

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	ix
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
INTISARI .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Keaslian Penelitian .....	5
BAB II .....	7
TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Telaah Pustaka .....	7
1. Overweight dan obesitas .....	7
2. Dislipidemia .....	10
3. Serat Pangan .....	12
4. Gembili .....	14
B. Kerangka Teori .....	19
C. Kerangka Konsep .....	20
D. Hipotesis .....	20
BAB III .....	21
METODE PENELITIAN .....	21
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	21
B. Subjek Penelitian .....	21

C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	22
D. Variabel Penelitian .....	23
E. Definisi Operasional Variabel .....	23
F. Instrumen Penelitian .....	24
G. Cara Analisis Data .....	25
H. Etika Penelitian .....	25
I. Jalannya Penelitian .....	25
BAB IV .....	31
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	31
A. Hasil .....	31
B. Pembahasan.....	36
BAB V .....	44
KESIMPULAN DAN SARAN .....	44
A. Kesimpulan .....	44
B. Saran .....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN .....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Efek peningkatan lipolisis terhadap hiperglikemia .....	10
Gambar 2. Umbi gembili .....	16
Gambar 3. Kerangka Teori Penelitian .....	19
Gambar 4. Kerangka Konsep Penelitian .....	20
Gambar 5. Rerata asupan harian <i>cookies</i> gembili semua subjek setiap minggu	32

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya .....	6
Tabel 2. Klasifikasi <i>overweight</i> dan obesitas pada orang Asia Pasifik dewasa berdasarkan IMT.....	8
Tabel 3. Kandungan zat gizi umbi gembili.....	17
Tabel 4. Kandungan zat gizi tepung gembili.....	17
Tabel 5. Kandungan zat gizi <i>cookies</i> gembili .....	26
Tabel 6. Kandungan zat gizi biskuit gembili .....	26
Tabel 7. Kandungan zat gizi opak manis gembili .....	27
Tabel 8. Kandungan zat gizi opak gurih gembili.....	27
Tabel 9. Data karakteristik subjek penelitian .....	31
Tabel 10. Rerata berat badan dan kadar kolesterol total sebelum dan setelah pemberian <i>cookies</i> gembili .....	33
Tabel 11. Korelasi antara rata-rata asupan <i>cookies</i> gembili dengan perubahan kadar kolesterol total sebelum dan setelah perlakuan.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Analisis statistik normalitas data subjek .....	53
Lampiran 2. Analisis statistik asupan makan harian subjek sebelum perlakuan .	54
Lampiran 3. Analisis statistik asupan cookies gembili .....	55
Lampiran 4. Analisis statistik berat badan seluruh subjek saat sebelum dan setelah perlakuan .....	56
Lampiran 5. Analisis statistik kadar kolesterol total seluruh subjek saat sebelum dan setelah perlakuan .....	57
Lampiran 6. Analisis statistik kadar kolesterol total subjek berdasarkan jenis kelamin saat sebelum dan setelah perlakuan .....	58
Lampiran 7. Analisis statistik kadar kolesterol total subjek berdasarkan kadar kolesterol awal saat sebelum dan setelah perlakuan .....	59
Lampiran 8. Analisis statistik kadar kolesterol total subjek berdasarkan IMT saat sebelum dan setelah perlakuan .....	60
Lampiran 9. Analisis statistik korelasi antara asupan cookies gembili dengan perubahan kadar kolesterol total seluruh subjek .....	61
Lampiran 10. Analisis statistik korelasi antara asupan cookies gembili dengan perubahan kadar kolesterol total seluruh subjek .....	61
Lampiran 11. Analisis statistik korelasi antara asupan cookies gembili dengan perubahan kadar kolesterol total seluruh subjek .....	61
Lampiran 12. Analisis statistik korelasi antara asupan cookies gembili dengan perubahan kadar kolesterol total seluruh subjek .....	62
Lampiran 13. Analisis statistik korelasi antara asupan cookies gembili dengan perubahan kadar kolesterol total seluruh subjek .....	62
Lampiran 14. Kuesioner data umum .....	63
Lampiran 15. Formulir <i>Semi Quantitative Food Frequency</i> .....	65
Lampiran 16. Formulir Kontrol Perlakuan.....	70
Lampiran 17. Informed Consent.....	71
Lampiran 18. <i>Ethical Clearence</i> .....	76
Lampiran 19. Dokumentasi .....	77