

DAFTAR ISI

	Halaman.
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
 BAB II LANDASAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	
A. Deskripsi Teori	
1. Hakikat Fitness	9
a. Manfaat Aktivitas Fitness	11
b. Jenis Aktivitas Fitness	12
2. Hakikat <i>Fitnest Park</i>	14

a. Sarana <i>Fitnest Park</i>	15
b. Cara Mendapatkan Kebugaran Jasmani	16
c. Pemberian Latihan Fisik Pada Berbagai Penyakit	17
3. Hakikat Olahraga	19
a. Manfaat Olahraga	21
b. Masyarakat Olahraga	22
4. Hubungan Alat <i>Fitnest Park</i> Dengan Kebutuhan Olahraga Masyarakat	23
5. Hakikat Sepeda Bekas	23
6. Teori dan Konsep Tingkat Kepuasan	24
7. Teori Kebutuhan	25
8. Konsep Pengembangan	25
B. Kerangka Berfikir	26
C. Hipotesis	28

BAB III PROSEDUR PENELITIAN

A. Langkah – Langkah Penelitian	30
B. Metode Penelitian Tahap I	
1. Populasi dan Sampel Sumber Data	30
2. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	31
3. Analisis Data	31

	4. Perencanaan Desain Produk	32
	5. Validasi Desain	33
	C. Metode Penelitian Tahap II	
	1. Model Rancangan Eksperimen Untuk Menguji	35
	2. Populasi dan Sampel	35
	3. Teknik Pengumpulan Data	36
	4. Instrumen Penelitian	36
	5. Teknik Analisis Data	38
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Desain Awal Produk	40
	B. Revisi Desain Produk	40
	C. Hasil pengujian pertama	42
	D. Revisi Produk	46
	E. Hasil Pengujian tahap ke II	49
	F. Pembahasan Produk	53
	1. Langkah – Langkah Pemasangan Alat	56
	2. Langkah – Langkah Menggunakan Alat <i>Fitness park</i> .	
	59
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	A. Kesimpulan	64

B. Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67



THE
Character Building
UNIVERSITY