

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Persembahan	iii
Kata Pengantar	iv
Abstrak	vi
Abstract	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii
Daftar Istilah	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.1 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Akademik	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Obesitas	7
2.1.1 Definisi Obesitas	7

2.1.2	Penyebab Obesitas	8
2.1.3	Jenis Obesitas	9
2.1.4	Pengukuran Obesitas	11
2.1.5	Pengukuran Antropometri sebagai Skrining Obesitas ..	13
2.2	Penyakit Degeneratif	15
2.3	Stres	17
2.3.1	Definisi Stres	17
2.3.2	Sumber Stres	17
2.3.3	Jenis Stres	19
2.3.4	Stres dan Remaja	20
2.3.5	Stres dan Metabolisme Tubuh	21
2.3.6	Stres dan DASS 21	23
2.4	Gaya Hidup	24
2.4.1	Definisi Gaya Hidup	24
2.4.2	Indikator Gaya Hidup Sehat	25
2.4.3	Gaya Hidup dan Remaja	27
2.4.4	Gaya Hidup, Obesitas, dan Penyakit Degeneratif	28
2.4.5	Gaya Hidup dan PLQ	30
BAB 3 KERANGKA KONSEP dan HIPOTESIS PENELITIAN		32
3.1	Kerangka Konsep	32
3.2	Hipotesis Penelitian	33
BAB 4 METODE PENELITIAN		34
4.1	Rancangan Penelitian	34
4.2	Populasi dan Sampel	34
4.3	Variabel Penelitian	36

4.4	Lokasi dan Waktu Penelitian	36
4.5	Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel	36
4.6	Tekhnik Pengumpulan Data	40
4.7	Metode Analisis	43
BAB 5 HASIL PENELITIAN		45
5.1	Karakter Responden	45
5.2	Karakteristik Stres	47
5.3	Karakteristik Gaya Hidup	47
BAB 6 PEMBAHASAN		49
6.1	Stres	49
6.2	Gaya Hidup	52
6.3	Hubungan Stres terhadap Gaya Hidup	55
6.4	Keterbatasan Penelitian	59
BAB 7 KESIMPULAN		60
7.1	Kesimpulan	60
7.2	Saran	60
7.2.1	Terhadap Responden	60
7.2.2	Terhadap Sekolah	61
7.2.3	Terhadap Orang tua Responden	61
7.2.4	Terhadap Pemerintah dan Instansi Kesehatan	62
7.2.5	Terhadap Penelitian	62
DAFTAR PUSTAKA		63
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN		68
LAMPIRAN		69