

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR LAMPIRAN	iii
ABSTRAK	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI	
2.1 Kebugaran Jasmani	6
2.2 Komponen-Komponen Kebugaran Jasmani	8
2.3 Penilaian Kebugaran Jasmani	9
2.4 Fungsi Kebugaran Jasmani	11
2.5 Profil PT. Hexalab Sumatera	15
2.6 Kerangka Berfikir	17

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Lokasi dan Waktu	19
3.1.1 Lokasi Penelitian.....	19
3.1.2 Waktu Penelitian.....	19
3.2 Populasi dan Sampel	19
3.2.1. Populasi	19
3.2.2 Sampel	19
3.3 Metode Penelitian	20
3.4 Instrumen Penelitian	20
3.5 Variabel Penelitian	26
3.6 Desain Penelitian	27
3.7 Teknik Analisa Data	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian	29
4.2 Pembahasan.....	34

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan	47
5.2 Saran	47

DAFTAR PUSTAKA.....	48
----------------------------	-----------

LAMPIRAN	50
-----------------------	-----------