DAFTAR ISI

PERSETUJUAN

ABSTRAK …… i

KATA PENGANTAR ……. ii

DATAR ISI ……... iii

DATAR TABEL …….. iv

DATAR GAMBAR ……. v

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 7

C. Pembatasan Masalah 7

D. Rumusan Masalah 8

E. Tujuan Penelitian 8

F. Manfaat Penelitian 9

BAB II LANDASAN TEORITIS 10

A. Kajian Teoritis 10

1. Hakikat Permainan Sepakbola..... 10

2. Hakikat Latihan 13

3. Hakikat Menggiring Bola..... 16

4. Prinsip Latihan 17

3. Prinsip Intensitas Latihan 17

5. Prinsip Individualisasi 20

6. Prinsip Spesialisasi 20

6. Kualitas Latihan 20

7. Prinsip Variasi Dalam Latihan 21

8. Prinsip Lama Latihan 22

9. Prinsip Perkembangan Menyeluruh 22

10. Prinsip Overload 23

11. Hakekat Latihan Slalom Dribble 24

12. Hakikat Latihan Tepukan *Dribble* 27

B. Kerangka Berpikir..... 29

C. Hipotesis 31
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 33
A. Lokasi dan Waktu Penelitian 33
B. Populasi dan Sampel 33
C. Metode Penelitian 34
D. Desain Penelitian 34
E. Instrumen Penelitian 35
F. Teknik Analisis Data 37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN …….. 39
A. Deskripsi Data Penelitian ……. 39
B. Pengujian Peryaratan Analisis …… . 40
C. Penujian Hipotesis ……. 41
D. Pembahasan Hasil Penelitian …… 42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN …… 45
A. KESIMPULAN …… . 45
B. SARAN ……. 45
DATAR PUSTAKA ……... 47
LAMPIRAN LAMPIRAN …… 48