

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR GRAFIK	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Perumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
1. Tujuan Umum	8
2. Tujuan Khusus	8
E. Manfaat Penelitian	9
1. Bagi Institusi Pendidikan	9
2. Bagi Prodi Fisioterapi	9
3. Bagi Peneliti	9
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teoritis	10
1. Ketepatan Tendangan Jarak Dekat Pada Pemain Futsal.....	10
a. Definisi Tendangan	11
a) Definisi Ketepatan Tendangan Jarak Dekat	17
b) Definisi Permainan Futsal	25
c) Definisi Pemain Futsal	27
d) Definisi Pemain Futsal Pemula.....	28
2. Latihan <i>Leg Press</i>	29
a. Definisi Latihan <i>Leg Press</i>	29

b.	Biomekanik Latihan <i>Leg Press</i>	29
c.	Prosedur Latihan <i>Leg Press</i>	31
d.	Dosis Latihan <i>Leg Press</i>	32
e.	Mekanisme Ketepatan Tendangan Dengan Latihan Leg Press	32
3.	Latihan Dengan Menggunakan <i>Wobble Board</i>	34
a.	Definisi Latihan.....	34
b.	Biomekanik Latihan	35
c.	Prosedur Latihan.....	37
d.	Dosis Latihan	38
e.	Mekanisme Ketepatan Tendangan Dengan Latihan Menggunakan <i>Wobble Board</i>	38
B.	Kerangka Berfikir.....	40
C.	Kerangka Konsep	44
D.	Hipotesis.....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		
A.	Tempat Dan Waktu Penelitian	46
1.	Tempat Penelitian.....	46
2.	Waktu Penelitian	46
B.	Metode Penelitian	46
1.	Kelompok Perlakuan I.....	47
2.	Kelompok Perlakuan II	47
C.	Teknik Pengambilan Sampel.....	48
1.	Kriteria Inklusif	48
2.	Kriteria Ekslusif	49
3.	Kriteria <i>drop out</i>	49
D.	Instrument Penelitian	49
1.	Variable Penelitian	49
2.	Definisi Konseptual	49
3.	Definisi Operasional.....	51
E.	Teknik Analisa Data.....	55
1.	Uji Normalitas	55

2. Uji Homogenitas.....	55
3. Uji Hipotesis.....	56
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	58
B. Uji Persyaratan Analisis.....	66
1. Uji Normalitas.....	66
2. Uji Homogenitas	66
C. Pengujian Hipotesis.....	67
1. Uji Hipotesis I	67
2. Uji Hipotesis II	68
3. Uji Hipotesis III	69
BAB V PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	71
B. Keterbatasan Penelitian.....	77
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	78
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	80