

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN	
A. Kajian Pustaka.....	6
1. Konsep Olahraga.....	6
2. Olahraga Kesehatan	7
3. Konsep Gaya Hidup Lansia	14
4. Olahraga Kesehatan dan Gaya Hidup Lansia.....	18
5. Posisi Keilmuan Peneliti Dalam Penelitian	22
B. Kerangka Pemikiran.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Batasan Penelitian	25
B. Langkah-langkah Penelitian.....	26
C. Metode Penelitian.....	26
D. Definisi Operasional.....	27
E. Instrumen penelitian.....	28
F. Proses Pengembangan Instrument.....	31
G. Teknik Pengumpulan Data.....	36

H. Analisis Data	37
------------------------	----

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil penelitian.....	39
B. Diskusi Penemuan.....	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	52
B. Saran.....	52

DAFTAR PUSTAKA	54
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN-LAMPIRAN	56
--------------------------------	-----------

RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	86
-----------------------------------	-----------

