

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR SINGKATAN	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Perumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Manfaat Teoritis	5
1.4.2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Glukosa Darah Puasa	6
2.1.1. Definisi	6
2.1.2. Faktor yang Memengaruhi Kadar Glukosa Darah Puasa	6
2.1.3. Kaitan Glukosa Darah Puasa dengan Sindrom Metabolik	8
2.2. Sindrom Metabolik.....	9
2.2.1. Definisi	9
2.2.2. Kriteria Sindrom Metabolik	9
2.2.3. Faktor Risiko Sindrom Metabolik.....	10
2.2.4. Patofisiologi Sindrom Metabolik	11

2.2.5.	Diagnosis Sindrom Metabolik.....	15
2.3.	Okra.....	16
2.3.1.	Definisi Okra	16
2.3.2.	Morfologi.....	17
2.3.3.	Kandungan Okra.....	17
2.4.	Psyllium.....	18
2.5.	Diet <i>High Fat High Carbohydrate</i>	18
2.6.	Hubungan Okra dengan Gula Darah Puasa pada Sindrom Metabolik	20
2.7.	Kerangka Teori.....	23
2.8.	Kerangka Konsep	24
2.9.	Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....		25
3.1.	Jenis Penelitian dan Desain Penelitian	25
3.2.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	26
3.2.1.	Variabel Penelitian	26
3.2.1.1.	Variabel Bebas	26
3.2.1.2.	Variabel Terikat.....	26
3.2.2.	Definisi Operasional.....	27
3.2.2.1.	Bubuk Okra	27
3.3.	Populasi dan Sampel	28
3.3.1.	Populasi	28
3.3.2.	Sampel	28
3.3.3.	Besar Sampel	28
3.3.4.	Kriteria Inklusi	28
3.3.5.	Kriteria <i>Drop Out</i>	28
3.4.	Instrumen dan Bahan Penelitian.....	29
3.4.1.	Instrumen Penelitian.....	29
3.4.2.	Bahan Penelitian.....	29
3.5.	Cara Penelitian	30
3.5.1.	Pemberian Diet HFHC	30
3.5.2.	Pembuatan Bubuk Okra Ungu.....	30

3.5.3. Dosis Penelitian.....	30
3.5.3.1.Dosis Okra Ungu.....	30
3.5.3.2.Dosis Psyllium	31
3.5.4. Prosedur Penelitian.....	31
3.5.5. Pemberian Perlakuan.....	32
3.5.5.1.Kelompok Kontrol	32
3.5.5.2.Kelompok Sindrom Metabolik.....	32
3.5.5.3.Kelompok Okra Ungu	32
3.5.5.4.Kelompok Psyllium.....	33
3.5.6. Cara Pengambilan Sampel Darah.....	33
3.5.7. Cara Pengukuran Glukosa Darah Puasa	33
3.6. Alur penelitian.....	35
3.7. Tempat dan Waktu Penelitian	36
3.7.1. Tempat Penelitian.....	36
3.7.2. Waktu Penelitian	36
3.8. Analisis Hasil	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1. Hasil Penelitian	38
4.2. Pembahasan.....	43
BAB V KESIMPULAN.....	48
5.1. Kesimpulan.....	48
5.2. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	50