

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Identifikasi masalah	3
C. Pembatasan masalah.....	3
D. Rumusan masalah.....	4
E. Tujuan penelitian.....	4
F. Manfaat penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Hemoglobin.....	5
B. Buah Naga/Merah.....	9
C. Latihan Fisik.....	10
D. Penelitian Relevan.....	16
E. Hubungan latihan fisik terhadap kadar Hemoglobin	16
F. Kerangka Berpikir.....	19
G. Hipotesis Penelitian.....	19
BAB III METODE PENELITIAN.....	20

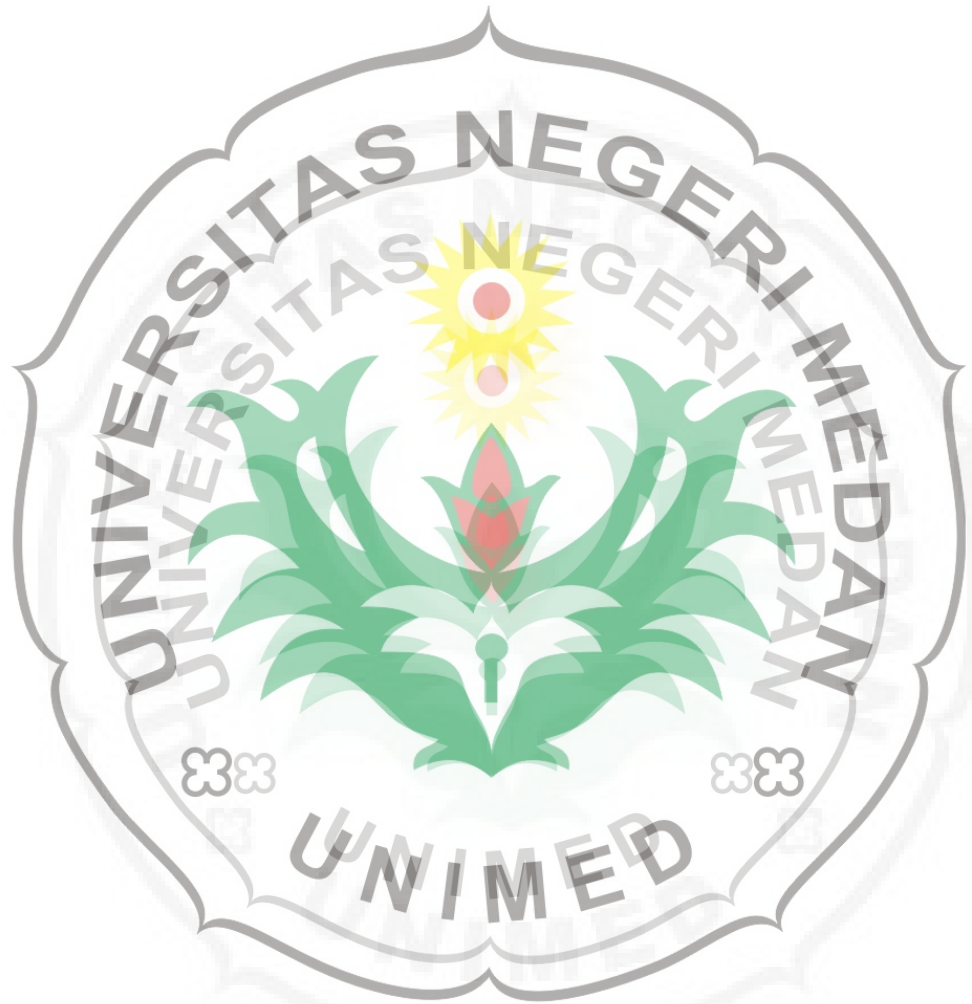
A. Tempat dan Waktu Penelitian	20
B. Populasi dan Sampel	20
C. Variabel penelitian	21
D. Metode Penelitian.....	22
E. Desain Penelitian.....	22
F. Defenisi Operasional.....	23
1. Latihan Fisik Berat	23
2. Kadar Hemoglobin	23
G. Prosedur Penelitian.....	23
1. Prosedur Kerja Penelitian.....	23
2. Perlakuan Latihan Fisik Berat	24
3. Perlakuan Jus Buah Naga Merah	24
4. Prosedur Pemeriksaan Kadar Hemoglobin	24
H. Alur Penelitian	25
I. Susunan Pelaksana penelitian	26
J. Teknik Analisis Data.....	26
1. Uji Homogenitas	26
2. Uji Normalitas	26
3. Uji-t dua pihak.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Pembahasan hasil penelitian	27

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN31

A. Kesimpulan.....31



DAFTAR PUSTAKA



THE
Character Building
UNIVERSITY