

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
PERNYATAAN.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
INTISARI.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Telaah Pustaka.....	7
1. Atlet Sepak Bola.....	7
2. Latihan Fisik.....	8
3. Leukosit dan Sistem Imun.....	9
4. Respon Imun terhadap Latihan.....	11
5. Karbohidrat dan Maltodekstrin pada Latihan.....	16
6. Peran Vitamin C pada Atlet.....	19
7. Minuman Olahraga.....	21
B. Kerangka Teori.....	23
C. Kerangka Konsep.....	24
D. Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
C. Subjek Penelitian.....	26
D. Identifikasi Variabel Penelitian.....	27
E. Deskripsi Intervensi.....	28

F. Definisi Operasional Variabel.....	29
G. Instrumen Penelitian.....	31
H. Cara Pengumpulan Data.....	32
I. Cara Analisis Data.....	33
J. Etika Penelitian	33
K. Keterbatasan Penelitian	33
L. Jalannya Penelitian.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Hasil Penelitian	38
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	38
2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	38
3. Koreksi Faktor Luar	40
4. Hitung Jenis Leukosit pada Pemberian Minuman Kombinasi Maltodekstrin dan Vitamin C.....	42
5. Hitung Jenis Leukosit pada Pemberian Plasebo	42
6. Perbandingan Hitung Jenis Leukosit pada Pemberian Minuman Kombinasi Maltodekstrin dan Vitamin C dan Pemberian Plasebo.....	43
B. Pembahasan.....	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Alat dan Bahan.....	31
Tabel 2. Usia, Indeks Massa Tubuh, dan Posisi Subjek.....	39
Tabel 3. Kebugaran Subjek.....	39
Tabel 4. Aktivitas Fisik dan Asupan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat... 40	
Tabel 5. Hitung jenis leukosit pada pemberian minuman kombinasi maltodekstrin dan vitamin C.....	42
Tabel 6. Hitung jenis leukosit pada pemberian plasebo.....	43
Tabel 8. Hitung jenis leukosit pada pemberian minuman kombinasi maltodekstrin dan vitamin C dan pemberian plasebo	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	23
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	24
Gambar 3. Rancangan Penelitian	25
Gambar 4. Alur Pelaksanaan Penelitian.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. LEMBAR PENJELASAN SUBJEK.....	58
LAMPIRAN 2. <i>INFORMED CONSENT</i>	61
LAMPIRAN 3. <i>CHECK LIST</i> KOREKSI FAKTOR LUAR SUBJEK.....	63
LAMPIRAN 4. BROSUR PRODUK	64
LAMPIRAN 5. FORM KARAKTERISTIK SUBJEK.....	65
LAMPIRAN 6. FORM <i>24-H RECALL</i> MAKANAN DAN MINUMAN	66
LAMPIRAN 7. FORM TINGKAT AKTIVITAS FISIK	67
LAMPIRAN 8. ANALISIS STATISTIK	69