-12	36
2.2	Hasil Penelitian Relevan.....	38
2.3	Kerangka Konseptual.....	41
2.4	Hipotesis	43
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN.....		44
3.1	Metode Penelitian	44
3.2	Variabel Penelitian.....	44
3.3	Populasi dan Sampel.....	45
3.3.1	Populasi	45
3.3.2	Sampel	45
3.4	Desain Penelitian	46
3.5	Teknik Pengumpulan Data	47
3.6	Instrumen Penelitian	48
3.7	Teknik Analisis Data	49
3.8	Langkah-langkah Penelitian	52
3.9	Waktu dan Tempat Penelitian.....	53
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		54
4.1	Hasil Penelitian.....	54
4.1.1	Deskripsi Hasil Penelitian	54
4.1.2	Pengujian Persyaratan Analisis	56
4.1.3	Pengujian Hipotesis	57

4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	58
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	62
5.1 Simpulan.....	62
5.2 Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN	68
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	92

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Waktu dan Penelitian.....	53
Tabel 4. 1 Deskripsi Hasil Tes Awal.....	54
Tabel 4. 2 Deskripsi Hasil Tes Akhir	55
Tabel 4. 3 Hasil Perhitungan Data.....	55
Tabel 4. 4 Hasil Pengujian Distribusi Normal	56
Tabel 4. 5 Hasil Pengujian Homogenitas	57
Tabel 4. 6 Analisis Data Peningkatan Hasil Latihan.....	58

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 <i>Passing Inside Of The Foot</i>	11
Gambar 2.2 <i>Passing Outside Of The Foot</i>	12
Gambar 2. 3 <i>Passing Intesep</i>	13
Gambar 2. 4 <i>Long Passing Triangle</i> Ditempat.....	16
Gambar 2. 5 <i>Target Zone Long Passing</i>	17
Gambar 2. 6 <i>Long Passing and Move</i>	18
Gambar 2. 7 Sistem Tangga	35
Gambar 3. 1 Desain Penelitian Eksperimen	46
Gambar 3. 2 Tes Ketepatan <i>Long Passing</i>	48

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Program latihan.....	68
Lampiran 2. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir <i>Long passing</i>	72
Lampiran 3. Perhitungan Analisis Data.....	75
Lampiran 4. Tabel Distribusi Nol.....	77
Lampiran 5. Tabel Nilai-Nilai Distribusi Uji Lilliefors	78
Lampiran 6. Tabel Distribusi F	79
Lampiran 7. Tabel Distribusi T	80
Lampiran 8. Surat Balasan Penelitian.....	81
Lampiran 9. Surat Validasi Penelitian.....	82
Lampiran 10. Lembar Persetujuan Penelitian.....	83
Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian.....	84
Lampiran 12. Rekap Statistik SSB AL-Hilal U-12	85
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian	86