

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>ABSTRAK .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>

### BAB I: PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	6
1.3. Pembatasan Masalah.....	6
1.4. Rumusan Masalah.....	7
1.5. Tujuan Penelitian.....	7
1.6. Manfaat Penelitian.....	8

### BAB II: LANDASAN TEORITIS

2.1. Kajian Teori.....	9
2.1.1. Hakikat Sepak bola.....	9
2.1.2. Hakikat latihan.....	13
2.1.3. Hakikat <i>Throw-in</i> .....	18
2.1.4. Hakikat <i>Back-up</i> .....	23
2.1.5. Hakikat <i>Pull over</i> .....	24
2.1.6. Hakikat <i>Forward bend</i> .....	26
2.2. Kerangka Berpikir .....	26
2.3. Hipotesis .....	27

### BAB III: METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
3.1.1. Lokasi Penelitian .....	29
3.1.2. Waktu Penelitian .....	29
3.2. Populasi dan Sampel .....	29
3.2.1. Populasi .....	29
3.2.2. Sampel .....	29
3.3. Metode Penelitian .....	30
3.4. Desain Penelitian .....	31
3.5. Instrumen Penelitian .....	32
3.6. Teknik Analisis Data .....	37

### BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian .....	42
4.1.1. Data Hasil <i>Pre test</i> Variabel Back-Up, <i>Pull over</i> , <i>Forward bend</i> dan Hasil <i>Throw-in</i> .....	42
4.1.2. Data Hasil <i>Post test</i> Variabel Back-Up, <i>Pull over</i> , <i>Forward bend</i> dan Hasil <i>Throw-in</i> .....	42
4.2. Pengujian Prasyarat Analisis .....	43
4.2.1. Uji Normalitas .....	43
4.2.2. Uji Homogenitas .....	44
4.3. Pengujian Hipotesis .....	45
4.3.1. Hipotesis Pertama .....	45
4.3.2. Hipotesis Kedua .....	46
4.3.3. Hipotesis Ketiga .....	47
4.3.3. Uji Regresi Berganda .....	48

4.4.1.Persamaan Regresi Linear Berganda.....	48
4.4. Pembahasan .....	49

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1. Kesimpulan.....	55
5.2. Saran.....	55

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>56</b>
-----------------------------	-----------

