

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SKRIPSI	i
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.6 Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORITIS	7
2.1 Hakikat Senam Ritmik	7
2.1.1 Pengertian Senam Ritmik	7
2.1.2 Sejarah Senam Ritmik	11
2.1.3 Tujuan dan Manfaat Senam Ritmik	16
2.1.4 Karakteristik Senam Ritmik	18
2.1.5 Gerak Dasar Senam Ritmik	25
2.2 Motivasi	43
2.2.1 Pengertian Motivasi	43
2.2.2 Teori-Teori Motivasi	45
2.2.3 Jenis-Jenis Motivasi	46
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi	50
2.2.4 Perbedaan Motivasi Berolahraga Anantara Ibu-Ibu Yang Mengikuti Komunitas Senam Dan Yang Beraktivitas Di Rumah	50
2.3 Motivasi dalam Aktivitas Olahraga	54
2.4 Hasil Penelitian yang Relevan	58
2.5 Kerangka Berpikir	59
BAB III METODE PENELITIAN	62

3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	62
3.2 Populasi dan Sampel	63
3.2.1 Populasi	63
3.2.2 Sampel	63
3.3 Desain Penelitian	64
3.4 Instrumen Penelitian.....	64
3.5 Teknik Pengumpulan Data	65
3.6 Teknik Analisis Data	66
3.8 Kisi-Kisi Instrumen Angket	67
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	70
4.1 Deskripsi Data Penelitian	70
4.2 Hasil Penelitian	76
4.2.1 Hasil Kebutuhan Fisiologis	76
4.2.2 Hasil Kebutuhan Rasa Aman	79
4.2.3 Hasil Kebutuhan Sosial	81
4.2.4 Hasil Kebutuhan Penghargaan	83
4.2.5 Hasil Kebutuhan Aktualisasi Diri	85
4.4 Pembahasan Hasil Penelitian	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	94
5.1 Kesimpulan	94
5.2 Saran	94
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN	99