

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Struktur Organisasi Skripsi	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN PEMIKIRAN	7
A. Kajian Teori.....	7
1. Hakikat Permainan Futsal	7
2. Karakteristik Permainan Futsal	8
3. Peraturan Permainan Cabang Olahraga Futsal	10
4. Hakikat Kondisi Fisik.....	16
5. Kondisi Fisik Dalam Cabang Olahraga Futsal	23
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Metode Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Teknik Pengambilan Sampel.....	27
D. Instrumen Penelitian.....	27
E. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL DAN ANALISIS DATA	40
A. Analisis dan Deskriptif Data	40
B. Pembahasan	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan.....	57
B. Implikasi.....	57
C. Rekomendasi	57

DAFTAR PUSTAKA	59
DAFTAR LAMPIRAN	61
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	87



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Kriteria Tes <i>The Modified Sit and Reach</i>	28
3.2 Kriteria Tes <i>Shuttle Run</i> 8 meter x 5.....	29
3.3 Kriteria Tes Lari 20 meter.....	29
3.4 Mengenai Tahapan-Tahapan pada <i>Bleep Test</i>	30
3.5 Prediksi Nilai Ambilan Oksigen dengan Tes Lari Multitahap.....	31
3.6 Kriteria <i>Bleep Test</i>	35
3.7 Kriteria <i>Vertical Jump</i>	36
3.8 Tabel Konversi Nilai.....	37
3.9 Tabel Kategori Status Kondisi Fisik.....	38
4.1 Hasil Tes Pengukuran <i>Modified Sit and Reach</i>	40
4.2 Hasil Tes Pengukuran <i>Shuttle Run</i> 8 meter x 5.....	42
4.3 Hasil Tes Pengukuran Lari 20 meter.....	43
4.4 Hasil Tes Pengukuran <i>Bleep Test</i>	44
4.5 Hasil Tes Pengukuran <i>Vertical Jump</i>	46
4.6 Data Hasil Konversi Tes Kondisi Fisik PORDA Kabupaten Sumedang.....	48
4.7 Hasil Konversi Tes Kondisi Fisik PORDA Kota Bandung.....	50
4.8 Parameter Kondisi Fisik Timnas Futsal Putra Indonesia.....	51
4.9 <i>Test Of Normality</i>	53
4.10 Uji Homogenitas.....	54
4.11 Uji Beda Rata-rata.....	55
4.11 <i>Ranks</i>	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Ukuran Lapangan Futsal	10
2.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi Prestasi Puncak	17
2.3 Elemen-elemen Kemampuan Fisik	19
2.4 <i>Interdependence among the biomotor abilites</i>	20
2.5 <i>Dominant composition among</i>	25
3.1 Rumus t-hitung	39
4.1 Hasil Tes Pengukuran <i>Modified Sit and Reach</i>	41
4.2 Hasil Tes Pengukuran <i>Shuttle Run</i> 8 meter x 5	42
4.3 Hasil Tes Pengukuran Lari 20 meter	43
4.4 Hasil Tes Pengukuran <i>Bleep Test</i>	45
4.5 Hasil Tes Pengukuran <i>Vertical Jump</i>	46
4.6 Kondisi Fisik PORDA Kabupaten Sumedang Secara Umum	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Tes PORDA Sumedang	61
2. Konversi Hasil Tes PORDA Sumedang	62
3. Hasil Tes PORDA Kota Bandung	63
4. Konversi hasil Tes PORDA Bandung	64
5. Jumlah dan Persentase Katagori Tiap Item Tes	65
6. Perbandingan Nilai Tertinggi dan Terendah	66
7. Perbandingan Tingkat Kondisi Fisik Secara Umum	67
8. Hasil dan Kategori Tes Fleksibilitas	68
9. Hasil dan Kategori Tes Kelincahan	69
10. Hasil dan Kategori Tes Kecepatan	70
11. Hasil dan Kategori Tes Daya Tahan	71
12. Hasil dan Kategori Tes <i>Power</i> Otot Tungkai	72
13. Status Kondisi Fisik Keseluruhan Tiap Atlet	73
14. Perbandingan Skor Tertinggi dan Terendah	79
15. Perbandingan Skor Status Kondisi Fisik Keseluruhan	79
16. Dokumentasi Penelitian	80