

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR BAGAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.5 Batasan Penelitian	5
1.6 Batasan Istilah	6
1.7 Struktur Organisasi Penelitian	6
BAB 2 LANDASAN TEORI	
A. Landasan Teori	
2.1 Hakikat Olahraga Permainan Sepak Takraw	8
2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Olahraga	12
2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Cabang Olahraga Sepak Takraw	15
2.3.1 Latihan Fisik	16
2.3.2 Latihan Teknik	21
2.3.3 Latihan Taktik	21
2.3.4 Latihan Mental	22
2.4 Analisis Kebutuhan Latihan Cabor Permainan Sepak Takraw	23
2.4.1 Komponen Fisik Dominan Dalam Cabang Olahraga Sepak Takraw	23
2.4.2 Pengaruh Komponen Fisik Terhadap Keterampilan Teknik	24

B. Kerangka Berpikir	25
BAB 3 METODE PENELITIAN	
A. Prosedur Penelitian	27
B. Lokasi, Populasi, dan Sampel	28
C. Langkah-langkah Penelitian	30
D. Instrumen Penelitian.....	31
E. Pengklasifikasian Teknik	34
BAB 4 TEMUAN DAN PEMBAHASAN	
A. Temuan Penelitian	35
B. Pembahasan.....	37
BAB 5 KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	
A. Kesimpulan	43
B. Implikasi	43
C. Rekomendasi.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN – LAMPIRAN	47