

## DAFTAR ISI

|   |          |
|---|----------|
| <b>HUBUNGAN KEKUATAN GENGAM TANGAN DENGAN MASSA OTOT DAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) PADA USIA DEWASA DI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA.....</b> | <b>i</b> |
| HALAMAN PENGESAHAN.....   | ii       |
| HALAMAN PERNYATAAN.....   | iii      |
| KATA PENGANTAR .....  | iv       |
| DAFTAR ISI.....   | vii      |
| DAFTAR TABEL.....   | ix       |
| DAFTAR GAMBAR .....   | x        |
| INTISARI.....   | xi       |
| ABSTRACT.....   | xii      |
| BAB I PENDAHULUAN.....  | 1        |
| A. Latar Belakang.....  | 1        |
| B. Rumusan Masalah.....   | 5        |
| C. Tujuan Penelitian .....  | 5        |
| D. Manfaat Penelitian .....   | 6        |
| E. Keaslian Penelitian .....  | 6        |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....   | 8        |
| A. Tinjauan Pustaka.....  | 8        |
| 1. Kekuatan Genggam Tangan.....   | 8        |
| 2. Otot .....   | 11       |
| 3. Indeks Massa Tubuh (IMT) .....   | 23       |
| 4. Dewasa.....  | 27       |
| B. Kerangka Teori .....   | 29       |
| C. Kerangka Konsep.....   | 30       |
| D. Hipotesis .....  | 30       |
| BAB III METODE PENELITIAN .....   | 31       |
| A. Rancangan Penelitian.....  | 31       |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....  | 31       |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian.....  | 31       |
| D. Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....  | 32       |

|                                   |   |    |
|-----------------------------------|---|----|
| E.                                | Metode Pengambilan Data dan Besar Sampel..... | 32 |
| F.                                | Alat dan Bahan .....                          | 33 |
| G.                                | Variabel Penelitian.....                      | 33 |
| H.                                | Defini Operasional.....                       | 34 |
| I.                                | Alur Penelitian .....                         | 36 |
| J.                                | Analisa Data dan Uji Statistika.....          | 36 |
| K.                                | Konsiderasi Etik.....                         | 37 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN ..... |   | 38 |
| A.                                | Hasil Penelitian .....                        | 38 |
| 1.                                | Karakteristik Responden Penelitian .....      | 38 |
| 2.                                | Analisis Data .....                           | 39 |
| B.                                | Pembahasan .....                              | 42 |
| C.                                | Keterbatasan Penelitian .....                 | 51 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....  |   | 53 |
| A.                                | Kesimpulan .....                              | 53 |
| B.                                | Saran .....                                   | 53 |
| DAFTAR PUSTAKA .....              |   | 55 |
| LAMPIRAN.....                     |   | 61 |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 1 Keaslian Penelitian.....   | 6  |
| Tabel 2 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Internasional .....   | 26 |
| Tabel 3 Klasifikasi IMT Asia – Pasifik.....  | 26 |
| Tabel 4 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh .....   | 27 |
| Tabel 5 Definisi Operasional .....   | 34 |
| Tabel 6 Karakteristik Responden .....  | 38 |
| Tabel 7 Uji normalitas variabel penelitian .....   | 39 |
| Tabel 8 Uji homogenitas dan independent sampel t – test pada laki – laki dan perempuan terhadap variabel penelitian.....               | 39 |
| Tabel 9 Uji korelasi antara kekuatan genggam tangan dengan massa otot dan IMT .....  | 40 |
| Tabel 10 Analisis regresi linier berganda antara kekuatan genggam tangan dengan massa otot dan IMT pada laki – laki dan perempuan..... | 41 |

**DAFTAR  
GAMBAR**

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Gambar 1 Kerangka Teori.....   | 29 |
| Gambar 2 Kerangka Konsep ..... | 30 |