

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
INTISARI.....	xi
<i>ABSTRACT</i>	xii
BAB 1. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Telaah Pustaka	8
I. Tinjauan Umum Dislipidemia	8
II. Tinjauan Umum Serat.....	17
III. Tinjauan Umum Olahraga	23
IV. Tinjauan Umum Jambu Biji	25
V. Hubungan Antara Makanan Serat dan Dislipidemia	27
VI. Hubungan Antara Olahraga dan Dislipidemia.....	28
F. Kerangka Teori	30
G. Kerangka konsep.....	31
H. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III. METODE PENELITIAN	33

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33
C. Subyek Penelitian.....	34
D. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
E. Deskripsi Intervensi	36
F. Definisi Operasional Variabel.....	38
G. Instrumen Penelitian	42
H. Cara Analisis Data	42
I. Etika Penelitian	42
J. Kelemahan Penelitian	42
K. Jalannya Penelitian.....	43
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan.....	54
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran.....	62
DAFTARPUSTAKA.....	63
LAMPIRAN	72