

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Masalah Penelitian.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Batasan Penelitian.....	7
F. Anggapan Dasar.....	8
G. Hipotesis .....	9
H. Batasan Istilah .....	10
BAB II TINJAUAN TEORITIS .....	12
A. Kesehatan .....	12
1. Kesehatan Pribadi.....	12
2. Kesehatan Lingkungan.....	14
B. Pola Hidup.....	15
1. Pola Makan.....	17
2. Pola Istirahat.....	18
3. Pola Latihan.....	20
4. Pola Kerja dan Tugas Rutin.....	22
C. Motif dan Motivasi.....	22
1. Motivasi Berlatih Olahraga.....	24
2. Jenis-Jenis Motivasi.....	27
D. Dukungan Orang Tua.....	29

1. Dukungan Moral.....	31
2. Dukungan Material.....	33
E. Prestasi .....	34
1. Pengertian Prestasi.....	34
2. Perkembangan Prestasi Atlet Loncat Indah Jawa Barat....	35
3. Teknik Pembinaan Prestasi.....	36
<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Metode Penelitian.....	38
B. Populasi dan Sampel.....	39
1. Populasi .....	39
2. Sampel .....	40
C. Desain Penelitian.....	41
D. Instrumen Penelitian.....	42
1. Jenis-jenis angket atau kuesioner .....	42
2. Keuntungan Angket.....	43
3. Kelemahan Angket .....	43
4. Langkah-langkah penyusunan angket.....	43
E. Uji Coba Angket.....	49
1. Uji Validitas Butir Angket.....	49
2. Uji Reliabilitas Butir Angket.....	54
F. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	55
G. Teknik Analisis Data.....	56
1. Uji Normalitas.....	58
2. Penghitungan Korelasi Sederhana.....	59
3. Menghitung Koefisien Korelasi Ganda.....	59
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>61</b>
A. Hasil Pengolahan dan Analisis Data.....	61
1. Hasil penghitungan korelasi rho.....	61
1.1 uji hipotesis satu.....	62
1.2 uji hipotesis dua.....	62
1.3 uji hipotesis tiga.....	63

2. Hasil penghitungan korelasi Ganda.....	63
2.1 uji hipotesis empat.....	65
B. Diskusi Penemuan.....	65
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
A. Kesimpulan .....	69
B. Saran .....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	71
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	73

