

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Perumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN	
HIPOTESIS PENELITIAN	7
2.1 Kajian Teoritis	7
2.1.1 Aktivitas Fisik.....	7
2.1.2 Asupan Serat.....	10
2.1.3 Kadar Gula Darah.....	11
2.1.4 Diabetes Melitus.....	13
2.2 Penelitian Relevan	17
2.3 Kerangka Berpikir	19
2.4 Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	23
3.3 Desain Penelitian	24
3.4 Definisi Operasional.....	24
3.5 Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	25
3.6 Teknik Analisis Data	26
3.7 Hipotesis Statistik.....	29

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32
4.1 Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	32
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	32
4.1.2 Karakteristik Responden.....	32
4.1.3 Aktivitas Fisik.....	37
4.1.4 Asupan Serat.....	38
4.1.5 Kadar Gula Darah.....	38
4.1.6 Sebaran Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah.....	39
4.1.7 Sebaran Asupan Serat dengan Kadar Gula Darah.....	39
4.2 Uji Hipotesis.....	40
4.2.1 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah	40
4.2.2 Hubungan Asupan Serat dengan Kadar Gula Darah	40
4.2.3 Hubungan Aktivitas Fisik dan Asupan Serat dengan Kadar Gula Darah	40
4.3 Pembahasan Hasil Penelitian	41
4.4 Keterbatasan Penelitian	47
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	48
5.1 Simpulan.....	48
5.2 Implikasi.....	49
5.3 Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN.....	56