

## DAFTAR ISI

	Hal
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS</b> .....	<b>9</b>
A. Kajian Teoritis .....	9
1. Hakikat Latihan.....	9
1.1. Prinsip-prinsip Latihan.....	18
1.2. Komponen-Komponen Latihan.....	27
2. Hakikat Program Latihan .....	38
2.1. Periodesasi .....	40
2.2. Langkah-Langkah Menyusun Program Latihan.....	43
2.3. Periodesasi Perencanaan Tahunan .....	46
3. Pra Kompetisi.....	51
4. Hakikat Manajemen Olahraga.....	53
4.1. Pengertian Manajemen.....	53
4.2. Fungsi-Fungsi Manajemen.....	55
5. Hakikat Permainan Hockey.....	75
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>79</b>
A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	79

1. Lokasi .....	79
2. Waktu Penelitian .....	79
B. Subjek Penelitian.....	79
C. Metode Penelitian.....	79
D. Teknik Pengumpulan Data.....	80
E. Teknik Analisis Data.....	82
<b>BAB IV DESKRIPSI DATA DAN TEMUAN PENELITIAN .....</b>	<b>84</b>
A. Deskriptif Latar Penelitian .....	84
1. Tim Hockey Puteri Sumatera Utara .....	84
2. Tujuan .....	84
3. Aktivitas Tim Hockey Puteri Sumatera Utara .....	85
B. Deskriptif Data .....	86
1. Pembahasan Hasil Penelitian Selama Pra Kompetisi .....	86
C. Pengolahan Data.....	91
1. Planning (Perencanaan).....	91
2. Organizing (Organisasi).....	92
3. Motivating (Motivasi) .....	92
4. Controlling (Pengawasan).....	92
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>94</b>
A. Kesimpulan .....	94
B. Saran .....	95
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>97</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>98</b>

