

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Pembahasan Masalah	5
1.4 Identifikasi Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Landasan Teori.....	7
2.1.1 Pengetahuan	7
2.1.2 Keterampilan	12
2.1.3 Senam Aerobik.....	14
2.1.4 Instruktur Senam Aerobik	22
2.1.5 Mahasiswa.....	24
2.1.6 Peluang bisnis insruktur senam aerobik bagi mahasiswa .	25
2.2 Kerangka Berfikir.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	28
3.1 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28

3.1.1 Lokasi Penelitian	28
3.1.2 Waktu Penelitian	28
3.2 Populasi dan Sampel	28
3.2.1 Populasi	28
3.2.2 Sampel	28
3.3 Metode Penelitian	29
3.4 Instrumen Penelitian	30
3.4.1 Kuesioner	30
3.4.2 Observasi	31
3.5 Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	33
4.2 Hasil Penelitian	34
4.3 Pembahasan	47
4.3.1 Tingkat Pengetahuan Mahasiswwa Ikor menjadi Instruktur Senam Aerobik	47
4.3.2 Tingkat Keterampilan Mahasiswwa Ikor menjadi Instruktur Senam Aerobik	48
BAB V HASIL KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
5.1 Kesimpulan	51
5.2 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	