

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR GAMBAR .....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN .....	viii
DAFTAR ISTILAH .....	ix
HALAMAN PERNYATAAN .....	xi
KATA PENGANTAR .....	xii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Telaah Pustaka.....	8
1. Diabetes Mellitus Tipe 2 .....	8
2. Trigliserida .....	10
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kadar Trigliserida dalam Darah... 12	
a. Asupan Zat Gizi .....	12
b. Aktivitas Fisik.....	17
c. Komposisi Lemak Tubuh, Jenis Kelamin, dan Usia.....	18
4. Mekanisme Diabetes Mellitus dan Trigliserida.....	20
5. Pangan Fungsional dan <i>Cookies</i> Garut.....	21
6. Umbi garut.....	22
7. Glukomanan Porang .....	23
8. Kayu Manis .....	25

9. Gula Semut .....	26
10. Serat Pangan .....	27
a. Serat Larut.....	28
b. Serat Tidak Larut .....	29
c. Pati Resisten.....	30
d. Mekanisme Asam Lemak Rantai Pendek/ <i>Short Chain Fatty Acid</i> ..	31
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep .....	34
D. Hipotesis dan Pertanyaan Penelitian .....	34
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>35</b>
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	35
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
C. Subjek Penelitian.....	37
D. Identifikasi Variabel Penelitian .....	40
E. Definisi Operasional Variabel .....	40
F. Instrumen Penelitian.....	43
G. Cara Analisis Data.....	46
H. Etika Penelitian .....	47
I. Keterbatasan Penelitian .....	48
J. Jalannya Penelitian .....	49
<b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. HASIL PENELITIAN.....	52
1. Karakteristik Dasar Subjek Penelitian.....	52
2. Kepatuhan Konsumsi <i>Cookies</i> Garut yang Mengandung Glukomanan Porang.....	54
3. Perubahan Kadar Trigliserida.....	56
4. Perubahan Rata-Rata Asupan Zat Gizi, Antropometri, dan Aktivitas Fisik .....	57
B. PEMBAHASAN .....	64
1. Konsumsi <i>Cookies</i> Garut yang Mengandung Glukomanan Porang terhadap Kadar Trigliserida.....	64

2. Asupan Zat Gizi terhadap Kadar Trigliserida.....	68
3. Aktivitas Fisik dan Antropometri terhadap Kadar Trigliserida.....	73
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. KESIMPULAN .....	75
B. SARAN .....	75
DAFTAR PUSTAKA .....	76
LAMPIRAN.....	87