

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	4
1.3. Pembatasan Masalah	4
1.4. Rumusan Masalah	4
1.5. Tujuan Penelitian.....	5
1.6. Manfaat Hasil Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORITIS	7
2.1. Deskripsi Konseptual	7
2.1.1. Aktivitas Fisik	7
2.1.2. Trombosit	9
2.1.3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Trombosit	11
2.1.4. Latihan <i>Treadmill</i>	12
2.1.5. Hubungan <i>Treadmill</i> Terhadap Jumlah Trombosit.....	13
2.1.6. Buah Naga Merah (<i>Hylocereus polyrhizus</i>)	13

2.1.7.	Hubungan Buah Naga Merah Terhadap Jumlah Trombosit.....	15
2.2.	Hasil Penelitian Yang Relevan	15
2.3.	Kerangka Berpikir.....	18
2.4.	Hipotesis Penelitian.....	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		20
3.1.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	20
3.2.	Populasi dan Sampel	20
3.3.	Variabel Penelitian	21
3.4.	Rancangan Penelitian	22
3.5.	Desain Penelitian.....	22
3.6.	Defenisi Operasional.....	23
3.6.1.	Aktivitas <i>Treadmill</i> dengan intensitas 50-70%	23
3.6.2.	Jumlah Trombosit.....	23
3.7.	Prosedur Penelitian.....	23
3.7.1.	Prosedur Kerja Penelitian.....	23
3.7.2.	Perlakuan aktivitas <i>Treadmill</i> dengan intensitas sedang 50-70%	24
3.7.3.	Pemberian Jus Buah Naga.....	24
3.7.4.	Prosedur Pemeriksaan Jumlah Trombosit	24
3.8.	Alur Penelitian	26
3.9.	Teknik Analisis Data	27
3.9.1.	Analisis Deskriptif	27
3.9.2.	Persyaratan Analisis	27
3.9.3.	Uji <i>t</i>	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		29
4.1.	Deskripsi Data Penelitian.....	29
4.2.	Pengujian Persyaratan Analisa	29

4.2.1. Uji Normalitas.....	30
4.2.2. Uji Homogenitas	31
4.2.3. Uji Hipotesis	31
4.3. Pembahasan Hasil Penelitian	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	37
5.1. Kesimpulan	37
5.2. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN.....	44



THE
Character Building
UNIVERSITY