

DAFTAR ISI

SURAT KETERANGAN	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Telaah Pustaka	6
1. Kelebihan berat badan.....	6
a. Definisi dan klasifikasi kelebihan berat badan	6
b. Penentuan kelebihan berat badan	7
c. Epidemiologi <i>overweight</i> dan obesitas.....	8
d. Faktor risiko dan patofisiologi obesitas	9
e. Dampak kelebihan berat badan	13
2. Persen lemak tubuh.....	14
3. Kolesterol total	16
a. Pengertian kolesterol dan kolesterol total.....	16
b. Metabolisme kolesterol.....	17
c. Transport kolesterol.....	19
4. Peran makanan selingan di dalam <i>low calorie diet</i>	22
a. <i>Low calorie diet</i>	22
b. Makanan selingan.....	23
5. Jelly mengandung kombinasi glukomanan porang dan inulin....	25
a. Proses pengolahan jelly.....	25
b. Kandungan jelly.....	27
6. Hubungan antara jelly mengandung kombinasi glukomanan porang dan inulin dengan persen lemak tubuh dan kadar kolesterol total.....	32
B. Kerangka Teori.....	37
C. Kerangka Konsep	38
D. Hipotesis	38

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi dan Sampel Penelitian	40
D. Variabel Penelitian.....	42
E. Deskripsi Intervensi.....	43
F. Definisi Operasional	45
G. Instrumen Penelitian	49
H. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	51
I. Etika Penelitian.....	53
J. Prosedur Penelitian	54
K. Analisis Data	58
L. Keterbatasan Penelitian	60
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	61
B. Pembahasan	76
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	86
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	94