

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasih Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Perumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI	7
2.1 Kajian Teori.....	7
2.1.1. Hakekat Kebugaran Jasmani	7
2.1.2. Komponen Kebugaran Jasmani.....	8
2.1.3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani	13
2.1.4. Manfaat Kebugaran Jasmani	15
2.2 Profil FIK UNIMED dan STOK BinaGuna Medan.....	16
2.2.1. Profil FIK UNIMED	16
2.2.2. Profil STOK BinaGuna Medan	22
2.3 KerangkaBerpikir	23
2.4 Hipotesis.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	26
3.2 Populasi dan Sampel	26
3.2.1 Populasi	26
3.2.2 Sampel	27
3.3 Metode Penelitian.....	28
3.4 Instrumen Penelitian.....	28
3.5 Teknik Analisis Data.....	35

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	37
4.1.1 Deskripsi Data Perolehan Mahasiswa UNIMED dan STOK.....	37
4.2 Uji Normalitas Data	49
4.2.1 Uji Normalitas Unimed	50
4.2.2 Uji Normalitas STOK Binaguna	51
4.3 Uji Homogenitas Data.....	52
4.4 Uji Beda.....	52
4.5 Uji Rata-Rata Beda.....	53
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian	55
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 61
5.1 Kesimpulan.....	61
5.2 Saran.....	61
 DAFTAR PUSTAKA	 62