

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PENGESAH	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORITIS	7
A. Kajian teoritis	7
1. Hakikat Sepakbola	7
2. Hakikat <i>Heading</i>	10
3. Hakikat Latihan.....	11
4. Hakikat Variasi Latihan	12
4.1 Hakikat Latihan Menyundul Dengan Duduk dan Berlutut	13
4.2 Hakikat Latihan Menyundul Bola Sambil Berdiri .	14
4.3 Hakikat Latihan Menyundul Bola ke Gawang.....	15
B. Kerangka Berpikir	16
C. Hipotesis	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	18

A. Setting penelitian	18
1. Tempat Penelitian	18
2. Waktu Penelitian.....	18
B. Subjek Penelitian	18
1. Subjek Penerima Tindakan	18
2. Subjek Pemberi Tindakan.....	18
3. Kolaboratif	18
C. Sumber Data.....	19
D. Teknik dan Alat Pengumpulan Data	19
E. Desain Penelitian	19
F. Instrumen Penelitian.....	24
G. Teknik Analisis Data.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	31
A. Deskripsi Hasil Penelitian	31
1. Kondis awal	31
2. Siklus I.....	33
B. Temuan dan Pembahasan Penelitian	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA.....	41
Lampiran	41