

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACK	vii
KATA PENGANTAR	viii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Definisi Operasional	4
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.5 Manfaat Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN TEORETIS.....	8
2.1 Kajian Teori	8
2.1.1 Konsep Latihan.....	8
2.1.2 Tujuan dan sasaran Latihan	9
2.1.3 Prinsip-prinsip Latihan	9
2.1.4 Konsep permainan bola futsal	12
2.1.5 Konsep ballfeeling.....	15
2.1.6 Latihan <i>ballfeeling</i> rollovers.....	18
2.1.7 Latihan <i>ballfeeing sole drag</i>	19
2.1.8 Perancangan program latihan	20
2.2 Hasil Penelitian yang Relevan	20
2.3 Kerangka Konseptual	23

	Halaman
2.4 Hipotesis	24
BAB 3 PROSEDUR PENELITIAN	25
3.1 Metode Penelitian	25
3.2 Variabel Penelitian	25
3.3 Populasi dan Sampel.....	26
3.3.1 Populasi	26
3.3.2 Sampel	26
3.4 Desain Penelitian	27
3.5 Teknik Pengumpulan Data	27
3.6 Instrumen Penelitian	28
3.7 Teknik Analisis Data	30
3.8 Langkah-langkah Penelitian	33
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian.....	34
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Deskripsi data	35
4.1.1 Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir	35
4.1.2 Hasil Pengujian normalitas data	36
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	39
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN.....	43
5.1 Simpulan.....	43
5.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	47
RIWAYAT HIDUP PENULIS	73