

DAFTAR ISI

| | |
|----------------------|------|
| RINGKASAN..... | i |
| KATA PENGANTAR..... | ii |
| DAFTAR ISI..... | iv |
| DAFTAR GAMBAR..... | vi |
| DAFTAR TABEL..... | vii |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | viii |

BAB I PENDAHULUAN

| | |
|--------------------------------|---|
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 4 |
| C. Pembatasan Masalah..... | 5 |
| D. Perumusan Masalah..... | 5 |
| E. Kegunaan Penelitian..... | 6 |

BAB II KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR

| | |
|---|----|
| A. Kerangka Teoretis..... | 7 |
| 1. Hakekat Norma..... | 7 |
| 2. Hakekat Tes..... | 10 |
| 3. Hakekat Daya Ledak..... | 17 |
| 4. Hakekat Kecepatan..... | 25 |
| 5. Hakekat Daya Tahan..... | 31 |
| 6. Hakekat Sepakbola..... | 35 |
| 7. Hakekat Usia 13 - 14 Tahun..... | 38 |
| 8. Hakekat <i>Milan Junior Camp</i> | 40 |
| B. Kerangka Berpikir..... | 42 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|-------------------------------------|----|
| A. Tujuan Penelitian..... | 49 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian..... | 49 |
| C. Metode Penelitian..... | 49 |
| D. Populasi dan Sampel..... | 50 |
| E. Instrumen Penelitian..... | 51 |
| F. Teknik Pengumpulan Data..... | 59 |
| G. Teknik Pengolahan Data..... | 59 |

BAB IV HASIL PENELITIAN

| | |
|--|----|
| A. Deskripsi Data Keseluruhan | 61 |
| 1. Data Norma Tes Daya Ledak Keseluruhan | 62 |
| 2. Data Norma Tes Kecepatan Keseluruhan..... | 63 |
| 3. Data Norma Tes Daya Tahan Keseluruhan..... | 65 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 68 |
| B. Saran | 69 |

| | |
|----------------------------|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA..... | 71 |
|----------------------------|-----------|

| | |
|----------------------|-----------|
| LAMPIRAN..... | 74 |
|----------------------|-----------|