

## 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.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS .....</b>	<b>9</b>
A. Kajian Teoritis .....	9
1. Hakikat Kelincahan.....	9
2. Hakikat <i>Dribbling</i> .....	13
3. Hakikat Latihan.....	17
4. Prinsip Latihan.....	20
5. Hakikat <i>Ladder Drill</i> .....	22
6. Hakikat <i>Zig-Zag Drill</i> .....	25
B. Penelitian Relevan .....	27
C. Kerangka Berpikir.....	28
D. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	31
1. Lokasi Penelitian.....	31
2. Waktu Penelitian.....	31

B. Populasi Dan Sampel .....	31
1. Populasi.....	31
2. Sampel.....	31
C. Metode Penelitian .....	32
D. Desain Penelitian .....	32
E. Instrumen dan Pelaksanaan <i>Test</i> .....	33
F. Teknik Analisis Data .....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>38</b>
A. Hasil Penelitian .....	38
B. Pembahasan.....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	51
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>

