

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR	i
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	ii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Pertanyaan Penelitian	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.4.1 Tujuan Umum	3
1.4.2 Tujuan Khusus	3
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Manfaat Akademik.....	4
1.5.2 Manfaat Klinis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Olahraga	5
2.1.1 Klasifikasi	6
2.1.2 Manfaat	10
2.2 Menilai Pola Perilaku Olahraga Dengan Metode <i>Godin Leisure-Time Exercise Questionnaire (GLTEQ)</i>	10
2.2.1 Perbandingan Kuesioner	12
2.3 Prestasi Akademik.....	12
2.3.1 Faktor	14
2.4 Pandemi Covid-19.....	15
2.5 Hubungan Olahraga dengan Prestasi Akademik.....	16

BAB III KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS.....	20
3.1 Kerangka Teori.....	20
3.2 Kerangka Konsep.....	21
3.3 Hipotesis.....	21
3.3.1 Hipotesis Alternatif.....	21
3.3.2 Hipotesis Null.....	21
3.4 Variabel Penelitian.....	22
3.4.1 Variabel Terikat.....	22
3.4.2 Variabel Bebas.....	22
3.4.3 Variabel Perancu.....	22
3.5 Definisi Operasional.....	23
BAB IV METODE PENELITIAN.....	26
4.1 Desain Penelitian.....	26
4.2 Lokasi dan Waktu.....	26
4.3 Bahan dan Cara Penelitian.....	26
4.3.1 Bahan Penelitian.....	26
4.3.2 Cara Penelitian.....	26
4.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
4.4.1 Populasi Penelitian.....	27
4.4.2 Populasi Target.....	27
4.4.3 Populasi Terjangkau.....	27
4.4.4 Sampel Penelitian.....	27
4.5 Cara Pengambilan Sampel.....	27
4.6 Cara Perhitungan Jumlah Sampel.....	28
4.7 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	29
4.7.1 Kriteria Inklusi.....	29
4.7.2 Kriteria Eksklusi.....	29
4.8 Alur Penelitian.....	30
4.9 Pengolahan Data.....	31
4.10 Uji Statistik.....	31
4.11 Etika Penelitian.....	31
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32

5.1 Hasil	32
5.2 Pembahasan.....	36
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	40
6.1 Kesimpulan	40
6.2 Saran.....	40
BAB VII DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	46



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1	Kerangka Teori	20
Bagan 3.2	Kerangka Konsep	21
Bagan 4.1	Alur Penelitian	30



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kategori Olahraga.....	11
Tabel 2.2	<i>Godin Leisure-Time Exercise Questionnaire (GLTEQ)</i>	11
Tabel 2.3	Perbandingan Kuesioner	12
Tabel 2.4	Rentang Nilai Universitas Pelita Harapan	13
Tabel 3.1	Definisi Operasional	23
Tabel 4.1	Dana Penelitian	31
Tabel 5.1	Demografik Sampel Penelitian	32
Tabel 5.2	Analisis Tabel 3 X 3 Intensitas Olahraga dan Prestasi Akademik	34
Tabel 5.3	Hasil Uji Kai Kuadrat Intensitas Olahraga dan Prestasi Akademik	35