

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR SKEMA	ix
DAFTAR GRAFIK	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	3
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Kerangka Teori	5
1. Permainan Sepak Bola	5
a. Definisi	5
b. Biomekanik Permainan Sepak Bola	6
2. Index Massa Tubuh (IMT)	7
a. Definisi	7
b. Faktor yang mempengaruhi IMT	8
c. Peranan IMT terhadap ROM	8
d. Pengukuran IMT	9
3. Kecepatan Lari	10
a. Definisi	10
b. Biomekanik berlari	10

c.	Faktor yang mempengaruhi kecepatan lari.....	12
d.	Pengukuran Kecepatan Lari.....	13
4.	Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kecepatan lari	13
B.	Kerangka Berpikir.....	14
C.	Kerangka Konsep.....	17
D.	Hipotesis.....	17
BAB III METODE PENELITIAN		
A.	Tempat dan Waktu penelitian	18
1.	Tempat penelitian	18
2.	Waktu penelitian.....	18
B.	Metode Penelitian.....	18
1.	Pendekatan penelitian.....	18
2.	Jenis penelitian	18
3.	Desain penelitian	18
C.	Populasi dan Sampel	19
1.	Populasi penelitian	19
2.	Sampel Penelitian.....	19
3.	Kriteria Sampel.....	19
D.	Instrumen Penelitian.....	20
1.	Variabel Penelitian	20
a.	Variabel bebas.....	20
b.	Variabel terikat	20
2.	Definisi Konseptual.....	20
3.	Definisi operasional.....	20
a.	Index Massa Tubuh.....	20
b.	Kecepatan Lari.....	21
E.	Teknik analisis data.....	22
1.	Uji Normalitas	22
2.	Uji Linieritas data.....	22
3.	Uji Hipotesis.....	22

BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	24
1. Karakteristik Data.....	24
2. Hasil Pengukuran Variabel Penelitian.....	27
B. Uji Normalitas.....	29
C. Uji Linieritas	30
D. Pengujian Hipotesis.....	31
BAB V PEMBAHASAN	
A. Pembahasan Hasil Penelitian	32
B. Keterbatasan Penelitian.....	33
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA.....	36
LAMPIRAN.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	: Lapangan sepak bola.....	5
Gambar 2.3	: Fase <i>stance</i>	11
Gambar 2.4	: Fase <i>swing</i>	12

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 : Tabel IMT menurut DP2PT.....	9
Tabel 3.1 : Data Normatif 30 m <i>Run Test</i>	22
Tabel 3.2 :Panduan Interpretasi Uji Hipotesis Korelatif.....	23
Tabel 4.1 : Karakteristik sampel.....	25
Tabel 4.2 : Hasil Pengukuran Variabel.....	28
Tabel 4.3 : Hasil Uji normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov Test</i>	29
Tabel 4.4 : Hasil Uji Hipotesis <i>Spearman Rank Correlation</i>	31

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1	: Kerangka Berpikir.....	16
Skema 2.2	: Kerangka Konsep.....	17
Skema 3.1	: Desain Penelitian.....	18

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1	: Distribusi sampel berdasarkan usia.....	26
Grafik 4.2	: Distribusi sampel berdasarkan : (a) Tinggi badan.....	26
	: (b) Berat badan.....	26
Grafik 4.3	: Distribusi sampel berdasarkan posisi bermain.....	27
Grafik 4.4	: Distribusi sampel berdasarkan nilai IMT.....	28
Grafik 4.5	: Distribusi sampel berdasarkan kecepatan lari	29
Grafik 4.6	: Uji Linieritas data.....	30

DAFTAR SINGKATAN

IMT : Indeks Massa Tubuh

IFSPT : *International Federation of Sports Physical Therapy*

BB : Berat badan

TB : Tinggi badan

ROM : *Range of Motion*

DP2PT: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular