

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN SKRIPSI	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
INTISARI.....	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teoritis	10
1. Sindrom metabolik.....	10
a. Definisi sindrom metabolik	10
b. Kriteria diagnostik sindrom metabolik	11
c. Komponen sindrom metabolik	12

d. Etiologi sindrom metabolik.....	13
e. Penatalaksanaan sindrom metabolik	15
2. Aktivitas Fisik.....	17
a. Definisi aktivitas fisik.....	17
b. Tingkat dan jenis aktivitas fisik.....	19
c. Manfaat aktivitas fisik	20
d. Cara pengukuran aktivitas fisik	21
B. Landasan Teori	22
C. Kerangka Teori.....	24
D. Kerangka Penelitian	25
F. Pertanyaan penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel Penelitian	28
D. Variabel Penelitian	29
E. Definisi Operasional Variabel	29
F. Instrumen Penelitian	30
G. Uji validitas dan Reliabilitas Instrumen	33
H. Teknik Pengumpulan Data	34
I. Jalannya Penelitian	34
J. Etika Penelitian.....	37
K. Analisa Data	38

L	Hambatan dan Keterbatasan Penelitian	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		40
A.	Hasil Penelitian.....	40
1.	Gambaran Lokasi Penelitian.....	40
2.	Gambaran Karakteristik Responden.....	41
3.	Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Responden.....	43
B.	Pembahasan	50
1.	Gambaran karakteristik responden.....	50
2.	Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Pasien Risiko Sindroma Metabolik.....	51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		62
A.	Kesimpulan.....	62
B.	Saran.....	63

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Responden	41
Tabel 2. Tingkat Aktivitas Fisik Responden.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	24
Gambar 2 Kerangka Penelitian.....	25
Gambar 3 Frekuensi Aktivitas Fisik Berat.....	44
Gambar 4 Frekuensi Aktivitas Fisik Sedang.....	45
Gambar 5 Frekuensi Berjalan Kaki.....	45
Gambar 6 Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
Gambar 7 Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	47
Gambar 8 Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Pekerjaan.....	48
Gambar 9 Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan IMT.....	49
Gambar 10 Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Lingkar Perut.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Permohonan menjadi responden
- Lampiran 2. Pernyataan Kesiediaan menjadi Responden
- Lampiran 3. Kuesioner Penelitian Karakteristik Responden
- Lampiran 4. Kuesioner IPAQ
- Lampiran 5. Lembar penjelasan kuesioner IPAQ
- Lmpiran 6. Hasil Analisa SPSS