

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian.....	4
F. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>6</b>
A. Kajian Teoritis.....	6
1. Sejarah Arung Jeram.....	6
2. Perkembangan Arung Jeram Di Indonesia.....	7
3. Perlengkapan Arung Jeram.....	10
4. Definisi Pemandu Arung Jeram.....	14
5. Profil Rapid Plus.....	16
6. Pengertian Kebugaran Jasmani.....	17
7. Komponen Kebugaran Jasmani.....	22
8. Unsur-Unsur Kebugaran Jasmani.....	23

9.	Kebugaran Jasmani yang berhubungan dengan Kesehatan.....	23
10.	Faktor-faktor yang mempengaruhi Kebugaran Jasmani.....	26
11.	Manfaat Kebugaran Jasmani.....	27
B.	Kerangka Berfikir.....	29
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....</b>		<b>30</b>
A.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	30
1.	Lokasi Penelitian.....	30
2.	Waktu Penelitian.....	30
B.	Populasi dan Sampel.....	30
1.	Populasi.....	30
2.	Sampel.....	30
C.	Metode Penelitian.....	31
D.	Instrumen Penelitian.....	31
E.	Teknik Analisis Data.....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>42</b>
A.	Hasil Penelitian.....	42
B.	Pembahasan.....	50
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>53</b>
A.	Kesimpulan.....	53
B.	Saran.....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>55</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>57</b>