

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRAC</i> .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Landasan Teori	
A. Definisi Kolesterol .....	5
B. Jenis Kolesterol .....	5
C. Kadar Kolesterol.....	6
D. Definisi Hiperkolesterol.....	7
E. Faktor yang Mempengaruhi Hiperkolesterol.....	7
2.1.1 Asupan Lemak.....	15
A. Asam Lemak.....	15
B. Asam Lemak Jenuh ( <i>Saturated Acid</i> ).....	16
C. Asam Lemak Tak Jenuh ( <i>Unsaturated Acid</i> ).....	17
D. Metalolisme .....	18
1. Metabolisme Lemak.....	18
2. Metabolisme Hiperkolesterol.....	19
2.3.1 Asam Amino Rantai Cabang .....	24
2.3.2 Indeks Massa Tubuh.....	25
2.3.3 Aktivitas Fisik.....	26
A. Definisi Aktivitas Fisik.....	26

B. Manfaat Aktivitas Fisik.....	27
C. Pengukuran dan Penilaian Aktivitas Fisik.....	28
2.4 Kerangka Konsep.....	30
2.5 Hipotesis Penelitian.....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	32
3.2 Rancangan Penelitian.....	32
3.3 Populasi dan Sampel.....	32
3.3.1 Populasi.....	32
3.3.2 Sampel.....	32
3.4 Variabel Penelitian.....	33
3.4.1 Variabel Independen.....	33
3.4.2 Variabel Dependen.....	33
3.4.3 Definisi Konseptual.....	33
3.5 Definisi Operasional Variabel .....	34
3.6 Instrumen Penelitian .....	35
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	36
3.8 Pengolahan Data.....	38
3.9 Analisis Data.....	39
<b>BAB IV HASIL</b>	
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	41
4.2 Karakteristik Umum Responden.....	42
4.3 Analisis Univariat .....	45
4.4 Uji Normalitas .....	47
4.5 Analisis Bivariat.....	48
<b>BAB IV PEMBAHASAN</b>	
1.1 Karakteristik Umum Responden.....	56
1.2 Analisis Univariat .....	57
1.3 Analisis Bivariat .....	59
<b>BAB VI PENUTUP</b>	
6.1 Kesimpulan .....	66
6.2 Saran .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	69
<b>LAMPIRAN</b>	