

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN BUKAN PLAGIAT.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan.....	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus.....	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Aplikatif	9
1.4.2 Institusi Pendidikan	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Diabetes	10
2.1.1 Pengertian	10
2.1.2 Klasifikasi	11
2.1.3 Patofisiologi	12
2.1.4 Gejala.....	14
2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi	14
2.1.6 Karakteristik.....	15
2.1.7 Dasar-Dasar Pengelolaan Diabetes.....	15
2.1.8 Tujuan Pengelolaan Diabetes.....	19

2.2 Latihan Fisik	19
2.2.1 Pengertian	19
2.2.2 Klasifikasi	20
2.2.3 Mekanisme Latihan Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah.....	20
2.2.4 Prinsip-prinsip Latihan Fisik.....	21
2.3 Senam Diabetes	22
2.3.1 Pengertian	22
2.3.2 Manfaat Senam Diabetes	22
2.3.3 Prinsip-prinsip Senam Diabeets	24
2.3.4 Porsi Latihan	27
2.3.5 Tahapan Senam Diabetes Melitus	28
2.3.6 Gerakan-gerakan Senam Diabetes.....	29
2.3.7 Pengaruh Senam Terhadap Diabetes	30
2.4 Kadar Gula Darah	31
2.4.1 Pengertian.....	31
2.4.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah.....	32
2.4.3 Mekanisme Pengaturan Gula Darah	33
2.4.4 Cara Mengontrol Kadar Gula Darah	36
2.4.5 Kerangka Teori.....	37
BAB 3 KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	38
3.1 Kerangka Konsep.....	38
3.2 Variabel	39
3.2.1 Variabel Independen.....	39
3.2.2 Variabel dependen.....	39
3.3 Hipotesis.....	39
3.4 Definisi Operasional.....	39

BAB 4 METODE PENELITIAN.....	46
4.1 Desain Penelitian	46
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	48
4.2.2 Populasi.....	48
4.2.3 Sampel	48
4.3 Tempat Penelitian.....	50
4.4 Waktu Penelitian	50
4.5 Etika Penelitian.....	51
4.6 Alat Pengumpulan Data.....	52
4.7 Prosedur Penelitian.....	54
4.6.1 Pengolahan Data dan Analisis Data	54
4.6.2 Pengelolaan Data.....	55
4.6.3 Analisa Data.....	55
4.6.3.1 Analisis Univariat.....	55
4.6.3.2 Analisis Bivariat.....	56

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.3 Definisi Operasional.....	40
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrument.....	43
Tabel 4.1 Waktu Penelitian.....	50

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	37
Skema 3.1 Kerangka Konsep	39
Skema 4.1 Desain Penelitian.....	47



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Observasi

Lampiran 2 : Lembar Gula Darah Sewaktu