

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Perumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI	9
A. Kerangka Teoritis.....	9
1. Hakekat Kesegaran Jasmani.....	9
2. Klasifikasi Kesegaran Jasmani.....	11
2.1. Kesegaran Jasmani yang Berhubungan dengan Kesehatan.....	12
2.2. Kesegaran Jasmani yang Berkaitan dengan Keterampilan Gerak	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesegaran Jasmani.....	17
4. Ditinjau Dari Ketinggian wilayah.....	18
4.1. Wilayah Dataran Tinggi.....	22
4.2. Wilayah Dataran Rendah.....	23
5. Kondisi Tempat Tinggal.....	23
6. Profil Sekolah Wilayah Dataran Tinggi.....	27
6.1. SD Negeri 040522 Tambunan.....	27
6.2. SD Negeri 044837 Tambunan.....	27

6.3. SD Negeri 040521 Sinaman	27
7. Profil Sekolah Di Wilayah Dataran Rendah..	28
7.1. SD Masehi Jl. Ngumban Surbakti.....	28
7.2. SD Negeri 067244 Jl. Bunga Sedap Malam IX.....	28
7.3. SD Negeri 067243 Jl. Bunga Sedap Malam XI.....	29
B. Hipotesis	28
C. Kerangka Berfikir	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	32
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	32
1. Lokasi Penelitian.....	32
2. Waktu Penelitian.....	32
B. Populasi dan Sampel.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	33
C. Metode Penelitian.....	35
D. Desain Penelitian.....	36
E. Instrumen Penelitian.....	36
F. Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Deskripsi Data Penelitian.....	52
B. Hasil Penelitian.....	52
1. Dataran Tinggi.....	52
2. Dataran Rendah.....	58
C. Pembahasan Hasil Penelitian.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62