

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
DAFTAR SINGKATAN	viii
ABSTRAK	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Telaah Pustaka	11
1. <i>Health Promoting University</i>	11
2. Aktivitas Fisik	14
3. Pola Makan.....	18
4. Manajemen Strategis	20
B. Kerangka Teori	30
C. Kerangka Konsep.....	31
D. Hipotesis	31
E. Pertanyaan Penelitian	31
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
C. Subjek Penelitian	34
1. Populasi	34
2. Sampel	34
D. Identifikasi Variabel Penelitian	38

1. Variabel Bebas (<i>Independent</i>)	38
2. Variabel Terikat (<i>Dependent</i>)	38
E. Definisi Operasional	39
F. Instrumen dan Cara Pengumpulan Data	42
1. Instrumen	42
2. Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	43
3. Cara Pengumpulan Data	45
G. Teknik Analisis Data	47
1. Teknik Analisis Data Kuantitatif (Fase Pertama)	47
2. Teknik Analisis Data Kualitatif (Fase Kedua)	49
3. Perumusan Strategi	51
H. Etika Penelitian	54
1. Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	54
2. Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)	55
3. Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	55
4. Keadilan (<i>Justice</i>)	55
I. Keterbatasan Penelitian	56
J. Jalannya Penelitian	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Gambaran Penelitian	64
1. Gambaran Lokasi Penelitian	64
2. Sosiodemografi Subjek Penelitian	65
3. Pengujian Instrumen Penelitian	70
4. Statistik Deskriptif Jawaban Responden Kuantitatif	73
B. Hasil Penelitian <i>Mixed Method</i> dan Manajemen Startegi	77
1. Fase Pertama (Kuantitatif)	77
2. Fase Kedua (Kualitatif)	81
3. Fase Ketiga (Manajemen Strategis)	101
C. Pembahasan Penelitian	115
1. Ukuran tingkat aktivitas fisik dan pola makan civitas akademik di lingkungan kampus UAA menurut data kuantitatif	115
2. Aktivitas fisik dan pola makan civitas akademik di UAA menurut informan kualitatif	119
3. Strategi untuk menjaga seluruh civitas akademik UAA tetap memiliki tingkat aktivitas fisik dan pola makan yang sehat	124

4. Policy brief dalam mewujudkan program HPU untuk mendukung peningkatan aktivitas fisik dan pola makan bagi civitas akademik di UAA 129

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 139

A. Kesimpulan 139

B. Saran..... 142

DAFTAR PUSTAKA 144

LAMPIRAN..... 149