

DAFTAR ISI

	HALAMAN
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORITIS	10
A. Lanjut Usia.....	10
B. Aktifitas Olahraga	16
C. Lapang Merdeka Kota Binjai.....	22
D. Pengetahuan.....	29
E. Sarana dan Prasarana	35
F. Kebugaran.....	38
G. Kerangka Berfikir.....	44

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	46
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	46
B. Populasi dan Sample	46
C. Metode Penelitian	47
D. Instrumen Penelitian.....	48
E. Desain penelitian	49
H. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
A. Deskripsi Penelitian.....	50
B. Hasil Penelitian.....	51
C. Pembahasan Hasil Penelitian	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	64