

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BABI PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Perumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Kegunaan Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kebugaran Jasmani.....	5
B. Komponen-komponen Kebugaran Jasmani.....	7
C. Manfaat Kebugaran Jasmani.....	10
D. Tes Kebugaran Jasmani.....	13
E. Penilaian.....	16
F. Kerangka Pikir.....	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metodologi.....	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
C. Definisi Operasional.....	21
D. Pengukuran Tes Kebugaran Jasmani.....	22
E. Populasi dan Sampel Penelitian.....	23
F. Teknik Pengumpulan Data.....	24
G. Analisis Data.....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	26
B. Pembahasan.....	30
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	33
B. Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	