

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
BAB I PENAHULUAN	1
1.1.Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	5
1.3. Pembatasan Masalah	5
1.4. Rumusan Masalah.....	6
1.5. Tujuan Penelitian	6
1.6. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1.Aktifitas Fisik	7
2.2. Aktivitas Fisik Submaksimal	9
2.3. Intensitas Latihan.....	11
2.4. Radikal Bebas Dan Stress Oksidatif.....	13
2.5. Enzim Laktat Dehidrogenase (LDH)	15
2.6. Antioksidan.....	16
2.7. Vitamin E	18
2.8. Treadmiil.....	20
2.9. Hubungan Vitamin E Terhadap Kadar LDH	22
2.10. Penelitian Yang Relevan.....	22
2.11. Kerangka Berpikir	23
2.12. Hipotesis Penelitian	24
<u>BAB III METODE PENELITIAN</u>	25

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
3.2. Subjek Penelitian.....	25
3.3. Variabel penelitian.....	27
3.4. Rancangan Penelitian.....	27
3.5. Desain Penelitian.....	28
3.6. Definisi Operasional.....	28
3.7. Prosedur Penelitian.....	29
3.8. Prosedur Pemeriksaan LDH.....	30
3.9. Alur Penelitian.....	35
3.10. Teknik Analisis Data.....	36
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1. Deskripsi Data Penelitian.....	37
4.2. Pengujian Persyaratan Analisis.....	38
4.3. Uji Homogenitas.....	38
4.4. Pengujian Hipotesis.....	39
4.5. Uji wilcoxon.....	Error! Bookmark not defined.
4.6. Pembahasan Hasil Penelitian.....	41
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
5.1. Kesimpulan.....	44
5.2. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
Lampiran.....	50