DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM i
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI iii
ABSTRAK iv
MOTTO v
PERSEMBAHAN vi
KATA PENGANTAR vii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 10
C. Tujuan Penelitian 10
D. Kegunaan Penelitian 11
E. Penelitian Terdahulu 12
F. Ruang Lingkup dan Batasan Masalah 14
G. Hipotesis 15
H. Definisi Operasional 15
I. Sistematika Pembahasan 17
BAB II KAJIAN TEORI 19

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

A. Tinjauan Tentang Senam Otak 19
1. Pengertian Senam Otak 19
2. Mekanisme Kerja Otak dan Bagian-Bagiannya 21
3. Dimensi Senam Otak 29
4. Gerakan-gerakan dalam Senam Otak 38
5. Manfaat Senam Otak 57
B. Tinjauan tentang Hafalan Al-Qur'an 59
1. Pengertian Menghafal Al-Qur'an 59
2. Keutamaan Menghafal Al-Qur'an 62
3. Kaidah Umum Menghafal Al-Qur'an 70
4. Metode dan Cara Menghafal Al-Qur'an 76
C. Efektivitas Senam Otak untuk Meningkatkan Hafalan Al-Qur'an 77
BAB III METODE PENELITIAN 83
A. Jenis dan Rancangan Penelitian 83
B. Variabel Penelitian 86
C. Populasi dan Sampel 88
D. Sumber Data 89
E. Teknik Pengumpulan Data dan Instrumen Data 90
F. Teknik Analisis Data 95
BAB IV HASIL PENELITIAN 98
A. Deskripsi Data 98
1. Gambaran Umum Obyek Penelitian 98

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Penyajian Data 107
a. Data tentang Penerapan Senam Otak untuk Meningkatkan Hafalan 107
b. Data tentang Proses Menghafal al-Qur'an di TPQ Baitusy Syakur Ketintang Surabaya 109
c. Data tentang Efektivitas Senam Otak untuk Meningkatkan Hafalan al-Qur'an 111
B. Analisis Data dan Pengujian Hipotesis 116
BAB V PENUTUP 121
A. Kesimpulan 121
B. Saran 122
DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id