

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Batasan Penelitian.....	9
F. Batasan Istilah.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	13
A. Hakikat Bola Tangan.....	13
B. Hakikat Sepak Bola.....	39
C. Hakikat Kebugaran Jasmani.....	51
D. Hakikat Latihan.....	62
E. Kerangka Pemikiran.....	63
F. Hipotesis.....	66
BAB III PROSEDUR PENELITIAN.....	67
A. Metode Penelitian.....	67
B. Populasi dan Sampel.....	68
C. Desain Penelitian.....	70
D. Instrumen Penelitian.....	72
E. Pelaksanaan Latihan.....	74
F. Prosedur Pengolahan Data.....	82
BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA.....	86
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data.....	86
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	86
1. Uji Normalitas Data.....	86
2. Pengujian Homogenitas.....	87
C. Pengujian Hipotesis.....	88
D. Diskusi Penemuan.....	89

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	93
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	95
LAMPIRAN-LAMPIRAN RIWAYAT HIDUP	

