

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Penelitian.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.4. Manfaat	4
1.5. Struktur Organisasi Skripsi.....	5
BAB II.....	6
KAJIAN PUSTAKA.....	6
2.1 Sepakbola	6
2.2. Karakteristik Gerak dalam Sepakbola.....	7
2.3. Kelelahan dalam Sepakbola.....	12
2.4. Akurasi Longpass dalam Sepakbola	13
2.4.1. Ketepatan (accuracy)	13
2.4.2. Longpass.....	14
2.5. Faktor yang Mempengaruhi Ketepatan Tendangan Longpass	18
2.6. Ukm Sepakbola UPI.....	20

Muhammad Riffai, 2018

**DAMPAK KELELAHAN TERHADAP TINGKAT AKURASI TENDANGAN LONGPASS UKM
SEPAKBOLA UPI**

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

2.6.1.	Profil Ukm Sepakbola UPI	20
2.6.2.	Prestasi Ukm Sepakbola Upi	20

Muhammad Riffai, 2018

**DAMPAK KELELAHAN TERHADAP TINGKAT AKURASI TENDANGAN LONGPASS UKM
SEPAKBOLA UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | Repository..upi.edu | perpustakaan.upi.edu..... 38

2.7.	Penelitian yang Relevan	21
2.8.	Kerangka Berfikir.....	23
2.9.	Hipotesis.....	24
BAB III.....		25
METODE PENELITIAN.....		25
3.1.	Desain Penelitian.....	25
3.2.	Partisipan.....	26
3.3.	Populasi dan Sampel.....	26
3.4.	Instrumen Penelitian	27
3.4.1	Longpass Accuracy. (Bobby Charlton).....	27
3.4.3.	POLAR.....	32
3.5.	Prosedur Penelitian.....	33
3.5.1	Menentukan populasi.....	33
3.5.2	Menentukan Sampel	33
3.5.3	Perekrutan tester penelitian.....	34
3.5.4	Pengambilan data penelitian	34
3.5.5	Pengolahan Data	34
3.5.6	Penentuan Kesimpulan	34
3.6.	Analisis Data	35
3.6.1.	Deskripsi Profil Longpass dan Heart Rate UKM Sepakbola UPI.....	35
3.6.2.	Uji Normalitas	35
3.6.3.	Uji Homogenitas.....	36
3.6.4.	Uji Hipotesis.....	36
BAB IV		38

Muhammad Riffai, 2018

**DAMPAK KELELAHAN TERHADAP TINGKAT AKURASI TENDANGAN LONGPASS UKM
SEPAKBOLA UPI**

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

4.1.	Temuan.....	38
4.1.1.	Deskriptif Data	38
4.1.2.	Profil Interval Standard Heart Rate.....	44
4.1.3.	Profil Interval Standard Long Pass	46
4.1.4.	Uji Normalitas	49
4.1.5.	Uji Homogenitas.....	50
4.1.6.	Uji Paired T-test	51
4.2.	Diskusi Temuan dan Pembahasan	53
BAB V.....		56
KESIMPULAN IMPLIKASI DAN REKOMENDASI.....		56
5.1.	Kesimpulan.....	56
5.2.	Implikasi dan Rekomendasi.....	56
5.3.	Keterbatasan Hasil Penelitian	57
DAFTAR PUSTAKA		58
LAMPIRAN		61
DAFTAR RIWAYAT HIDUP		82

Muhammad Riffai, 2018

**DAMPAK KELELAHAN TERHADAP TINGKAT AKURASI TENDANGAN LONGPASS UKM
SEPAKBOLA UPI**

Universitas Pendidikan Indonesia | Repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu..... 38

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jarak berlari pemain sepakbola kategori usia 13-15 tahun	8
Tabel 2. 2 Jarak berlari pemain sepakbola kategori usia 15-16 tahun	9
Tabel 2. 3 Jarak berlari pemain Sepakbola kategori usia 17-18 tahun ..	10
Tabel 2. 4 Ukuran lapang Sepakbola	11
Tabel 2. 5 Teknik Sepakbola Setiap Pertandingan	15
Tabel 2. 6 Statistika Shortpass dan Longpass Tim EROPA	15
Tabel 2. 7 Statistika Shortpass dan Longpass Pemain EROPA	16
Tabel 3. 1 kategori akurasi tendangan Longpass.....	29
Tabel 3. 2 Nilai Interval Longpass.....	30
Tabel 3. 3 Tipe Kelelahan Denyut Nadi.....	33
Tabel 3. 4 Tingkat Korelasi	36
Tabel 4. 1 Data Pretest Nilai akurasi Longpass UKM Sepakbola UPI..	38
Tabel 4. 2 Data Posttest Nilai akurasi Longpass UKM Sepakbola UPI	40
Tabel 4. 3 Data Nilai Pretest Heart Rate UKM Sepakbola UPI	41
Tabel 4. 4 Data Nilai Posttest Heart Rate UKM Sepakbola UPI	42
Tabel 4. 5 Tipe kelelahan Denyut Nadi	44
Tabel 4. 6 Analisis Heart Rate Sebelum kelelahan.....	44
Tabel 4. 7 Analisis Heart Rate Sesudah RAST Test.....	45
Tabel 4. 8 Nilai Interval Longpass.....	46
Tabel 4. 9 Profil Longpass Sebelum kelelahan	47
Tabel 4. 10 Profil Longpass Sesudah Kelelahan	47
Tabel 4. 11 Uji Normalitas Akurasi Longpass Pretest dan Posttest UKM Sepakbola UPI	49
Tabel 4. 12 Uji Homogenitas Data	50
Tabel 4. 13 Paired Correlation Data	51
Tabel 4. 14 Koefisien Determinasi Data	51
Tabel 4. 15 Uji Paired Sampel Test	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Ukuran Lapangan Sepakbola.....	11
Gambar 2. 2 Low accuracy, poor precision, good trueness	14
Gambar 2. 3 Low accuracy, good precision, poor trueness	14

Gambar 3. 2 Struktur penelitian	26
Gambar 3. 3 Bidang Sasaran Tes Tendangan Lambung Bobby Charlton	28
Gambar 3. 4 Jarak dan Target Tes Tendangan Lambung Bobby Charlton	28
Gambar 3. 5 Penetapan interval.....	29
Gambar 3. 6 perhitungan interval longpass.....	30
Gambar 3. 7 RAST Test.....	31
Gambar 3. 8 Polar	33
Gambar 3. 9 Prosedur Penelitian	35
Gambar 3. 10 Perhitungan Kofisien Determinasi	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Peminjaman UPT	62
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian UKM Sepakbola UPI	63
Lampiran 3 Surat Izin Peminjaman Alat	64
Lampiran 4 Surat Bebas Peminjaman Buku Perpustakaan UPI..	65
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian	66
Lampiran 6 Hasil Pengambilan Data	70
Lampiran 7 Olah Data Penelitian	74
Lampiran 8 Kartu Bimbingan Skripsi.....	76
Lampiran 9 Surat Keterangan Judul Skripsi	79

Gambar 3. 1 Desain Penelitian	25
-------------------------------------	----