

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	<i>i</i>
KATA PENGANTAR.....	<i>ii</i>
DAFTAR ISI	<i>iv</i>
DAFTAR GAMBAR	<i>vi</i>
DAFTAR TABEL	<i>vii</i>
DAFTAR LAMPIRAN	<i>viii</i>
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II LANDASAN TEORITIS.....	6
A. Kajian Teoritis	6
1. Hakikat Sepakbola	6
2. Hakikat Latihan.....	9
3. Hakikat Kecepatan	10
4. Hakikat <i>Circuit Training</i>	13
B. Kerangka Berfikir	18
C. Hipotesis	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	19
A. Seting Penelitian	19
1. Waktu Penelitian.....	19
2. Tempat Penelitian	19
3. Siklus PTK.....	20

B. Persiapan Penelitian Tindakan Kelas.....	20
C. Subjek Penelitian	20
D. Sumber Data.....	20
E. Teknik Pengumpulan Data.....	21
F. Teknik Analisis Data.....	22
G. Prosedur Penelitian	23
H. Proses Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	28
A. Deskripsi Hasil Penelitian	28
1. Kondisi Awal	28
2. Siklus I	30
B. Hasil Penelitian.....	35
C. Pembahasan Penelitian	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan.....	40
B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN-LAMPIRAN	43