



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
INTISARI	xii
ABSTRACT.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
1. Teoritis	3
2. Praktis	3
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Pustaka.....	9
1. Perilaku Sedentari	9
2. Lemak	12
3. Hubungan antara Perilaku Sedentari dengan Persentase Lemak Tubuh	20
B. Hipotesis	23
C. Kerangka Teori	24
D. Kerangka Konsep.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian	26



B.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	26
C.	Populasi dan Subjek Penelitian.....	26
D.	Sampel Penelitian.....	27
E.	Alat dan Bahan Penelitian.....	27
F.	Variabel Penelitian.....	28
G.	Definisi Operasional Variabel.....	28
H.	Cara Pengumpulan Data Penelitian.....	30
I.	Metode Analisis Hasil.....	30
J.	Jadwal Penelitian.....	31
K.	Konsiderasi Etik.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		33
A.	Hasil Penelitian.....	33
1.	Uji Statistik Deskriptif.....	33
2.	Uji Normalitas.....	38
3.	Uji Bivariat.....	38
4.	Uji Multivariat.....	39
B.	Pembahasan.....	43
BAB V KESIMPULAN.....		52
A.	Kesimpulan.....	52
B.	Keterbatasan Penelitian.....	52
C.	Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....		54
LAMPIRAN.....		59