

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....	iv
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
PERNYATAAN .....	ix
KATA PENGANTAR .....	x
ABSTRAK .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Ruang Lingkup Penelitian .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Tinjauan Pustaka .....	9
B. Kerangka Teori .....	33
BAB III METODE PENELITIAN .....	34
A. Kerangka Konsep .....	34
B. Hipotesis .....	34
C. Variabel dan Definisi .....	35
D. Metode Penelitian .....	37
E. Populasi dan Sampel .....	37
F. Sumber Data .....	38
G. Instrumen Penelitian .....	38
H. Prosedur Penelitian .....	40
I. Pengolahan dan Analisis Data .....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	45
BAB V PEMBAHASAN .....	58

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....	65
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran .....	65
DAFTAR PUSTAKA .....	67
LAMPIRAN .....	71

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi IMT .....	10
Tabel 2. 2 Pengukuran Aktivitas Fisik .....	21
Tabel 2. 3 Contoh Latihan Fisik .....	22
Tabel 2. 4 Contoh Aktivitas Fisik .....	23
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	35
Tabel 3. 2 Tabel Kriteria Lembar Kuesioner Pengetahuan.....	39
Tabel 3. 3 Tabel Kriteria Lembar Kuesioner Sikap .....	39
Tabel 4. 1 Data Statistik IMT Remaja Obesitas di SMK Singaparna dan SMK Daaruddawah .....	46
Tabel 4. 2 Data Statistik Usia Remaja Obesitas di SMK Singaparna dan SMK Daaruddawah .....	46
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Remaja Obesitas di SMK Singaparna dan SMK Daaruddawah .....	47
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kelas Remaja Obesitas di SMK Singaparna dan SMK Daaruddawah .....	47
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Pre-test dan Post-test Remaja Obesitas .....	48
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Sikap Pre-test dan Post-test Remaja Obesitas .	51
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Skor Pengetahuan Pre-test dan Post-test.....	53
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Skor Sikap Pre-test dan Post-test .....	54
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas .....	56
Tabel 4. 10 Hasil Uji Wilcoxon .....	56
Tabel 4. 11 Uji Paired Samples T-test.....	57

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Piring T.....	20
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	33
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep .....	34
Gambar 3. 2 Metode Penelitian .....	37
Gambar 3. 3 Sampul depan E-Booklet dengan Judul GESIT.....	40
Gambar 4. 1 Grafik Skor Pre-test dan Post-test Pengetahuan.....	54
Gambar 4. 2 Grafik Skor Pre-test dan Post-test Sikap .....	55