

DAFTAR ISI

ABSTRAK (INGGRIS)	i
ABSTRAK (INDONESIA)	ii
KATA PENGANTAR	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PENGESAHAN SIDANG SKRIPSI	v
PERNYATAAN	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GRAFIK & DIAGRAM	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
DAFTAR ISI	1
BAB 1	
PENDAHULUAN	3
1.1. Latar Belakang Masalah.....	3
1.2. Perumusan Masalah	9
1.3. Tujuan Penelitian	9
1.4. Manfaat Penulisan.....	9
1.5. Sistematika Penulisan	10
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Teori Berdasarkan Variabel Bebas dan Variabel Terikat	12
2.1.1 <i>Adversity Quotient Adversity Quotient</i>	12
2.1.2 Pelatihan dan Efektivitas Pelatihan.....	20
2.1.3 Intervensi Pelatihan dalam Meningkatkan <i>Adversity Quotient</i>	35
2.1.4 Latihan Fisik dan <i>Adversity Quotient</i>	38
2.2 Efektivitas Intervensi Program Pelatihan dan Berolahraga untuk Meningkatkan AQ.....	44
.....	44
2.3 Kerangka Berpikir.....	44
2.4 Hipotesis	45

BAB III

METODE PENELITIAN.....	47
3.1 Desain Penelitian	47
3.2 Variabel Penelitian.....	49
3.3 Definisi Operasional	49
3.4 Teknik Sampling.....	50
3.5 Responden Penelitian.....	51
3.6 Prosedur Penelitian	51
3.7 Alat Ukur Penelitian	54
3.8 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	58
3.9 Analisis Data Deskriptif.....	58

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
4.1 Gambaran Umum Pelaksanaan Penelitian	48
4.2 Karakteristik Responden.....	60
4.3 Deskripsi Data.....	67
4.4 Uji Normalitas.....	68
4.5 Uji Anova.....	69
Analisis Tambahan.....	72
4.7 Pembahasan.....	73

BAB V

DISKUSI KESIMPULAN DAN SARAN.....	76
5.1 Diskusi dan Hasil Penelitian	76
5.2 Aplikasi Hasil Penelitian.....	77
5.3 Saran	77
DAFTAR PUSTAKA.....	78