

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI .....	iv
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN .....	viii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Pembatasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II LANDASAN TEORITIS .....	7
A. Kerangka Teoritis .....	7
1. Aktifitas Fisik .....	7
2. Manfaat Aktifitas Fisik .....	9
2.1. Klasifikasi Intensitas Aktifitas Berdasar Sistem Energi .....	11
3. Elektrolit .....	15
3.1. Defenisi Elektrolit .....	15
3.2. Fisiologi Elektrolit .....	19
3.3. Gangguan Keseimbangan Elektrolit .....	27
4. Olahraga Hoki .....	31
4.1. Sejarah Olahraga Hoki .....	31
4.2. Teknik Olahraga Hoki .....	34
B. Kerangka berfikir .....	36
C. Hipotesis .....	38

BAB III METODELOGI PENELITIAN .....	39
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....	39
B. Populasi dan Sampel .....	39
C. Metode Peneltian .....	40
D. Variabel dan Devinisi Operasional .....	41
E. Prosedur Penelitian .....	44
F. Instrumen Penelitian .....	45
G. ProsedurPengambilan Data .....	46
H. Tenik Analisis Data .....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	51
A. Deskripsi Data Penelitian .....	51
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	52
C. Pengujian Hipotesis .....	54
D. Pembahasan Hasil Penelitian .....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	58
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58
DAFTAR PUSTAKA .....	60

