

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Perumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	6
2.1 Kajian Teoritis	6
2.1.1 Aktivitas Fisik	6
2.1.2 Massa Lemak.....	12
2.1.3 Atlet Sepakbola Pusat Pendidikan Latihan Pelajar Sumatera Utara.....	14
2.2 Penelitian Relavan	16
2.3 Kerangka Berpikir	17
2.4 Hipotesis Penelitian	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	19
3.2.1 Populasi Penelitian	19
3.2.2 Sampel Penelitian.....	19
3.3 Desain Penelitian	20
3.4 Defenisi Operasional	20
3.5 Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	21
3.6 Teknik Analisis Data	23

3.7 Hipotesis Statistik	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	28
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	28
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	28
4.2 Karakteristik Responden.....	29
4.2.1 Usia.....	29
4.2.2 Pekerjaan Ayah.....	29
4.2.3 Pekerjaan Ibu.....	30
4.2.4 Penghasilan Ayah.....	30
4.2.5 Penghasilan Ibu	31
4.2.6 Pendidikan Ayah	31
4.2.7 Pendidikan Ibu.....	32
4.2.8 Besar Keluarga	32
4.3 Aktivitas Fisik.....	33
4.4 Massa Lemak	34
4.5 Uji Hipotesis	35
4.6.1 Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Massa Lemak	35
4.6 Pembahasan Hasil Penelitian.....	35
4.7 Keterbatasan Penelitian	40
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	41
5.1 Simpulan.....	41
5.2 Implikasi	42
5.3 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA.....	43
LAMPIRAN.....	50