

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
E. Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Landasan Teori.....	6
1. Mahasiswa	6
2. Kebiasaan Merokok.....	6
a. Definisi Kebiasaan Merokok	6
b. Derajat merokok	7
c. Zat yang Terkandung dalam Rokok	7
d. Dampak kebiasaan merokok.....	8
e. Alat Ukur Kebiasaan Merokok.....	8
3. Aktivitas fisik	8
a. Definisi aktivitas fisik.....	8
b. Manfaat aktivitas fisik	8
c. Klasifikasi aktivitas fisik.	9
d. Alat ukur aktivitas fisik	10
4. <i>Cardiorespiratory Fitness</i>	10
a. Definisi <i>Cardiorespiratory Fitness</i>	10
b. Faktor yang mempengaruhi <i>Cardiorespiratory Fitness</i> ..	11
c. Alat ukur <i>Cardiorespiratory Fitness</i>	13
B. Kerangka teori	15
C. Kerangka konsep	16
D. Hipotesis Penelitian.....	16

BAB III METODE PENELITIAN	17
A. Jenis Penelitian	17
B. Lokasi dan waktu penelitian	17
C. Populasi dan sampel	17
D. Variabel dan definisi operasional	18
E. Instrumen penelitian	20
F. Uji validitas dan reabilitas	20
G. Teknik dan pengumpulan data	21
H. Teknik Analisa data.....	21
I. Jalannya penelitian.....	23
J. Etika penelitian	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	25
A. Hasil Penelitian	25
B. Pembahasan	35
C. Keterbatasan penelitian	40
BAB V PENUTUP.....	41
A. Kesimpulan	41
B. Saran	41
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	