

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	4
ABSTRAK	6
ABSTRACT	8
DAFTAR ISI	10
DAFTAR TABEL	12
BAB I	13
PENDAHULUAN	13
A. Latar Belakang	13
B. Identifikasi Masalah	16
C. Pembatasan Masalah	16
D. Perumusan Masalah	16
E. Tujuan Penelitian	16
F. Manfaat Penelitian	17
G. Keterbaruan Penelitian	18
BAB II	21
TINJAUAN PUSTAKA	21
A. Basket Kursi Roda	21
B. Pengetahuan Gizi	26
C. Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro	29
D. Kualitas Tidur	35
E. Performa	39
F. Kerangka Teori	40
G. Kerangka Konsep	41
H. Hipotesis Penelitian	41
BAB III	43
Metodologi Penelitian	43
A. Jenis dan Desain Penelitian	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian	43
D. Jenis dan Prosedur Pengumpulan Data	44
E. Instrumen Penelitian	47

F. Variabel Penelitian	48
G. Definisi Konseptual	48
H. Definisi Operasional	49
I. Pengolahan dan Analisis Data	50
J. Organisasi Penelitian	53
BAB IV	54
HASIL PENELITIAN	54
A. Gambaran umum lokasi penelitian	54
B. Analisis Data	54
BAB V	63
PEMBAHASAN	63
A. Pengetahuan Gizi	63
B. Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro	63
C. Kualitas Tidur	65
D. Hubungan Pengetahuan Gizi terhadap Kebugaran Kardiorespiratori	65
E. Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro terhadap Kebugaran Kardiorespiratori	67
F. Hubungan Kualitas Tidur terhadap Kebugaran Kardiorespiratori	69
BAB VI	72
KESIMPULAN DAN SARAN	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN 1	81
LAMPIRAN 2	82
LAMPIRAN 3	83
LAMPIRAN 4	88
LAMPIRAN 5	93
LAMPIRAN 6	94
LAMPIRAN 7	96
LAMPIRAN 8	97
LAMPIRAN 9	98

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas.....	55
Tabel 4. 2 Hasil Uji Reliabilitas.....	55
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk.....	56
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas.....	56
Tabel 4. 5 Hasil Uji Linearitas.....	58
Tabel 4. 6 Karakteristik Responden.....	59
Tabel 4. 7 Univariat Pengetahuan Gizi.....	60
Tabel 4. 8 Univariat Tingkat Kecukupan Zat Gizi Makro.....	60
Tabel 4. 9 Univariat Kualitas Tidur.....	60
Tabel 4. 10 Univariat Kebugaran kardiorespiratori.....	61
Tabel 4. 11 Hubungan Setiap Variabel terhadap Kebugaran Kardiorespiratori.....	61