DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR TABEL xvii

DAFTAR GAMBAR xix

DAFTAR LAMPIRAN xx

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang 1
B. Identifikasi Masalah 8
C. Rumusan Masalah 8
D. Tujuan Penelitian 9
E. Manfaat Penelitian..... 10

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Respirasi (Sistem Pernapasan)..... 11
B. Fisiologi Pernapasan 17
C. Alat Pemeriksaan Fungsi Paru-paru..... 18
D. Kapasitas Paru-paru 20
E. Faktor-faktor Yang mempengaruhi Saluran Pernapasan dan Gangguan Fungsi Paru-paru 22
F. Tekanan Darah 24
G. Resistensi Aliran Darah 26
H. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah..... 27
I. Kebugaran Jasmani 28
J. Komponen Kebugaran Jasmani..... 30
K. Faktor Yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani..... 33
L. Penelitian Yang Relevan..... 35
M. Kerangka Fikir 37
N. Hipotesis..... 39

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian 40
B. Populasi dan Sampel 41
1. Populasi..... 41
2. Sampel 42
C. Variabel dan Data Penelitian..... 43
D. Definisi Operasional Variabel..... 44
E. Desain Penelitian..... 46
F. Instrument Penelitian..... 46
G. Analisis Data..... 52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian..... 57
1. Deskripsi Data 57
2. Analisis Data..... 62
3. Uji Hipotesis 66
B. Pembahasan..... 68

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 76
B. Saran..... 76

DAFTAR PUSTAKA..... 78

DAFTAR LAMPIRAN..... 81