

## DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN .....	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	v
PENGESAHAN PENGUJI.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL.....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. LATAR BELAKANG .....	1
B. PERUMUSAN MASALAH .....	4
C. TUJUAN PENELITIAN.....	4
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. MANFAAT PENELITIAN.....	6
E. KEASLIAN PENELITIAN .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. LANDASAN TEORI.....	6
1. Definisi <i>Alternate Leg Bound</i> .....	7
2. <i>Daya Ledak</i> .....	10
3. Kecepatan .....	14
4. <i>Sepak bola</i> .....	18
5. Penelitian yang Relevan .....	19
B. KERANGKA TEORI .....	21
C. KERANGKA KONSEP .....	22
D. HIPOTESIS PENELITIAN .....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN.....	23
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN .....	24
C. POPULASI DAN SAMPEL .....	24
D. VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	25
E. TEKNIK DAN PENGUMPULAN DATA.....	26
F. INSTRUMEN PENELITIAN .....	26
G. UJI VALIDITAS DAN REABILITAS.....	27
H. TEKNIK ANALISA DATA .....	30

I. JALANNYA PENELITIAN .....	30
J. ETIKA PENELITIAN FISIOTERAPI .....	31
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA.....</b>	<b>32</b>
A. HASIL PENELITIAN .....	32
B. PEMBAHASAN .....	34
C. KETERBATASAN PENELITIAN.....	38
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>39</b>
A. KESIMPULAN.....	39
B. SARAN .....	39
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Alternate Leg Bound</i> .....	7
Gambar 2.2 Kerangka Teori .....	21
Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	22

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	25
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.....	32
Tabel 4.2 Nilai Kecepatan dan Daya Ledak .....	32
Tabel 4.3 Tabel <i>Marginal Homogeneity Test</i> .....	33
Tabel 4.4 Tabel <i>Marginal Homogeneity Test</i> .....	34
Tabel 4.5 Tabel <i>Marginal Homogeneity Test</i> .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan)
Lampiran 3	SOP (Standar Operasional Prosedur) <i>Alternate Leg Bound</i>
Lampiran 4	SOP (Standar Operasional Prosedur) Penilaian Daya Ledak Otot
Lampiran 5	SOP (Standart Operasional Prosedur) Penilaian Kecepatan
Lampiran 6	Kuisisioner Pemeriksaan Responden
Lampiran 7	Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 8	Absensi Responden
Lampiran 9	Lembar Observasi
Lampiran 10	Lembar Observasi Sprint Test
Lampiran 11	Lembar Observasi Vertical Jump
Lampiran 12	Hasil Analisa Data SPSS
Lampiran 13	Dokumentasi
Lampiran 14	Curriculum Vitae
Lampiran 15	Lembar Konsul
Lampiran 16	Surat Ijin Studi Pendahuluan
Lampiran 17	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 18	Surat Balasan

## DAFTAR SINGKATAN

SSB	Sekolah Sepak Bola
PSSI	Persatuan Sepak Bola Indonesia
SPSS	<i>Statistical Product and Service Solution</i>
STIKES	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

## DAFTAR SIMBOL

%	Persen
-	Sampai
>	Lebih Besar
<	Lebih Kecil
=	Samadengan