

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN	Error! Bookmark not defined.
UCAPAN TERIMAKASIH	Error! Bookmark not defined.
HAK CIPTA	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.5 Struktur Organisasi Skripsi ...	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Teori Yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kondisi Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Pengertian Kondisi Fisik.....	Error! Bookmark not defined.

Lutvida Hesti Rismawati, 2018

**PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA DAN MINUMAN
ISOTONIK TERHADAP STATUS HIDRASI ATLET FUTSAL**

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

- 2.2.2 Komponen Kondisi Fisik**Error! Bookmark not defined.**
- 2.2.3 Manfaat Kondisi Fisik **Error! Bookmark not defined.**
- 2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kondisi Fisik **Error! Bookmark not defined.**
- 2.3 Hidrasi..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.1 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Hidrasi..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.2 Tingkatan Status Hidrasi**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.3 Pengukuran Status Hidrasi**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.3.4 Pengaturan Hidrasi saat Latihan/Pertandingan .. **Error! Bookmark not defined.**
- 2.4 Upaya Meningkatkan Status Hidrasi Tubuh **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4.1 Minuman Isotonik..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4.2 Air Kelapa..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.4.3 Air Biasa **Error! Bookmark not defined.**
- 2.5 Buah Semangka..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.5.1 Klasifikasi dan Morfologi Buah Semangka **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.5.2 Kandungan Buah Semangka**Error! Bookmark not defined.**
 - 2.5.3 Manfaat Buah Semangka**Error! Bookmark not defined.**
- 2.6 Penelitian Terdahulu yang Relevan.....**Error! Bookmark not defined.**
- 2.7 Posisi Teoritis Peneliti..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.7.1 Kerangka Berfikir **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.7.2 Hipotesis Penelitian ... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2.7.3 Posisi Keilmuan Peneliti**Error! Bookmark not defined.**

BAB III METODE PENELITIAN **Error! Bookmark not defined.**

- 3.1 Desain Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

Lutvida Hesti Rismawati, 2018

PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA DAN MINUMAN ISOTONIK TERHADAP STATUS HIDRASI ATLET FUTSAL

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

- 3.2 Partisipan..... **Error! Bookmark not defined.**
- 3.3 Populasi dan Sampel **Error! Bookmark not defined.**
- 3.4 Instrumen Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- 3.5 Prosedur Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- 3.6 Analisis Data **Error! Bookmark not defined.**

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN**Error! Bookmark not defined.**

- 4.1 Temuan Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.1.1 Karakteristik Sampel.. **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.1.2 Statistika Deskriptif ... **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.1.3 Uji Normalitas..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.1.4 Uji Homogenitas **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.1.5 Uji Hipotesis **Error! Bookmark not defined.**
- 4.2 Pembahasan..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.2.1 Pembahasan Temuan Penelitian 1... **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.2.2 Pembahasan Temuan Penelitian 2... **Error! Bookmark not defined.**
 - 4.2.3 Pembahasan Temuan Penelitian 3... **Error! Bookmark not defined.**

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI.....**Error! Bookmark not defined.**

- 5.1 Simpulan **Error! Bookmark not defined.**
- 5.2 Implikasi **Error! Bookmark not defined.**
- 5.3 Rekomendasi..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA **Error! Bookmark not defined.**

LAMPIRAN..... **Error! Bookmark not defined.**

RIWAYAT HIDUP..... **Error! Bookmark not defined.**

Lutvida Hesti Rismawati, 2018

PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA DAN MINUMAN ISOTONIK TERHADAP STATUS HIDRASI ATLET FUTSAL

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

DAFTAR TABEL

Tabel :

2.1 IMT Menurut Umur (IMT/U) Anak Umur 15-18 Tahun	13
2.2 Tingkatan Status Hidrasi	16

Lutvida Hesti Rismawati, 2018

*PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA DAN MINUMAN
ISOTONIK TERHADAP STATUS HIDRASI ATLET FUTSAL*

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

2.3 Komposisi Minuman Isotonik.....	19
2.4 Komposisi Air Putih.....	20
2.5 Taksonomi Semangka	23
2.6 Kandungan Buah Semangka	24
3.1 Kandungan Buah Semangka	34
3.2 Komposisi Minuman Isotonik.....	35
4.1 Karakteristik Sampel.....	40
4.2 Statistika Deskriptif.....	41
4.3 Uji Normalitas.....	42
4.4 Uji Homogenitas	42
4.5 Perbandingan BJU sebelum dan sesudah <i>treatment</i> Jus Semangka .	43
4.6 Perbandingan BJU sebelum dan sesudah <i>treatment</i> Minuman Isotonik	44
4.7 Perbandingan BJU sebelum dan sesudah <i>treatment</i> Jus Semangka dan Minuman Isotonik	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar :

2.1 Indikator Kadar Hidrasi.....	15
----------------------------------	----

Lutvida Hesti Rismawati, 2018

PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA DAN MINUMAN ISOTONIK TERHADAP STATUS HIDRASI ATLET FUTSAL

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

2.2 Buah Semangka.....	21
3.1 <i>Cross-over Design</i>	31
3.1 Mission 10 Parameter Profesional.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran :

1. Surat Keputusan Pembimbing Skripsi.....	54
2. Surat Ijin Penelitian.....	58
3. Kartu Bimbingan Skripsi.....	59
4. Data Sampel Penelitian	62
5. Data Hasil Penelitian.....	62
6. Dokumentasi Penelitian	63
7. Hasil Data Statistika SPSS	66

Lutvida Hesti Rismawati, 2018

PERBANDINGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS SEMANGKA DAN MINUMAN ISOTONIK TERHADAP STATUS HIDRASI ATLET FUTSAL

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