

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|---|-------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | ii |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | vii |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Identifikasi Masalah | 3 |
| C. Pembatasan Masalah | 4 |
| D. Rumusan Masalah | 4 |
| E. Tujuan Penelitian | 4 |
| F. Manfaat Penelitian | 5 |
| BAB II LANDASAN TEORITIS | 6 |
| A. Eritrosit | 6 |
| B. Buah Naga Merah (<i>Hylocereus polyrhizus</i>) | 10 |
| C. Latihan Fisik | 12 |
| D. Penelitian Yang Relevan | 17 |
| E. Hubungan Buah Naga Terhadap Jumlah Kadar Eritrosit | 18 |
| F. Kerangka Berfikir | 20 |
| G. Hipotesis Penelitian | 21 |

| | |
|---|-----------|
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | 22 |
| A. Lokasi dan Waktu Penelitian | 22 |
| B. Populasi dan Sample..... | 22 |
| C. Variabel Penelitian | 23 |
| D. Rancangan Penelitian | 24 |
| E. Desain penelitian | 34 |
| F. Defenisi Operasional | 25 |
| G. Prosedur Penelitian..... | 25 |
| H. Alur Penelitian..... | 27 |
| I. Teknik Analisa Data..... | 28 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 29 |
| A. Analisis Karakteristik Fisik Fisiologis Subjek Penelitian..... | 29 |
| B. Pengujian Persyaratan Analisis..... | 35 |
| C. Pembahasan Hasil Penelitian..... | 40 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 43 |
| A. Kesimpulan..... | 43 |
| B. Saran..... | 43 |
| DAFTAR PUSTAKA | 44 |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | 46 |