

## DAFTAR ISI

	Halama
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b>	n
<b>KATA-KATA MUTIARA</b>	
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b>	
ABSTRAK .....	
KATA PENGANTAR .....	i
UCAPAN TERIMA KASIH .....	ii
DAFTAR ISI .....	iii
DAFTAR TABEL .....	vi
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. LatarBelakang .....	
B. RumusanMasalah .....	1
C. TujuanPenelitian .....	5
D. ManfaatPenelitian .....	5
E. DefinisiOperasional .....	6
	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Pendidikan Jasmani .....	
1. Pengertian Pendidikan Jasmani .....	8
2. Tujuan Pendidikan Jasmani .....	8
3. Peranan Pendidikan Jasmani .....	9
4. Ciri Unik Pendidiksn Jasmani .....	10
B. KebugaranJasmani .....	14
1. PengertianKebugaranJasmani .....	15
2. KomponenKebugaranJasmani .....	15
3. ManfaatKebugaranJasmani .....	16
4. Faktor-Faktor yang MempengaruhiKebugaranJasmani .....	18
5. KriteriaKebugaranJasmani.....	18

C. KesehatanMental .....	20
1. PengertianKesehatanMental .....	21
2. TujuanKesehatanMental .....	21
3. Ciri-CiriSehat Mental padaAnakUsiaSD .....	22
4. PerkembanganKesehatan Mental di Sekolah .....	22
5. Faktor yang MempengaruhiKesehatanMental .....	23
D. PrestasiBelajarSiswa .....	24
1. PengertianPrestasiBelajarSiswa .....	25
2. KomponenPrestasiBelajarSiswa .....	25
3. Faktor-Faktor yang MempengaruhiPrestasiBelajarSiswa .....	26
E. HubunganantaraKebugaranJasmanidanKesehatan Mental dengan PrestasiBelajarPenjasSiswa .....	28
F. Hipotesis .....	30
	31

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Metode Penelitan .....	
B. PopulasiPenelitian .....	33
C. SampelPenelitian.....	33
D. VariabelPenelitian.....	34
E. RancanganPenelitian .....	34
F. TeknikPengambilanData .....	34
G. ProsedurPenelitian .....	35
1. PersiapanPenelitian .....	35
2. PenentuanPopulasi .....	35
3. UjiCobaAlatUkur.....	35
4. PelaksanaanPenelitian.....	35
H. Instrument Penelitian.....	35
1. SurveidenganTeknikTes .....	36
2. MetodeAngket.....	36
3. Dokumentasi.....	36
I. Faktor-Faktor yang MempengaruhiPenelitian .....	40

1. Faktor Kesungguhan Hati.....	41
2. Faktor Alat .....	41
3. Faktor Cuaca .....	41
4. Faktor Kemampuan Sampel .....	41
5. Faktor Tenaga Penilai .....	42
J. Teknik Analisis Data .....	42
1. Langkah-Langkah Analisis Data .....	42
2. Langkah-Langkah Korelasi Berganda .....	42
	44
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	
B. Hasil Penelitian .....	45
1. Tes Tingkat Kebugaran Jasmani .....	45
2. Hasil Tes Kesehatan Mental .....	45
3. Hasil Nilai Belajar Pendidikan Jasmani Siswa .....	49
4. Hasil Hubungan Nilai Kebugaran Jasmani, Kesehatan Mental dan Prestasi Belajar .....	52
C. Pembahasan .....	54
	54
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	
B. Saran .....	57
	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	
	58

## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Populasi Penelitian .....	33
2	Kisi – Kisi Angket Penelitian Kesehatan Mental .....	36
3	Penilaian Angket .....	38
4	Hasil Tes Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Kelas VI SDN Ciburial Tahun Ajaran 2012-2013 .....	46
5	Persentase Kriteria Tingkat Kebugaran Jasmani .....	48
6	Hasil Tes Kesehatan Mental Dan Nilai Belajar Siswa 2013 .....	49
7	Persentase Kriteria Kesehatan Mental Siswa .....	52
8	Hasil Nilai Belajar Pendidikan Jasmani Siswa kelas VI SDN Ciburial .....	52
9	Ringkasan Analisis Regresi Hubungan Tingkat Kebugaran Jasmani Dan Kesehatan Mental Dengan Prestasi Belajar Siswa SDN Ciburial .....	54

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
A	TesKebugaranJasmani Indonesia (TKJI) .....	60
B	Angket Kesehatan Mental .....	61
C	Nilai Pendidikan Jasmani Siswa .....	63
D	Hasil Analisis Regresi Linear Ganda .....	65
E	Dokumentasi Penelitian .....	71
F	Daftar Riwayat Hidup .....	72