

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	ix
<b>BAB I 1</b>	
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Stuktur Organisasi Skripsi .....	4
<b>BAB II 8</b>	
<b>KAJIAN PUSTAKA</b> .....	8
A. Karakteristik Kebugaraan Mahasiswa FPOK .....	8
1. Tujuan Kebugaran Jasmani .....	10
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani.....	13
3. Komponen-komponen Kebugaran Jasmani .....	15
4. Kebugaran Jasmani Mahasiswa Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan .....	16

B. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (FPOK) .....	17
1. Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi ....	17
2. Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas.....	18
3. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.....	19
4. Program Studi Ilmu Keolahragaan.....	20
5. Program Studi Keperawatan.....	22
C. Teori Yang Relevan .....	22
D. Hasil Penelitian Terdahulu.....	23
E. Kerangka Pemikiran.....	24
F. Hipotesis Penelitian.....	25
<b>BAB III 26</b>	
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
A. Desain Penelitian.....	26
B. Populasi dan Sampel .....	27
C. Instrumen Penelitian .....	28
1. Tes Kesegaran Jasmani Indonesia.....	28
D. Prosedur Penelitian.....	38
E. Analisis Data .....	38
<b>BAB IV 40</b>	
<b>TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>40</b>
A. Temuan.....	40
1. Analisis Deskripsi .....	40
2. Uji Hipotesis Perbedaan Tingkat Kebugaran Jasmani	

Mahasiswa berdasarkan Program Studi .....	44
a. Uji Normalitas .....	44
b. Uji Homogenitas .....	45
c. Uji <i>One Way Anova</i> .....	45
3. Uji Hipotesis Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa FPOK berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
B. Pembahasan Temuan Penelitian.....	49
<b>BAB V 53</b>	
<b>SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI .....</b>	<b>53</b>
A. Simpulan .....	53
B. Implikasi dan Rekomendasi .....	53
1. Implikasi.....	53
2. Rekomendasi .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	