

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumah Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	3
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Konsep Aktivitas Fisik .....	4
1. Definisi Aktivitas Fisik .....	4
2. Klasifikasi Aktivitas Fisik.....	5
3. Manfaat Aktivitas Fisik.....	8
4. Faktor Yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	10
5. Pengukuran Aktivitas Fisik .....	11
B. Konsep Remaja .....	14
1. Pengertian Remaja.....	14
2. Perkembangan Remaja.....	15
3. Batasan Remaja .....	16
C. Kerangka Konsep .....	18
BAB III : METODE PENELITIAN .....	20
A. Desain Penelitian.....	20
B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	20
1. Populasi .....	20
2. Sampel.....	20
3. Teknik Sampling .....	21
C. Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
D. Definisi Operasional Variabel.....	21
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data .....	22
F. Teknik Pengolahan Data .....	24
1. Editing .....	24
2. Cooding .....	25
3. Skoring .....	25
4. Tabulating.....	26
G. Analisis Data.....	26
H. Etika Penelitian .....	27
I. Tempat dan Waktu Penelitian .....	27
J. Jadwal Penelitian.....	28

BAB IV : HASIL PENELITIAN .....	29
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	29
B. Data Umum .....	30
C. Data Khusus .....	33
BAB V : PEMBAHASAN .....	36
BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN .....	41
Daftar Pustaka .....	43
Lampiran-lampiran.....	45