

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Manfaat Penelitian	12
D. Tujuan Penelitian	13
E. Struktur Organisasi Tesis	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Pustaka	15
1. Hakekat Sepakbola.....	15
2. Hakekat Sport Science	16
3. Hakekat Latihan	20
a) Prinsip-Prinsip Latihan.....	20
I. Prinsip Fisiologis.....	21
II. Prinsip Psikologis.....	26
III. PrinsipPedagogis.....	27
b) Norma-Norma Pembebanan Latihan.....	28
I. Volume Latihan.....	29
II. Intensitas Latihan.....	30
III. Densitas Latihan.....	31
IV. Istirahat latihan.....	31
5. Hakekat Kemampuan Fisik	32

Gilang Fauzi Ramdani, 2016

ANALISIS INTENSITAS GERAK PADA BERBAGAI POSISI DENGAN MENGGUNAKAN TEKNOLOGI GLOBAL POSITION SYSTEM (GPS) DAN UJI PERFORMANCE YANG DINILAI DENGAN GPAI PADA PEMAIN DIKLAT PERSIB U-19

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

6. Hakekat Performance	40
7. Hubungan Antara sepakbola dengan kemajuan sports science, sepakbola dan sports science	41
B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan	44
C. Posisi Teoritis Peneliti.....	45
a. Kerangka Pemikiran	45
b. Hipotesis	46
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	48
B. Populasi, sampling, dan Sampel Penelitian	50
1. Populasi.....	50
2. Sampel Penelitian.....	51
C. Instrumen Penelitian.....	55
D. Prosedur Penelitian	57
E. Pengolahan dan Analisis Data	58
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	59
1. Deskripsi kemampuan Kondisi Fisik	59
2. Deskripsi Analisis Gerak.....	61
3. Hasil Uji Normalitas Intensitas Gerak	63
4. Hasil Uji homogenitas Data Intensitas Gerak	65
5. Pengujian Hipotesis.....	66
B. Pembahasan Hasil Penelitian	72
BAB V KESIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan	77
B. Rekomendasi.....	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	82