

DAFTAR ISI

Halaman

PENGESAHAN SKRIPSI	i
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
SURAT KETERANGAN	iii
ABSTRACT	iv
ABSTRAK	v
BERITA ACARA BIMBINGAN PEMBIMBING UTAMA	vi
BERITA ACARA BIMBINGAN PEMBIMBING PENDAMPING	vii
SURAT PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
B. Landasan Teori.....	7
1. Hakekat <i>Power</i> Otot Tungkai.....	7
a. Pengertian <i>Power</i> Otot Tungkai	7
b. Batasan Otot Tungkai	10
2. Hakikat Menendang Bola (<i>Shooting</i>).....	11
a. Pengertian Menendang (<i>Shooting</i>)	11
b. Teknik Dasar Menendang (<i>Shooting</i>).....	12
c. Sarana dan Prasarana Permainan Sepakbola	14
C. Kerangka Pemikiran	15
D. Hipotesis	15

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....	16
B. Populasi dan Sampel	17

C. Definisi Operasional	17
D. Pengembangan Instrumen	18
E. Teknik Pengumpulan Data.....	21
F. Teknik Analisa Data.....	21

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data.....	28
1. Hasil Tes <i>Power</i> Otot Tungkai Siswa Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.	23
2. Hasil Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Sepakbola Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.	25
B. Pengujian Hipotesis Penelitian	26
C. Pembahasan	27

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	31
B. Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA.....	32
LAMPIRAN.....	22