

DAFTAR ISI

PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
UCAPAN TERIMAKASIH	vi
KATA PENGANTAR	vi
DATAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
F. Batasan Penelitian	9
G. Definisi Istilah	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	12
A. Kajian tentang Pembelajaran Pendidikan Jasmani	12
1. Pendidikan Jasmani dalam Sistem Pendidikan.....	12
2. Tujuan Pendidikan Jasmani	13
3. Dimensi Pembelajaran Pendidikan Jasmani	15
4. Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani	16
5. Pendekatan Pembelajaran Pendidikan Jasmani	18
6. Kontribusi Pembelajaran Pendidikan Jasmani	19
B. Kajian tentang Teori Belajar Kognitif	22
1. Teori Gestalt	22

vii

Mohamad Lutfi Firdaus, 2015

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KURANGNYA AKTIVITAS FISIK SISWA SMP NEGERI 1 BANDUNG

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Teori Belajar Jean Piaget	24
C. Kajian tentang Aktivitas Fisik	27
1. Pengertian Aktivitas Fisik	27
2. Jenis-jenis Aktivitas Fisik	28
3. Intensitas Aktivitas Fisik	30
4. Manfaat Aktivitas Fisik	30
D. Kajian tentang Gaya Hidup Aktif	32
1. Gaya Hidup Aktif	33
E. Keterkaitan Pembelajaran Pendidikan Jasmani terhadap Timbulnya Gaya Hidup Aktif	37
1. Pendidikan Jasmani yang Menimbulkan Gaya Hidup Aktif.	40
F. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kurangnya Aktivitas Fisik dalam menjaga Gaya Hidup Aktif	46
1. Faktor Sosio Psikologis (Internal)	47
2. Faktor Situasional (Eksternal)	48
G. Pembahasan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kurangnya Aktivitas Fisik dan Gaya Hidup Aktif	49
BAB III METODE PENELITIAN	56
A. Lokasi dan Subjek Penelitian	56
1. Lokasi Penelitian	56
2. Subjek Penelitian	56
B. Pendekatan Penelitian	57
C. Metode Penelitian	58
D. Instrumen Penelitian	59
E. Teknik Pengumpulan Data	61
1. Wawancara	61
2. Observasi	63
3. Studi Dokumentasi	66
F. Teknik Pengolahan Data	66
1. Reduksi	67
2. <i>Data Display</i>	67
3. Pengambilan Kesimpulan dan Verifikasi	67

G. Validitas Data	68
1. Validitas Internal	68
2. Validitas Eksternal	71
3. Pengujian Reabilitas	71
4. Pengujian Objektivitas	71
H. Prosedur Penelitian	72
1. Tahap Pra Penelitian	72
2. Tahap Pelaksanaan Penelitian	72
3. Tahap Analisis data	73
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	74
A. Hasil Pengumpulan Data	74
B. Analisis Data	91
1. Reduksi Data	91
2. Display Data	92
3. Verifikasi Data	98
C. Pembahasan	99
D. Diskusi Temuan	102
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	111
A. Simpulan	111
B. Implikasi	112
C. Rekomendasi	112
DAFTAR PUSTAKA	115
LAMPIRAN	