

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG PROPOSAL	
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR SKEMA.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GRAFIK.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	5
C. Rumusan Masalah .....	6
D. Tujuan Penelitian .....	7
E. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II    KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS</b>	
A. DESKRIPSI TEORI .....	9
1. Peningkatan Stabilisasi <i>ankle</i> pada pemain futsal.....	9
2. Futsal.....	10
3. Stabilisasi Sendi .....	21

4. Latihan Standart Futsal .....	35
5. <i>Body balance exercise</i> .....	44
6. <i>Single leg six meter hop test</i> .....	50
<b>B. KERANGKA BERPIKIR</b> .....	55
C. Skema Kerangka Berfikir. ....	59
D. Kerangka Konsep.....	60
E. HIPOTESIS. ....	61
 <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan waktu penelitian. ....	63
B. Metode penelitian.....	64
C. Teknik pengambilan sampel. ....	66
D. Instrumen penelitian.....	69
E. Teknik analisa data.....	74
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	78
B. Uji Persyaratan Analisis.....	85
C. Pengujian Hipotesis.....	87
 <b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	91
B. Keterbatasan Penelitian.....	101

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan..... 103

B. Saran..... 105