

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Telaah Pustaka.....	8
1. Sindrom Metabolik.....	8
a. Definisi Sindrom Metabolik.....	8
b. Kriteria Sindrom Metabolik.....	9
c. Faktor – Faktor Risiko Sindrom Metabolik.....	12
d. Patofisiologi Sindrom Metabolik.....	14

2. Daya Tahan Kardiorespirasi.....	16
a. Definisi Daya Tahan Kardiorespirasi.....	16
b. Faktor yang Mempengaruhi Daya Tahan Kardiorespirasi.....	17
c. Metode Pengukuran Daya Tahan Kardiorespirasi.....	19
3. Tingkat Kebugaran Kardiorespirasi sebagai Faktor Risiko Sindrom Metabolik.....	20
B. Kerangka Teoritis.....	22
C. Kerangka Konsep.....	23
D. Hipotesis.....	23
III. BAHAN DAN METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	24
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
C. Subjek Penelitian.....	24
D. Variabel Penelitian.....	26
E. Definisi Operasional.....	26
F. Instrumen Penelitian.....	28
G. Cara Pengumpulan Data.....	30
H. Manajemen dan Analisis Data.....	31
I. Jalannya Penelitian.....	33
J. Etika Penelitian.....	34
K. Keterbatasan Penelitian.....	34
IV. BAHAN DAN METODE PENELITIAN	
A. Hasil	35
1. Karakteristik Subjek Penelitian	35
2. Hubungan Daya Tahan Kardioresprasi dengan Sindrom	

Metabolik.....	36
3. Hubungan Jenis Kelamin dan Umur dengan Sindrom Metabolik..	37
B. Pembahasan.....	39
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN	50