DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK ..... **i**
ABSTRACT ..... **ii**
KATA PENGANTAR ..... **iii**
DAFTAR ISI ..... **v**
DAFTAR GAMBAR ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **viii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **ix**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.2 Identifikasi Masalah 5
1.3 Pembatasan Masalah 5
1.4 Rumusan Masalah 6
1.5 Tujuan Penelitian 6
1.6 Manfaat Penelitian 6
BAB II KAJIAN TEORI **8**
2.1 Landasan Teori 8
2.1.1 Sejarah futsal 8
2.1.2 Ketentuan umum futsal 10
2.1.3 Teknik dasar futsal 13
2.1.4 Prinsip Latihan 18
2.1.5 Latihan Zig-Zag 20
2.1.6 Latihan Ledder Drill 22
2.1.7 Kelincahan (*Agility*) 23
2.1.8 Bentuk-Bentuk Latihan Kelincahan 25
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan 26
2.3 Kerangka Berpikir 28
2.4 Hipotesis 29
BAB III METODOLOGI PENELITIAN **30**
3.1 Tempat Dan Waktu Penelitian 30
3.1.1 Lokasi Penelitian 30
3.1.2 Waktu Penelitian 30
3.2 Populasi Dan Sampel 30
3.2.1 Populasi 30
3.2.2 Sampel 30
3.3 Metode Penelitian 31
3.4 Desain Penelitian 31
3.5 Instrumen Penelitian 32
3.6 Teknik Pengumpulan Data 32
3.7 Teknik Analisis Data 38
3.7.1 Uji Normalitas 39
3.7.2 Uji Homogenitas 39
3.7.3 Uji Hipotesis 39

BAB IV HASIL PENELITIAN **41**
4.1 Deskripsi Data Penelitian 41
4.2 Pengujian Prasyarat Analisis 43
4.3 Uji Hipotesis 45
4.4 Pembahasan 45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN **48**
5.1 Kesimpulan 48
5.2 Saran 48
DAFTAR PUSTAKA **49**
LAMPIRAN **52**

UNIVERSITAS NEGERI MEDAN
UNIMED
THE Character Building UNIVERSITY