

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	1
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah.....	5
1.4 Perumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.5.1 Tujuan Umum	5
1.5.2 Tujuan Khusus	6
1.6 Manfaat Penelitian	6
1.6.1 Bagi Dinas Tenaga Kerja dan Transmigrasi Provinsi Banten.....	6
1.6.2 Bagi Peneliti.....	6
1.6.3 Bagi Responden	7
1.7 Keterbaruan Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Tenaga Kerja.....	11
2.1.1 Definisi Tenaga Kerja	11
2.1.2 Kategori Tenaga Kerja.....	11
2.2 Lemak Visceral	12
2.2.1 Definisi Lemak Visceral	12
2.2.2 Penilaian Lemak Visceral	12
2.2.3 Dampak Obesitas Sentral	12
2.2.4 Faktor Risiko Lemak Visceral	13
2.2 Beban Glikemik	17
2.2.1 Definisi Beban Glikemik.....	17
2.3.2 Klasifikasi Beban Glikemik.....	18
2.3.3 Dampak Beban Glikemik.....	19
2.3.4 Indeks Glikemik Pangan	19
2.3.5 Hubungan Beban Glikemik Dengan Lemak Visceral.....	21
2.4 Aktivitas Fisik	22
2.4.1 Definisi Aktivitas Fisik	22
2.4.2 Jenis Aktivitas Fisik	23
2.4.3 Pengukuran Aktivitas Fisik.....	24

2.4.4 Manfaat Aktivitas Fisik.....	26
2.4.5 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Lemak Visceral	28
2.5 Stres Kerja.....	29
2.5.1 Pengertian Stres Kerja.....	29
2.5.2 Gejala-gejala Stres Kerja.....	29
2.5.3 Penyebab Stres Kerja	31
2.5.4 Pengukuran Stres Kerja.....	32
2.5.5 Hubungan Stres Kerja dengan Penumpukan Lemak Visceral	34
2.6 Kerangka Teori.....	35
2.7 Kerangka Konsep	36
2.8 Hipotesis.....	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
3.1 Tempat dan Waktu	37
3.2 Jenis Penelitian.....	37
3.3 Populasi dan Sampel	37
3.3.1 Populasi.....	37
3.3.2 Sampel.....	37
3.4 Jenis dan Prosedur Pengumpulan Data	39
3.4.1 Jenis Data	39
3.5 Instrumen Penelitian.....	40
3.6 Definisi Operasional.....	41
3.7 Teknik pengolahan data	42
3.8 Teknik Analisis Data.....	43
BAB IV HASIL.....	45
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	45
4.2 Analisis Univariat.....	46
4.2.1 Karakteristik Responden	46
4.2.2 Beban Glikemik Responden.....	46
4.2.3 Aktivitas Fisik Responden	47
4.2.4 Stress Kerja Responden.....	47
4.3 Analisis Bivariat.....	48
4.3.1 Hubungan Beban Glikemik dengan Lemak Visceral.....	48
4.3.2 Hubungan Aktifitas Fisik dengan Lemak Visceral	49
4.3.3 Hubungan Stress Kerja dengan Lemak Visceral.....	49
BAB V PEMBAHASAN	51
5.1 Hubungan Beban Glikemik terhadap Lemak Visceral pada Pekerja	51
5.2 Hubungan Aktifitas Fisik terhadap Lemak Visceral pada Pekerja	53
5.3 Hubungan Stres Kerja terhadap Lemak Visceral pada Pekerja	54
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
6.1 Kesimpulan	56
6.2 Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	58

Universitas
Esa Unggul

Univers
Esa



Universitas
Esa Unggul

Univers
Esa