

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Pembatasan Masalah	5
1.4. Rumusan Masalah	5
1.5. Tujuan Penelitian	5
1.6. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	7
2.1. Kajian Teoritis	7
2.1.1. Hakikat <i>Sport Massage</i>	7
2.1.2. Hakikat Denyut Nadi	20
2.1.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Denyut Nadi	25
2.1.4. Hakikat Permainan Futsal	27
2.1.4. Latihan <i>Treadmill</i>	31
2.2. Hasil Penelitian yang Relevan	32
2.3. Kerangka Berpikir	33
2.4. Hipotesis Penelitian	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
3.2. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
3.3. Metode Penelitian.....	37
3.4. Desain Penelitian.....	38
3.5. Desain Definisi Operional Variabel.....	38
3.6. Instrumen Penelitian.....	39
3.7. Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.8. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1. Deskripsi Data Penelitian.....	43
4.1.1. Uji Normalitas.....	46
4.1.2. Uji Homogenitas.....	47
4.1.3. Uji Paired t Test.....	48
4.1. Pembahasan Hasil Penelitian.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
5.1. Kesimpulan.....	51
5.2. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN.....	59

