

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR GRAFIK.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I     PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Penelitian.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Struktur Organisasi.....	9
<b>BAB II    KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Aktivitas Jasmani Remaja.....	11
1. Pengertian Aktivitas Jasmani.....	11
2. Manfaat dan Batasan Aktivitas Jasmani.....	12
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Aktivitas Jasmani.....	13
4. Jenis-jenis Aktivitas Jasmani.....	16
5. Komponen Aktivitas Jasmani.....	17
6. Masa Remaja.....	18
7. Aktivitas Jasmani Remaja.....	20

B. Efikasi Diri.....	21
1. Pengertian Efikasi Diri.....	21
2. Faktor yang mempengaruhi Efikasi Diri.....	24
3. Dimensi Efikasi Diri.....	25
C. Dukungan Sosial.....	27
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	27
2. Bentuk dan Dimensi Dukungan Sosial.....	29
3. Sumber Dukungan Sosial dalam Aktivitas Jasmani.....	33
D. Program Pendidikan Jasmani.....	34
1. Pengertian Pendidikan Jasmani.....	34
2. Komponen Program Pendidikan Jasmani.....	35
3. Kegiatan Kurikuler.....	35
4. Modifikasi Program Pendidikan Jasmani.....	36
5. Program Pendidikan Jasmani sebagai Faktor Sosio-ekologis	37
E. Teori Kognisi Sosial.....	39
F. Penelitian yang Relevan.....	40
G. Kerangka Berfikir.....	41
H. Hipotesis Penelitian.....	48
<b>BAB III</b> <b>METODE PENELITIAN</b>	
A. Metode Penelitian.....	49
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	50
1. Populasi Penelitian.....	50
2. Teknik Sampling.....	51
C. Instrumen Penelitian.....	52
D. Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	61
E. Prosedur Penelitian.....	71
F. Teknik Analisis Data.....	72

BAB IV	TEMUAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Hasil Penelitian.....	74
	1. Deskripsi Statistik.....	74
	2. Uji Asumsi Dasar.....	75
	3. Uji Hipotesis.....	80
	B. Diskusi Temuan.....	91
BAB V	SIMPULAN DAN REMOMENDASI	
	A. Simpulan.....	106
	B. Rekomendasi.....	107
	DAFTAR PUSTAKA.....	108
	LAMPIRAN.....	114

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1. Kisi-kisi Instrumen Dukungan Sosial.....	54
Tabel 3.2. Skala Alternatif Jawaban.....	55
Tabel 3.3. Kisi-kisi Instrumen Program Pendidikan Jasmani.....	56
Tabel 3.4. Kisi-kisi Instrumen Efikasi Diri.....	59
Tabel 3.5. Kisi-kisi Instrumen Aktivitas Jasmani.....	60
Tabel 3.6. Data hasil Perhitungan KMO dan Bartlett's Test Angket Dukungan Sosial.....	62
Tabel 3.7. Ringkasan Hasil Rotasi matrik Angket Dukungan Sosial.....	63
Tabel 3.8. Hasil Uji Reliabilitas angket Dukungan Sosial.....	66
Tabel 3.9. Data hasil Perhitungan KMO dan Bartlett's Test Angket Efikasi Diri.....	66
Tabel 3.10. Ringkasan Hasil Rotasi matrik Angket Efikasi Diri.....	67
Tabel 3.11. Hasil Uji Reliabilitas angket Efikasi Diri.....	68
Tabel 3.12. Data hasil Perhitungan KMO dan Bartlett's Test Angket Program Pendidikan Jasmani.....	69
Tabel 3.13. Ringkasan Hasil Rotasi matrik Angket Program Pendidikan Jasmani.....	69
Tabel 3.14. Hasil Uji Reliabilitas angket Program Pendidikan Jasmani	71
Tabel 4.1. Statistik Deskriptif Dukungan Sosial.....	74
Tabel 4.2. Statistik Deskriptif Program Pendidikan Jasmani.....	74
Tabel 4.3. Statistik Deskriptif Efikasi Diri.....	75
Tabel 4.4. Statistik Deskriptif Aktivitas Jasmani Remaja.....	75
Tabel 4.5. Uji Linearitas Dukungan Sosial.....	77
Tabel 4.6. Uji Linearitas Program Pendidikan Jasmani.....	77
Tabel 4.7. Uji Linearitas Efikasi Diri.....	78
Tabel 4.8. Uji Multikolinearitas.....	79
Tabel 4.9. Hasil Uji Signifikasni ANOVA <sup>a</sup> Dukungan Sosial.....	81

Diky Hadyansah, 2017

*KONTRIBUSI DUKUNGAN SOSIAL, PROGRAM PENDIDIKAN JASMANI, DAN EFIKASI DIRI TERHADAP  
AKTIVITAS JASMANI REMAJA*

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

Tabel 4.10.	Besaran Kontribusi Dukungan Sosial.....	81
Tabel 4.11.	Hasil Coefficients <sup>a</sup> Dukungan Sosial.....	82
Tabel 4.12.	Hasil Uji Signifikasni ANOVA <sup>a</sup> Program Pendidikan Jasmani.....	83
Tabel 4.13.	Besaran Kontribusi Program Pendidikan Jasmani.....	84
Tabel 4.14.	Hasil Coefficients <sup>a</sup> Program Pendidikan Jasmani.....	84
Tabel 4.15.	Hasil Uji Signifikasni ANOVA <sup>a</sup> Efikasi Diri.....	86
Tabel 4.16.	Besaran Kontribusi Efikasi Diri.....	86
Tabel 4.17.	Hasil Coefficients <sup>a</sup> Efikasi Diri.....	86
Tabel 4.18.	Hasil Uji Signifikasni ANOVA <sup>a</sup> Dukungan Sosial. Program Pendidikan Jasmani dan Efikasi Diri.....	88
Tabel 4.19.	Besaran Kontribusi Dukungan Sosial, Program Pendidikan Jasmani, dan Efikasi Diri.....	88
Tabel 4.20.	Hasil Coefficients <sup>a</sup> Dukungan Sosial, Program Pendidikan Jasmani, dan Efikasi Diri.....	89
Tabel 4.21.	Rekapitulasi Hasil Uji Hipotesis.....	90

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Ecological model used to categorize interventions.....	38
Gambar 2.2. Skema Hubungan Teori Kognisi Sosial.....	39
Gambar 3.1. Prosedur Penelitian Survey.....	72
Gambar 4.1. Hasil Uji Normalitas.....	76

## DAFTAR GRAFIK

	Halaman
Grafik 4.1. Uji Heterokedastisitas.....	80

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran A :	114
1. SK Pembimbing.....	115
2. Surat Izin Penelitian.....	118
3. Surat Penyelesaian Penelitian.....	119
Lampiran B :	121
1. Kisi-kisi Dukungan Sosial.....	122
2. Skala Angket Dukungan Sosial.....	125
3. Kisi-Kisi Program Pendidikan Jasmani.....	129
4. Skala Angket Program Pendidikan Jasmani.....	133
5. Kisi-kisi Skala Efikasi Diri.....	136
6. Skala Angket Efikasi Diri.....	139
7. Kisi-kisi Aktivitas Jasmani.....	142
8. Skala Angket Aktivitas Jasmani.....	146
Lampiran C :	151
1. Data Sampel Dukungan Sosial.....	152
2. Data Sampel Program Pendidikan Jasmani.....	161
3. Data Sampel Efikasi Diri.....	170
4. Data Sampel Aktivitas Jasmani.....	179