

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
INTISARI PENELITIAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Tinjauan Pustaka	
1. Sindroma metabolik	11
a. Definisi sindroma metabolik	11
b. Faktor risiko sindroma metabolik	12
c. Kriteria diagnosis sindroma metabolik	14
d. Pathogenesis sindroma metabolik	15
e. Pencegahan sindroma metabolik	16
2. Aktivitas fisik	18
a. Definisi aktivitas fisik	18
b. Jenis dan tingkat aktivitas fisik	19
c. Faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik	20
d. Pengukuran aktivitas fisik	23
e. Manfaat aktivitas fisik pada sindroma metabolik.....	23

3. Dukungan sosial	25
a. Definisi dukungan sosial	25
b. Jenis dukungan sosial	26
B. Landasan Teori	27
C. Kerangka Konsep	29
D. Kerangka Penelitian	30
E. Hipotesis Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	31
D. Variabel Penelitian	33
E. Definisi Operasional	33
F. Instrumen Penelitian.....	34
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	37
H. Jalannya Penelitian	40
I. Analisis Data	42
J. Etika penelitian	44
K. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian	47
B. Pembahasan	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel. 1 Karakteristik responden kelompok risiko sindroma metabolik.....	48
Tabel. 2 Distribusi aktivitas fisik responden populasi risiko sindroma metabolik	50
Tabel 3 Gambaran tingkat aktivitas fisik berdasarkan karakteristik responden.....	51
Tabel. 4 Distribusi dukungan sosial responden	54
Tabel. 5 Hubungan antara dukungan sosial dengan aktivitas fisik	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep.....	29
Gambar 2. Kerangka Penelitian.....	30