

DAFTAR ISI

Halaman

LAMPIRAN PENGESAHAN SKRIPSI	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
SURAT KETERANGAN	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	v
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
SURAT PERNYATAAN.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTA ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GRAFIK.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	8
1. Hakekat Status Gizi.....	8
a. Pengertian Status Gizi.....	8
b. Unsur-Unsur Yang Dibutuhkan Oleh Tubuh.....	11
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi.....	13
d. Angka Kecukupan Gizi.....	15
2. Hakikat Kesegaran Jasmani.....	16
a. Pengertian Kesegaran Jasmani.....	16
b. Komponen-Komponen Kesegaran Jasmani.....	18
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesegaran Jasmani.....	19
d. Kerangka Pemikiran.....	22
e. Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODEOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	25

B. Populasi dan Sampel.....	25
C. Instrumen Penelitian.....	27
1. Cara Mengukur Ststus Gizi.....	27
2. Cara Mengukur Tingkat Kesegaran Jasmani.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data.....	43
E. Teknik Analisis Data.....	44

BAB IV PENGOLAHAN DATA

A. Deskripsi Data Penelitian.....	46
1. Deskripsi Hasil Tes Status Gizi.....	46
2. Deskripsi Hasil tes Kesegaran Jasmani.....	49
B. Analisis Data.....	52
C. Pembahasan.....	54

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN