

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
PERBEDAAN SOMATOTIPE DAN <i>SKINFOLD</i> PADA CABANG OLAHRAGA KATEGORI <i>ENDURANCE</i> .....	ix
DIFFERENCES BETWEEN SOMATOTYPE AND SKINFOLD IN ENDURANCE SPORTS CATEGORY.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	11
A. Latar Belakang.....	11
B. Perumusan Masalah.....	15
C. Tujuan Penelitian.....	15
1. Tujuan umum.....	15
2. Tujuan khusus.....	16
D. Manfaat Penelitian.....	16
1. Bagi Praktisi.....	16
2. Bagi Ilmiah.....	17
3. Bagi Peneliti.....	17
E. Keaslian Penelitian.....	18
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
A. Telaah Pustaka.....	20
1. Olahraga <i>Endurance</i> .....	20
2. Sistem Metabolisme Energi.....	20
3. Performa Fisik.....	27
4. Somatotipe.....	32
5. <i>Skinfold thickness</i> .....	40
6. Sepatu Roda.....	42
7. Renang.....	43
8. Lari.....	44
9. Tenis Lapangan.....	45
10. Tenis Meja.....	46
11. Voli Pantai.....	47

12.	Sepak Takraw .....	48
13.	Balap Sepeda .....	50
14.	Selam.....	51
15.	Sepak Bola.....	52
16.	Basket.....	53
B.	Kerangka Teori .....	55
C.	Kerangka Konsep.....	56
D.	Hipotesis .....	56
BAB III METODE PENELITIAN.....		57
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian .....	57
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	57
C.	Subyek Penelitian .....	58
1.	Populasi Penelitian .....	58
2.	Besar Subyek Penelitian.....	58
3.	Teknik Pengambilan Subyek Penelitian .....	59
D.	Variabel Penelitian .....	60
1.	Variabel Terikat .....	60
2.	Variabel Bebas (atlet cabang olahraga <i>endurance</i> ) .....	60
E.	Definisi Operasional .....	61
F.	Instrumen Penelitian .....	70
G.	Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	70
1.	Jenis Data .....	70
2.	Teknik pengumpulan data .....	71
H.	Metode Pengolahan Data.....	73
I.	Jalannya Penelitian .....	74
J.	Etika Penelitian .....	75
K.	Protokol Penelitian .....	76
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		77
A.	Hasil Penelitian .....	77
B.	Pembahasan.....	92
C.	Keterbatasan Penelitian .....	111
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		112
A.	Kesimpulan .....	112
B.	Saran .....	114



UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

**Perbedaan Somatotipe dan Skinfold pada Cabang Olahraga Kategori Endurance**

AMANDA DEVI FITRIANI, Dr. Mirza Hapsari STP, S.Gz, MPH, Dietisien dan Dra. Neni Trilusiana Rahmawati, M.Kes

Universitas Gadjah Mada, 2024 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

DAFTAR PUSTAKA.....	116
LAMPIRAN .....	125