

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	v
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	vii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	10
A. Kajian Teori .....	10
1.Hakikat Kesegaran Jasmani .....	10
2.Tujuan Kebugaran Jasmani.....	14
3.Manfaat Kebugaran Jasmani .....	24
4.Profil SMP Se-Kecamatan Dolok Panribuan .....	32
B. Kerangka Berfikir.....	33

<b>BAB III</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
	A. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	36
	B. Populasi dan Sampel Penelitian .....	36
	C. Metode Penelitian.....	38
	D. Instrumen Penelitian.....	39
	E. Teknik Analisa Data .....	49
<b>BAB IV</b>	<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>55</b>
	A. Hasil Penelitian .....	55
	B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	63
	C. Pembahasan Hasil Penelitian .....	72
<b>BAB V</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>74</b>
	A. Kesimpulan .....	74
	B. Saran .....	74
	<b>DAFTAR PUSTAKA. ....</b>	<b>75</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>77</b>

THE  
*Character Building*  
 UNIVERSITY