

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Hakikat Sepakbola	9
B. Hakikat Power Otot Tungkai	17
C. Hakikat Kecepatan	19
1. Macam-macam Kecepatan	21
2. Faktor-faktor Penentu Kecepatan Secara Umum	21
3. Faktor-faktor Penentu Khusus Sesuai Dengan Jenis Kecepatan	22
D. Teknik Dasar Dalam Permainan Sepakbola	23
1. Teknik Mengumpan	23
2. Teknik Menghentikan/ Menahan Bola	23
3. Teknik Menyepak Bola	24
E. Tendangan Penalti (<i>Pinalty Kick</i>)	24

F. Kerangka Berpikir	25
1. Hubungan Antara Power Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Tendangan Penalti	25
2. Hubungan Antara Kecepatan Lari Terhadap Kecepatan Tendangan Penalti	26
G. Perumusan Hipotesa.....	26

III. METODE PENELITIAN

A. Metode Penelitian	29
B. Variabel Penelitian.....	30
C. Desain Penelitian	30
D. Penetapan Populasi Dan Sampel	31
1. Populasi	31
2. Sampel	31
E. Instrument Penelitian	32
1. Pengukuran Power Otot Tungkai	32
2. Tes Kecepatan Lari	32
3. Tes Kecepatan Tendangan Penalti	31
F. Teknik Analisa Data	34

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	36
1. Variabel Power Otot Tungkai	36
2. Variabel kecepatan Lari	38
3. Variabel Kecepatan Tendangan Penalti	39
B. Pengujian Hipotesis	41
1. Perhitungan Data Z-skor dan T-skor Powe Otot Tungkai	41
2. Perhitungan Data Z-skor dan T-skor Kecepatan lari.....	43
3. Perhitungan Data Z-skor dan T-skor Tendangan Penalti.....	44
4. Hubungan Antara Power Otot Tungkai Terhadap Kecepatan Tendangan Penalti	45
5. Hubungan Antara Kcepatan LariTerhadap Kecepatan Tendangan Penalti	47
6. Hubungan Antara Power Otot Tungkai dan Kecepatan lari Terhadap Kecepatan Tendangan Penalti	49
C. Pembahasan	50

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	52
B. Saran	53

DAFTAR PUSTAKA 54

LAMPIRAN