

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRACT.....	xii
INTISARI.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
1. Manfaat Teoritis .....	7
2. Manfaat Praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Motivasi .....	8
1. Definisi Motivasi.....	8
2. Fungsi Motivasi.....	10
3. Jenis-jenis Motivasi.....	11
4. Faktor-faktor Motivasi .....	13
5. Senam Lansia .....	14
6. Motivasi Mengikuti Senam pada Lansia .....	15
B. Konsep Diri .....	17
1. Pengertian Konsep Diri .....	17