

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PRASYARAT GELAR.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAM PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK.....	x
HALAMAN DAFTAR ISI.....	xii
HALAMAN DAFTAR GAMBAR.....	xiv
HALAMAN DAFTAR TABEL	xv
HALAMAN DAFTAR GRAFIK.....	xvi
HALAMAN DAFTAR LAMPIRAN	xvii
HALAMAN DAFTAR SINGKATAN.....	xviii
HALAMAN DAFTAR SIMBOL.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN PERMASALAHAN.....	5
C. TUJUAN PENELITIAN.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. MANFAAT PENELITIAN	5
E. KEASLIAN PENELITIAN	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. LANDASAN TEORI.....	8
1. Kebugaran jasmani.....	8
a. Definisi kebugaran jasmani.....	8
b. Faktor-faktor yang mempengaruhi kebugaran jasmani	9
c. Manfaat memiliki kebugaran jasmani.....	11
d. Komponen-komponen dari kesegaran jasmani	12
e. Bentuk latihan dan olahraga yang sesuai untuk tiap trimester kehamilan	12
f. Pengukuran tes kesegaran/kebugaran	13
2. Denyut jantung janin.....	16
a. Defisi denyut jantung janin.....	16
b. Cara menghitung denyut jantung janin	17
c. Normal denyut jantung janin.....	17
d. Faktor yang mempengaruhi denyut jantung janin.....	18
e. Hubungan tingkat kebugaran dengan denyut jantung janin.....	18
3. Kehamilan	19
a. Definisi kehamilan	19
b. Tanda-tanda kehamilan	19
c. Periode kehamilan.....	24

d. Perubahan dan adaptasi psikologis sesuai trimester kehamilan.....	25
e. Perubahan fisiologi pada kehamilan.....	27
f. Masalah-masalah ibu hamil.....	30
B. KERANGKA TEORI.....	32
C. KERANGKA KONSEP.....	33
D. HIPOTESIS PENELITIAN.....	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN.....	34
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN.....	34
1. Lokasi Penelitian.....	34
2. Waktu Penelitian.....	34
C. POPULASI DAN SAMPEL.....	34
1. Populasi.....	34
2. Sampel.....	34
D. VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	36
1. Variabel Penelitian.....	36
2. Definisi Operasional.....	36
E. INSTRUMEN PENELITIAN.....	37
F. UJI VALIDITAS DAN UJI RELIABILITAS.....	38
1. Validitas.....	38
2. Reliabilitas.....	38
G. TEHNIK DAN JENIS PENGUMPULAN DATA.....	38
1. JenisData.....	38
2. Teknik Pengumpulan Data.....	39
H. TEHNIK ANALISA DATA.....	39
1. Tehnik Pengolahan Data.....	39
2. Analisa Data.....	41
I. JALANNYA PENELITIAN.....	42
J. ETIKA PENELITIAN KEPERAWATAN.....	44
K. JADWAL PENELITIAN.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHAN.....	47
A. GAMBARAN DAN LOKASI PENELITIAN.....	47
B. HASIL PENELITIAN.....	48
1. Analisa Unvivariat.....	48
2. Analisa Bivariat.....	49
C. PEMBAHASAN.....	50
D. KETERBATASAN PENELITIAN.....	58
BAB V PENUTUP.....	59
A. KESIMPULAN.....	59
B. SARAN.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	