

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	ii
UCAPAN TERIMA KASIH	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Identifikasi dan Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Batasan Penelitian	6
F. Pengertian Istilah	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS	8
A. Kajian Pustaka	8
1. Beladiri Syufu Taesukhan	8
2. Perilaku	15
3. Perilaku Hidup Sehat	18
4. Hakikat Kebugaran Jasmani	29
5. Karakteristik Fisik dan Psikologi	37
B. Kerangka Pemikiran	42
C. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Populasi dan Sampel	48
1. Populasi	48
2. Sampel	48

Sukmayadi, 2013

Hubungan Antara Beladiri Syufu Taesukhan Dan Perilaku Hidup Sehat Dengan Kebugaran Jasmani Pada Santri Aliyah Dan Tsanawiyah Di Pesantren Persatuan Islam 67 Benda Tasikmalaya

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

B. Desain Penelitian dan Langkah-langkah Penelitian	49
1. Desain Penelitian	49
2. Langkah-langkah Penelitian	50
C. Metode Penelitian	52
D. Definisi Operasional	53
E. Instrumen Penelitian	54
1. Tes	55
2. Observasi	55
3. Kuesioner atau Angket	56
F. Teknik Pengumpulan Data	56
1. Tes Kebugaran Jasmani	57
2. Observasi Beladiri Syufu Taesukhan	59
3. Angket Perilaku Hidup Sehat	62
G. Pemantapan Instrumen	63
1. Uji Validitas	63
2. Uji Reliabilitas	64
H. Analisis Data	65
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Hasil Penelitian	66
1. Deskripsi Data	66
2. Uji Normalitas Data	67
3. Uji Homogenitas	67
4. Uji Hipotesis	68
B. Diskusi Penemuan	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN-LAMPIRAN	82
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	111