

DAFTAR ISI

	Halaman
Cover	i
Lembar Persetujuan	ii
Lembar Pengesahan	iv
Pernyataan Keaslian Skripsi	v
Kata Pengantar	vi
Abstrak	viii
Daftar Isi	x
Daftar Gambar	xii
Daftar Tabel.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian	
1.3.1. Tujuan Umum.....	3
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian	
1.4.1. Manfaat bagi Subyek	4
1.4.2. Manfaat bagi Pengembangan Keilmuan.....	4
1.4.3. Manfaat bagi Masyarakat.....	4
1.5. Resiko Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Definisi Kelincahan.....	6
2.2 Komponen Kelincahan.....	6
2.2.1. Kognitif dan Persepsi.....	8
2.2.2. Tehnik.....	8
2.2.3. Fisik.....	8
2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kelincahan.....	10
2.3.1. Jenis Kelamin.....	11
2.3.2. Usia.....	11
2.3.3. IMT.....	12
2.3.4. Kelelahan.....	12
2.3.5. Cedera.....	12
2.3.6. Latihan.....	13
2.3.7. Penggunaan Sepatu.....	13
2.3.8. Lapangan.....	14
2.4 Pengukuran Kelincahan.....	14
2.4.1 <i>Hexagonal Obstacle Test</i>	14
2.4.2 <i>Zig-Zag Test</i>	15
2.4.3 <i>505 Agility Test</i>	16
2.4.4 <i>Lateral Change of Direction</i>	16
2.4.5 <i>T Drill Test</i>	17
2.4.6 <i>Illionis Agility Test</i>	17
2.5 Tehnik Dasar Permainan Basket.....	18
2.5.1 <i>Passing</i>	19
2.5.2 <i>Dribbling</i>	21

2.5.3 <i>Shooting</i>	21
2.5.4 <i>Pivot</i>	22
2.6 Teknik Dasar Permainan Futsal.....	23
2.6.1 <i>Passing</i>	24
2.6.2 <i>Dribbling</i>	24
2.6.3 <i>Control</i>	25
2.6.4 <i>Shooting</i>	25
2.6.5 <i>Goal Keeping Technique</i>	25
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
3.1. Kerangka Konseptual	26
3.2. Hipotesis Penelitian	27
BAB 4 METODE PENELITIAN	
4.1. Rancangan Penelitian	28
4.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	
4.2.1. Lokasi Penelitian	29
4.2.2. Waktu Penelitian	29
4.3. Populasi, Besar Sampel dan Teknik <i>Sampling</i>	
4.3.1. Populasi	29
4.3.2. Besar Sampel.....	29
4.3.3. Teknik <i>Sampling</i>	29
4.4. Kriteria Sampel Penelitian	
4.4.1. Kriteria Inklusi.....	30
4.4.2. Kriteria Eksklusi.....	30
4.5. Variabel dan Definisi Operasional	
4.5.1. Variabel Penelitian	30
4.5.2. Definisi Operasional.....	31
4.6. Alat Ukur	31
4.7. Teknik Pengumpulan Data.....	31
4.8. Teknik Analisis Data	32
4.9. Pertimbangan Etik	32
4.10. Alur Penelitian	33
4.11. Jadwal Penelitian	34
BAB 5 KAJIAN JURNAL	35
BAB 6 PEMBAHASAN	45
BAB 7 PENUTUP	
7.1. Kesimpulan	50
7.2. Saran	50
Daftar Pustaka.....	51
Lampiran.....	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Komponen Kelincahan	6
Gambar 2.2. <i>Hexagonal Obstacle Test</i>	14
Gambar 2.3. <i>Zig-Zag Test</i>	14
Gambar 2.4. <i>505 Agility Test</i>	15
Gambar 2.5. <i>Jalur Illionis Agility Test</i>	16
Gambar 2.6. Teknik melempar bola setinggi dada	18
Gambar 2.7. Teknik mengoper bola dari atas kepala.	19
Gambar 2.8. Teknik operan dengan memantulkan bola.....	19
Gambar 2.9. Teknik <i>one hand set shoot</i>	21
Gambar 3.1. Kerangka Konseptual	26
Gambar 4.1. Rancangan Penelitian	28
Gambar 4.2. Alur Penelitian	33
Gambar 4.3. Alur penambilan jurnal	34

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1. Protokol hasil <i>Illionis Agility Test</i>	17
Tabel 4.1. Definisi Operasional	31
Tabel 4.2. Jadwal Penelitian	37