

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYTAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Identifikasi Masalah.....	3
1.3. Pembatasan Masalah.....	3
1.4. Perumusan Masalah	3
1.5. Tujuan Penelitian	4
1.6. Manfaat Penelitian	4
1.7. Keterbaharuan Penelitian.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Olahraga <i>Endurance</i>	6
2.2 Kerusakan Otot Setelah Latihan	9
2.3 Protein.....	10
2.4 Karbohidrat	12

2.5.	Elektrolit	13
2.6.	Tempe	15
2.7	Kurma	17
2.8	Madu	19
2.9	Kismis	21
2.10	<i>Cocoa</i>	22
2.11	<i>Snack bar</i>	23
2.12	Uji Organoleptik	23
2.13	Panelis	25
2.14	Kerangka Berpikir.....	26
2.15	. Kerangka Konsep.....	28
2.16	Hipotesis Penelitian	29
BAB III	30
METODOLOGI PENELITIAN	30
3.1.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
3.2.	Desain Penelitian	30
3.3.	Alat dan Bahan.....	30
3.4.	Tahapan Penelitian.....	31
3.5.	Analisis Data.....	39
3.6.	Definisi Operasional	41
BAB IV	42
HASIL PENELITIAN	42
4.1.	Formulasi Produk.....	42
4.2.	Penilaian Uji Organoleptik.....	42
4.2.1.	Tingkat penerimaan sensori	42
4.2.2.	Karakteristik Sensori.....	44
4.3.	Nilai Gizi Produk	45
BAB V	47
PEMBAHASAN	47
5.1.	Deskripsi Produk.....	47

5.2. Penilaian Organoleptik.....	48
5.3. Kandungan Gizi	51
BAB VI.....	57
KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
6.1. Kesimpulan	57
6.2. Saran	57
Daftar Pustaka.....	58