

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Mamfaat Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI dan HIPOTESA	
A. Deskripsi Teori.....	10
1. Kognitif dewasa muda.....	10
a. Kognitif.....	10
1). Pengertian.....	10
2). Fungsi–Fungsi Kognitif.....	11

3). Struktur dan fungsi otak.....	14
4). Hubungan Struktur Otak dengan Fungsi Kognitif.....	28
5). Fisiologi otak terhadap fungsi kognitif.....	30
b. Dewasa Muda.....	33
1). Pengertian.....	33
2). Kemampuan Kognitif pada Usia Dewasa Muda.....	36
3). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi.....	38
4). Skala weschler.....	42
2. Senam Vitalisasi Otak.....	43
a. Pengertian.....	43
b. Prinsip–Prinsip Senam Vitalisasi Otak.....	45
c. Pengaruh Senam Vitalisasi Otak Terhadap Fungsi Kognitif.....	47
d. Mekanisme Senam Vitalisasi Otak Pada Dewasa Muda.....	50
e. Faktor Gerakan yang Mempengaruhi Fungsi Koginit.....	52
f. Analisa Gerak Senam Vitalisasi Otak terhadap Fungsi Kognitif	56
B. Kerangka Berpikir.....	60
C. Kerangka Konsep.....	64

D. Hipotesis	64
BAB. III METODELOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Operasional.....	65
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	65
C. Metoda Penelitian.....	65
D. Tehnik Pengambilan Sampel.....	66
E. Instrument Penelitian.....	67
F. Tehnik Analisa Data.....	71
BAB. IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	73
B. Uji persyaratn analisis.....	78
C. Pengujian Hipotesis.....	78
BAB. V PEMBAHASAN	80
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	88
C. Saran	88

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN