

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan Hubungan Antara Kebugaran Oleh Karena Senam Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional yaitu dengan menggambarkan Hubungan Antara Kebugaran Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa serta Pengaruh Pemberian Senam Terhadap Tingkat Kebugaran yang tertuang dalam 6 Bab 55 Halaman 12 Tabel 2 Lampiran.

Pelaksanaan penelitian antara Juli s/d Agustus 2001. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik bibliografis, observasi dan wawancara. Untuk mencari data mengenai Hubungan Antara Kebugaran Oleh Karena Senam Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa pengolahan data dilakukan dengan menggunakan teknik analisa deskriptif untuk menggambarkan hasil data dan dengan menggunakan pengukuran statistika untuk melihat Hubungan Antara Kebugaran Oleh Karena Senam Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Kebugaran Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa serta Pengaruh Pemberian Senam Terhadap Tingkat Kebugaran. Berdasar kesimpulan di atas, maka disarankan perlu dimasyarakatkan kebugaran yang dimaksud kepada Mahasiswa UPN "Veteran" Jakarta khususnya serta mahasiswa-mahasiswa perguruan tinggi lain pada umumnya.