

**ANALISA KEBUTUHAN LATIHAN FISIK PEMAIN SEPAKBOLA
DALAM KOMPETISI AFF U-19
(Studi Analisis Terhadap Pemain Gelandang Timnas Indonesia U-19)**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Sains
Di Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh
Anwarul Hidayat
1305079

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2017**

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

ANWARUL HIDAYAT

1305079

**ANALISA KEBUTUHAN LATIHAN FISIK PEMAIN SEPAKBOLA
DALAM KOMPETISI AFF U-19**

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH PEMBIMBING:

Dosen Pembimbing

Iman Imanudin, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197508102001121001

Mengetahui
Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi

Mustika Fitri, S.Pd., M.Pd., Ph.D.
NIP. 196812201998022001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Analisa Kebutuhan Latihan Fisik Pemain Sepakbola Dalam Kompetisi Piala AFF U-19” ini sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/ sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Oktober 2017

Yang membuat pernyataan,

ANWARUL HIDAYAT
NIM. 1302004

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmannirrahim...

Segala puji hanya untuk Allah SWT, pemberi petunjuk yang memberi kemudahan bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah SAW.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar sarjana sains program studi ilmu keolahragaan dengan judul “**Analisa Kebutuhan Latihan Fisik Pemain Sepakbola Dalam Kompetisi Piala AFF U-19**”. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dari segi bahasa, penulisan, penyusunan maupun penyampaiannya. Maka dari itu, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun.

Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi mahasiswa Ilmu Keolahragaan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia. Terima kasih.

Bandung, Oktober 2017

ANWARUL HIDAYAT
NIM. 1305079

**ANALISA KEBUTUHAN LATIHAN FISIK
PEMAIN SEPAKBOLA DALAM KOMPETISI PIALA AFF U-19**

Oleh
Anwarul Hidayat

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Science Olahraga pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

©anwarulhidayat2017
Universitas Pendidikan Indonesia
Januari 2017

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah Wasyukurillah pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan tugas skripsi ini, atas izin Allah SWT yang menyertai langkah penulis sehingga penulis selalu ada dalam lindungan serta ridho-Nya. Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dan dukungan pihak lain. Oleh karena itu, pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof.Dr.H. Adang Suherman, MA. selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
2. Ibu Mustika Fitri. S.Pd. M.Pd. Ph.D. selaku Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
3. Bapak Iman Imanudin, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi juga selaku Dosen Pembimbing Akademik terbaik yang telah membantu, membimbing, memotivasi dan memberi arahan dengan sangat sabar serta penuh rasa kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, terima kasih Pak Iman bimbingan dengan bapak sangatlah berkesan.
4. Staf Dosen dan asisten dosen serta staf karyawan FPOK UPI yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan membantu administrasi sehingga penulis dapat menyusun skripsi ini.
5. Terutama untuk orangtua penulis Bapak Warta dan Ibu Titi tercinta selaku orang tua serta Nenek yang selalu mendo'akan, membesarkan, memberi kasihsayang, membimbing, memotivasi dan memberi dukungan yang sangat luar biasa baik dan sabar berupa moril maupun materi dari awal perkuliahan sampai pada akhirnya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
6. Keluarga besar Nenek Hati, mamang dan bibi yang selalu memberikan do'a dan dukungan tiada henti terutama untuk teteh Yanti Suyanti yang selalu mensupport.
7. Teman- teman pejuang skripsi lainnya Agung, Romi, Billi, Adittyo, Iqbal, Yusuf, Ricky, Dadi, Iik, Zaenal, Tian, Dwiki yang selalu membantu dan memotipasi penulis untuk lebih semangat dalam mengerjakan revisi

8. Teman seperjuangan yang sudah penulis anggap sodara sendiri Miftah, Hazmi, Iis, Tasya, Agna, Rohman, Aldes yang selalu membantu dan selalu ada dalam keadaan susah maupun senang.
9. Keluarga Besar Mahasiswa Pandeglang
10. Teman-teman MATB FC untuk pengalaman yang tak terlupakan bersama penulis selama berkuliah.
11. Teman-teman URBAN COLLEGE UNITED
12. Dhea Fajarwati partner terbaik yang selalu memberikan do'a dukungan dan menemani penulis hingga sampai penulis mendapatkan gelar.
13. Keluarga Besar UPI, Keluarga Besar FPOK, dan Keluarga Besar IKOR, khususnya Teman, sahabat seperjuangan barudak IKOR angkatan 2013 yang selalu mendukung dari awal sampai akhir perkuliahan.
14. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang memberikan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Kepada Allah SWT penulis mengembalikan segalanya agar semua mendapat imbalan yang setimpal dan berlipat ganda atas segala bantuannya kepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini. Aamiinn

Bandung, Oktober 2017

ANWARUL HIDAYAT
NIM. 1305079