

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah Penelitian.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.5. Struktur Organisasi Skripsi.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN, DAN HIPOTESIS	
2.1. Olahraga Sepakbola.....	7
2.2. Teknik dasar Sepakbola.....	8
2.2.1. Mengumpan jauh (long passing).....	9
2.2.2. Teknik Dasar Menggiring Bola (Dribbling).....	9
2.2.3. Teknik Dasar menembak bola (shooting).....	11
2.2.4. Teknik Dasar Menyundul Bola (Heading).....	11
2.2.5. Teknik Dasar Menerima Bola (Receiving).....	12
2.3. Karakteristik Permainan Sepakbola.....	13
2.4. Hakikat kemampuan kondisi fisik.....	15
2.5. Hakikat Kemampuan Kecepatan Gerak (SAQ).....	17
2.6. Hakikat Kemampuan Kecepatan Gerak Merubah Arah (Agility).....	18
2.7. Hakikat Latihan.....	21
2.8. Metode Latihan Kelincahan.....	24
2.9. Bentuk Latihan Kelincahan.....	25

Rifqi Naufal Nazhif, 2018

PENGARUH LATIHAN DIK'S LETTERS AGILITY MENGGUNAKAN BOLA TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA

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

2.10. Latihan kelincahan Dik's letters agility menggunakan bola.....	27
2.11. Kerangka Pemikiran.....	27
2.12. Hipotesis.....	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1. Metode Penelitian.....	29
3.2. Populasi dan Sampel.....	30
3.2.1. Populasi.....	30
3.2.2. Sampel.....	31
3.3. Desain Penelitian.....	32
3.4. Instrumen Penelitian.....	33
3.5. Tempat dan Waktu pelaksanaan.....	35
3.6. Pengolahan Data.....	36
3.6.1 Analisis Deskriptif.....	36
3.6.2 Uji Homogenitas.....	37
3.6.3 Uji Normalitas dan Uji Homogenita.....	37
3.6.4 Statistika Parametrik T-Test.....	38
3.6.4.1 Paired Sample T Test.....	38
3.6.4.2 Uji Hipotesis Statistik Penelitian.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1. Hasil Penelitian.....	39
4.2. Diskusi Penemuan dan Pembahasan.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Kesimpulan.....	47
5.2. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	51

Rifqi Naufal Nazhif, 2018

PENGARUH LATIHAN DIK'S LETTERS AGILITY MENGGUNAKAN BOLA TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA

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

DATA TABEL

Tabel 2.1 Teori Karvonen.....	23
Tabel 3.1 Langkah-langkah pengambilan dan pengolahan data penelitian.....	33
Tabel 4.1 Hasil penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Awal Masing-masing Kelompok.....	39
Tabel 4.2 Hasil penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Akhir Masing-masing Kelompok.....	39
Tabel 4.3 Hasil Pengujian Homogenitas Dua Varians.....	40
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Uji Normalitas Kedua Kelompok Sampel Sebelum Eksperimen.....	42
Tabel 4.5 Hasil Pengujian Uji Normalitas Kedua Kelompok Sampel Sesudah Eksperimen.....	43
Tabel 4.6 Hasil Pengujian Paired Samples Test.....	44

Rifqi Naufal Nazhif, 2018

PENGARUH LATIHAN DIK'S LETTERS AGILITY MENGGUNAKAN BOLA TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA

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

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Komponen Kondisi Fisik.....	16
Gambar 2.2 Dik's Letters Agility.....	26
Gambar 3.1 Tes slalom dribbling 2 meter.....	35

Rifqi Naufal Nazhif, 2018

*PENGARUH LATIHAN DIK'S LETTERS AGILITY MENGGUNAKAN BOLA
TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA
CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA*

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

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Test Awal dan Test Akhir.....	51
Lampiran 2 Hasil penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Awal.....	52
Lampiran 3 Hasil penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Tes Akhir.....	52
Lampiran 4 Hasil Pengujian Homogenitas Dua Varians.....	53
Lampiran 5 Hasil Pengujian Uji Normalitas Kedua Kelompok Sampel Sebelum Eksperimen.....	53
Lampiran 6 Hasil Pengujian Uji Normalitas Kedua Kelompok Sampel Sesudah Eksperimen.....	54
Lampiran 7 Hasil Pengujian Paired Samples Test.....	55
Lampiran 8 Program latihan Dik's letters agility.....	56
Lampiran 9 SK Pembimbing Skripsi.....	77
Lampiran 10 Surat Penelitian.....	82

Rifqi Naufal Nazhif, 2018

***PENGARUH LATIHAN DIK'S LETTERS AGILITY MENGGUNAKAN BOLA
TERHADAP PENINGKATAN KELINCAHAN MENGGIRING BOLA PADA
CABANG OLAHRAGA SEPAKBOLA***

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