

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Struktur Organisasi Skripsi	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	7
1. Hakikat dan Karakteristik Cabang Olahraga Futsal	7
1.1. Hakikat Cabang Olahraga Futsal	8
1.2. Karakteristik Olahraga Futsal	9
2. Sistem Energi Cabang Olahraga Futsal	11
2.1. Definisi dan Jenis Sistem Energi	11
2.2. Sistem Energi Olahraga Futsal	13
3. Hakikat Model Latihan	14
3.1. Metode Latihan Dalam Olahraga	14
4. Latihan <i>Circuit Training</i>	16
4.1. Definisi <i>Circuit Training</i>	16
4.2. <i>Circuit Training</i> Dalam Futsal	17
B. Penelitian yang Relevan	18
C. Posisi Teoretis	20
D. Hipotesis Penelitian	22

BAB III METODE PENELITIAN

A. Metode dan Desain Penelitian	23
B. Partisipan	24
C. Populasi dan Sampel	24
D. Instrumen Penelitian	24
E. Prosedur Penelitian	26
1. Langkah-Langkah Penelitian.....	26
2. Program Penelitian	27
3. Program Latihan	29
F. Validitas Internal & Eksternal	30
G. Prosedur Pengolahan Data	32

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan.....	33
1. Deskripsi Data.....	33
2. Pengujian Prasyarat Analisis	34
B. Pembahasan	36
C. Diskusi Penemuan	39

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

A. Simpulan	41
B. Implikasi	41
C. Saran	41

DAFTAR PUSTAKA	43
-----------------------------	----

LAMPIRAN	46
-----------------------	----

RIWAYAT HIDUP	
----------------------------	--

80