

d. Senam Aerobik .....	15
e. Manfaat Senam Aerobik .....	16
1. Paket Senam Aerobik .....	17
2. Belajar .....	25
a. Pengertian .....	25
b. Cara Belajar .....	27
c. Prestasi Belajar .....	29
d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Belajar .....	31
B. Kerangka Berfikir .....	35
C. Hipotesis .....	37
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Operasional .....	38
B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	40
C. Metoda Penelitian .....	40
D. Teknik Pengambilan Sampel .....	41
E. Instrumen Penelitian .....	42
F. Teknik Analisis Data .....	42
 BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data .....	44
B. Karakteristik Responden .....	45
C. Analisa Hubungan Variabel .....	50