

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Telaah Pustaka	11
1. Lanjut Usia	11
2. Permasalahan Kesehatan dan Gizi pada Lansia	12
3. Asupan Zat Gizi Makro	14
4. Metode Penggalan Data Asupan	17
5. Komposisi Tubuh	24
6. Pengukuran Komposisi Tubuh	30
7. Aktivitas Fisik.....	33

8. Pengukuran Tingkat Aktivitas Fisik pada Lanjut Usia	35
B. Kerangka Teori.....	37
C. Kerangka Konsep.....	37
D. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	39
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Subjek Penelitian	39
1. Populasi Penelitian	39
2. Besar Sampel	39
3. Teknik Pengambilan Sampel	40
D. Variabel Penelitian	41
E. Definisi Operasional	41
G. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	45
H. Metode Pengolahan Data.....	46
I. Metode Analisis Data	47
J. Etika Penelitian	47
K. Jalannya Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil.....	49
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	49
2. Karakteristik Subjek Penelitian	50
3. Analisis Univariat	51
4. Analisis Bivariat	54
B. Pembahasan.....	61

1. Karakteristik Subjek Penelitian	61
2. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Persen Lemak Tubuh.....	64
3. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Lemak Visceral	69
4. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Massa Otot	72
5. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Persen Lemak Tubuh	76
6. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Lemak Visceral.....	77
7. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Massa Otot.....	78
C. Keterbatasan Penelitian	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	81
A. Kesimpulan	81
B. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN	87