

DAFTAR ISI

	HALAMAN
ABSTRAK.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORITIS	10
A. Hakikat Ergonomi	10
1. Defenisi <i>Fitness</i>	10
2. <i>Revoflex Extreme</i>	11
B. Hakikat Pengembangan Latihan Olahraga	13
C. Hakikat Kebugaran Jasmani	15
D. <i>Antropometri</i> dan <i>Ergonomi</i> Untuk Mengembangkan Gerakan Latihan Alat <i>GymMunthe Streng</i>	18
1. <i>Antropometri</i>	18
2. <i>Ergonomi</i>	21
E. Pengembangan Gerakan Latihan Alat <i>Gym Munthe Strength</i>	24
F. Animasi.....	26
G. KerangkaBerpikir	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	29
A. Lokasi dan Waktu Penelitian	29
B. Obyek dan Sample.....	29
C. Metode Penelitian	30
D. Desain Penelitian	32
E. <i>Instrumen</i> Penelitian.....	33
1. Variable Penelitian	33
2. TeknikAnalisa Data	33

BAB 1V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian.....	34
1. Tahap Pengumpulan Data Informasi	34
2. Tahap Perencanaan Produk	38
3. Tahap Pengembangan Produk	38
a. Human Modeling.....	38
b. Character Rigging.....	39
c. Property Modelling.....	39
d. Animating	40
e. Rendering	40
f. Editing	41
4. Tahap Uji Coba.....	42
B. Hasil Validasi Ahli	47
C. Hasil Uji Coba	52
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan.....	55
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57

