

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xii
DAFTAR ISTILAH	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
RINGKASAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Tinjauan Umum Tentang Kolesterol	12
B. Tinjauan Umum Senam Aerobik	29
C. Tabel Sintesis	32
D. Kerangka Teori	48
BAB III KERANGKA KONSEP	49
A. Dasar Pemikiran Variabel Yang Diteliti.....	49
B. Kerangka Konsep Penelitian	51
C. Definisi Oprasional Dan Kriteria Objektif	52
D. Hipotesis	53
BAB IV METODE PENELITIAN	54
A. Jenis Penelitian	54
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	55
C. Sampel Dan Besar Sampel	55

D. Populasi	56
E. Cara Pengambilan Sampel	56
F. Teknik Pengumpulan Data	58
G. Sumber Data	58
H. Pengelolaan Data dan Penyajian Data.....	59
I. Penyajian Data.....	61
J. Langkah-Langkah Penelitian	61
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	62
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	62
B. Hasil Penelitian	65
C. Pembahasan	74
D. Keterbatasan Penelitian	92
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	94
A. Kesimpulan	94
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	96
LAMPIRAN	100