

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b>	ii
<b>PERNYATAAN</b>	iii
<b>KATA PENGANTAR</b>	iv
<b>DAFTAR ISI</b>	vii
<b>DAFTAR TABEL</b>	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b>	x
<b>DAFTAR SINGKATAN</b>	xi
<b>ABSTRAK</b>	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Keaslian Penelitian	5
I.5 Manfaat Penelitian	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
II. 1 Tinjauan Pustaka	7
II.1.1 Sistem Pencernaan	7
II.1.2 Pencernaan dalam Kolon	8
II.1.3 Populasi Mikroflora pada Saluran Cerna ( <i>Gastrointestinal Tract</i> )	9
II.1.4 <i>Escherichia coli</i>	11
II. 2 Latihan Fisik	14
II.2.1 Latihan Fisik dengan Prinsip FITT	16
II.2.2 Latihan Fisik dan Kadar Mikroflora Kolon	17
II.2.3 Latihan Fisik dan Kadar SCFA Kolon	18
II. 3 Kerangka Teori	19
II. 4 Kerangka Konsep	20
II. 5 Hipotesis	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
III.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	22
III.2 Variabel Penelitian	22
III.3 Definisi Operasional	22
III.4 Bahan dan Alat Penelitian	23
III.4.1 Subjek Penelitian	23
III.4.2 Bahan Penelitian	24
III.4.3 Alat Penelitian	25
III.5 Jalannya Penelitian	25
III.5.1 Waktu dan Tempat Penelitian	25
III.5.2 Persiapan Hewan Coba	26
III.5.3 Latihan Fisik <i>Treadmill</i>	27
III.5.4 Pengambilan Organ Sekum	30
III.5.5 Kultur Bakteri <i>Escherichia coli</i>	30
III.6 Analisis Data	30

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

IV.1 Hasil Penelitian .....	32
IV.1.1. Karakteristik dan Jumlah Heawan Coba .....	32
IV.1.2. Berat Badan Hewan Coba .....	33
IV.1.3. Jumlah Total <i>Escherichia coli</i> .....	33
IV.2 Pembahasan .....	37
IV.2.1. Berat Badan Hewan Coba .....	38
IV.2.2 Kadar <i>Escherichia coli</i> .....	39

#### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

V.1 Kesimpulan .....	42
V.2 Saran .....	42

#### **Daftar Pustaka**

#### **Lampiran**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasikan Intensitas Latihan Fisik .....	16
Tabel 2	Jadwal Penelitian.....	25
Tabel 3	Jumlah Sampel Perkelompok Perlakuan .....	31
Tabel 4	Berat Badan Awal dan Akhir Hewan Coba .....	32
Tabel 5	Perbandingan Jumlah Total Bakteri <i>Escherichia coli</i> .....	34
Tabel 6	Perbandingan Jumlah Total Bakteri <i>Escherichia coli</i> .....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Mikroflora pada Saluran Pencernaan .....	10
Gambar 2	Patogenesis terjadinya Diare <i>Escherichia coli</i> .....	13
Gambar 3	<i>Escherichia coli</i> dengan Mikroskop Cahaya .....	14
Gambar 4	Ilustrasi Skematik Latihan Fisik .....	17
Gambar 5	<i>Escherichia coli</i> Kelompok Kontrol pada Media TBX .....	33
Gambar 6	<i>Escherichia coli</i> Kelompok Latihan Fisik Intensitas Sedang pada Media TBX .....	33
Gambar 7	<i>Escherichia coli</i> Kelompok Latihan Fisik Intensitas Tinggi pada Media TBX .....	34
Gambar 8	Diagram Batang Kadar <i>Escherichia coli</i> antara ketiga Kelompok (Kelompok Kontrol, Kelompok Latihan Intensitas Sedang, dan Kelompok Latihan Intensitas Tinggi) .....	35

## DAFTAR SINGKATAN

AMP-K	: <i>Adenosine Monophosphate Activated Protein Kinase</i>
CFU/g	: <i>Colony Forming Unit</i> per gram
FITT	: Frequency, Intensity, Time and Type
GI	: <i>Gastrointestinal</i>
HPA	: Hipotalamus Ptuitari Axis
MAMPs	: <i>Microbial-Associated Molecular Patterns</i>
MET	: Metabolik Equivalent
LPS	: <i>Lipopolisakarida</i>
NF-kB	: <i>Nuclear Factor Kappa Beta</i>
SCFA	: <i>Short Chain Fatty Acids</i>
TBX	: <i>Tryptone Bile x-Glucuronide</i>
TPC	: <i>Total Plate Count</i>
TLR	: <i>Tool Like Receptor</i>