

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	iii
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	6
E. Anggapan Dasar	6
F. Hipotesis	8
G. Batasan Penelitian	9
H. Definisi Operasional	10
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kebugaran Jasmani	11
1. Pengertian Kebugaran Jasmani	12
a. Kebugaran yang Berkaitan Dengan Kesehatan	14
b. Kebugaran yang Berkaitan Dengan Performa.....	16
1). Kekuatan yang Cepat (<i>speed strength/power</i>).....	17
2). Kecepatan (<i>Speed</i>).....	18
3). Kelincahan (<i>Agility</i>)	19

Hermawan, 2013

Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Teknik Dasar Futsal Siswa SMAN 1 Losarang Kabupaten Indramayu

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

4).Koordinasi (<i>Coordination</i>).....	20
5).Keseimbangan (<i>Balance</i>)	21
B. Futsal	22
1. Sejarah Futsal	22
2. Falsafah Futsal.....	24
3. Hakekat Permainan Futsal	26
C. Teknik Dasar Futsal	28
1. Teknik Dasar Mengumpan (<i>Passing</i>).....	28
2. Teknik Dasar Menahan Bola (<i>Stopping</i>)	29
3. Teknik Dasar Menggiring Bola (<i>Dribbling</i>).....	29
4. Teknik Dasar Menebak Bola (<i>Shooting</i>)	30
a. Teknik Menendang Bola Dengan Punggung.....	30
b. Teknik Menendang Bola Dengan Ujung Kaki	31
D. Tingkat Kebgaran Jasmani Terhadap Teknik Dasar Futsal.....	31
1. Hubungan Antara Passing Dengan Koordinasi Mata-Kaki	36
2. Hubungan Antara Stopping Dengan Koordinasi Mata-Kaki	37
3. Hubungan Antara Dribbling Dengan Kelincahan (<i>Agilitas</i>).....	38
4. Hubungan Antara Shooting Dengan Power Tungkai.....	39
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	41
B. Populasi dan Sempel Penelitian	42
1. Populasi	42
2. Sempel	42
C. Desain Penelitian	43
D. Instrumen Penelitian	45
1. Tes Kebugaran Jasmani	45
2. Tes Teknik Dasar Futsal	49
E. Teknik Mengumpulkan Data	53

1. Tes Kebugaran Jasmani	53
2. Tes Teknik Dasar Futsal	53
3. Studi Dokumentasi	54
F. Analisis Data.....	54
1. Menghitung Rata-rata	54
2. Menghitung Simpangan Baku	55
3. Uji Normalitas	55
4. Analisis Korelasional	56
5. Uji Hipotesis	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Pengolahan Data	59
B. Analisis Data	60
1. Uji Normalitas Data	60
2. Hasil Pengujian Hipotesis	62
3. Uji Signifikansi.....	62
C. Diskusi Temuan	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	65
B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Koefisien Korelasi Product Moment	57
Tabel 4.1	Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku	60
Tabel 4.2	Hasil Penghitungan Uji Normalitas Tiap Variabel	61
Tabel 4.3	Hasil Penghitungan Koefisien Korelasi	62
Tabel 4.4	Hasil Uji Signifikansi Koefisien Korelasi.....	63



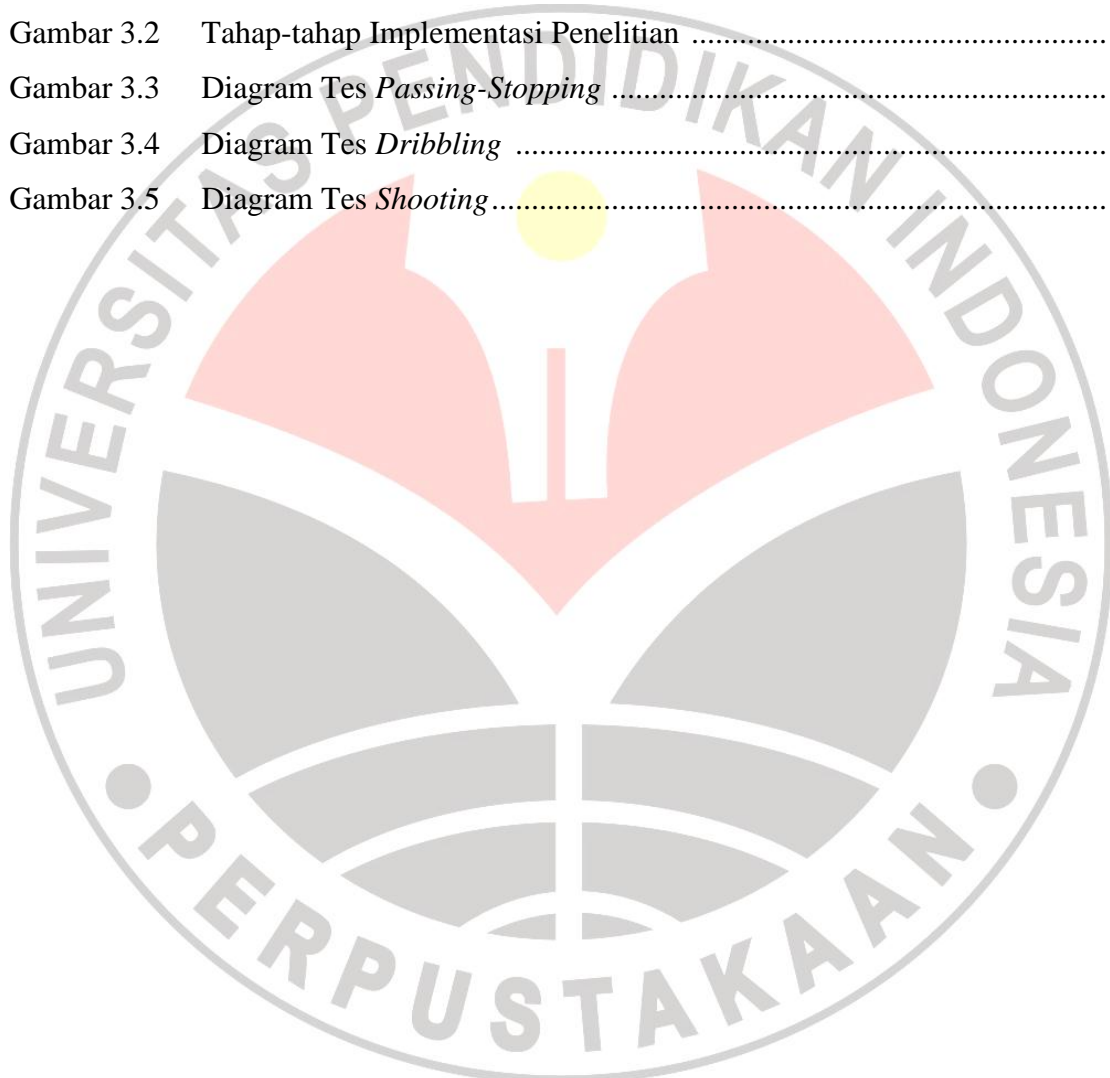
Hermawan, 2013

Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dengan Teknik Dasar Futsal Siswa SMAN 1 Losarang Kabupaten Indramayu

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

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Komponen Kebugaran Jasmani.....	15
Gambar 3.1	Desain Penelitian	43
Gambar 3.2	Tahap-tahap Implementasi Penelitian	44
Gambar 3.3	Diagram Tes <i>Passing-Stopping</i>	50
Gambar 3.4	Diagram Tes <i>Dribbling</i>	51
Gambar 3.5	Diagram Tes <i>Shooting</i>	53



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN

1. Data Mentah Tes dan Pengukuran	70
2. Data Uji Normalitas Lilifors Tes Kebugaran Jasmani	74
3. Data Uji Normalitas Lilifors Tes Teknik Dasar Futsal	79
4. Uji Korelasi Tunggal Kebugaran Jasmani Terhadap Teknik Dasar Futsal	83
5. Nilai Kritis Untuk Uji Lilifors.....	85
6. Nilai Z	86
7. Nilai Distribusi t.....	87
8. Gambar Hasil Penelitian.....	88
9. Pengesahan Judul dan Penunjukkan Dosen Pembimbing Skripsi.....	91
10. Surat Izin Penelitian	94
11. Balasan Surat Izin Penelitian.....	95
12. Daftar Riwayat Hidup	96