

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	ix

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar belakang	1
B. Identifikasi masalah.....	3
C. Pembatasan masalah	4
D. Rumusan masalah	4
E. Tujuan penelitian	4
F. Manfaat penelitian	5

BAB II. LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Teoritis	6
1. Hakekat Kebugaran jasmani.....	6
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani	11
3. Hakekat olahraga Sepak Bola.....	13
4. Profil SMA N 1 Tanah Jawa.....	14
B. Kerangka Berfikir	15

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	17
B. Populasi dan sampel	17

1. Populasi	17
2. Sampel	17
C. Metode Penelitian	18
D. Instrumen Penelitian	18
E. Teknik Analisis Data.....	26
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian	27
B. Hasil Penelitian.....	28
C. Pembahasan Hasil Penelitian	29
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	32
B. Saran	32
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	35
DOKUMENTASI PENELITIAN.....	44