

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
DAFTAR PUSTAKA.....	xiii

I.	PENDAHULUAN.....	1
	A. Latar Belakang	1
	B. Rumusan Masalah.....	3
	C. Tujuan penelitian	3
	D. Manfaat Penelitian.....	4
	E. Keaslian Penelitian	4
II.	TINJAUAN PUSTAKA.....	7
	A. Telaah Pustaka.....	7
	1. Aktivitas Fisik	7
	2. Metode Pengkajian Aktivitas Fisik	8
	3. IPAQ	12

4. IPAQ Modifikasi.....	14
5. Pedometer	15
6. Validitas	16
B. Kerangka Teoretis	17
C. Kerangka Konsep	18
D. Hipotesis.....	18
III. METODE PENELITIAN	19
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	19
B. Subjek Penelitian	19
1. Sampel/Populasi	19
2. Besar Sampel.....	21
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	22
C. Variabel Penelitian	22
D. Definisi Operasional.....	23
E. Instrumen Penelitian	24
F. Metode Analisis Data	26
G. Etika Penelitian	27
H. Jalannya Penelitian	27
I. Keterbatasan Penelitian	29
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	30
V. KESIMPULAN DAN SARAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Definisi Operasional	24
Tabel 2.	Karakteristik Responden	34
Tabel 3.	Gambaran aktivitas fisik menurut IPAQ Indonesia berdasarkan jenis kelamin	35
Tabel 4.	Gambaran aktivitas fisik menurut IPAQ modifikasi berdasarkan jenis kelamin	35
Tabel 5.	Gambaran aktivitas fisik menurut pedometer berdasarkan jenis kelamin	35
Tabel 6.	Gambaran aktivitas fisik menurut pedometer berdasarkan <i>day of monitoring</i>	38
Tabel 7.	Gambaran pola aktivitas fisik oleh IPAQ Indonesia Berdasarkan waktu duduk	38
Tabel 8.	Gambaran aktivitas fisik menurut klasifikasi IPAQ Indonesia	40
Tabel 9.	Gambaran aktivitas fisik menurut Klasifikasi pedometer	40
Tabel 10.	Hubungan klasifikasi IPAQ Indonesia terhadap klasifikasi pedometer	40
Tabel 11.	Hubungan IPAQ Indonesia terhadap pedometer	43
Tabel 12.	Hubungan IPAQ modifikasi terhadap pedometer	44
Tabel 13.	Hubungan IPAQ modifikasi terhadap IPAQ Indonesia	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka teoretis	17
Gambar 2. Kerangka konsep	18
Gambar 3. Gambaran pola aktivitas fisik berdasarkan jenis kelamin Oleh pedometer, IPAQ Indonesia, dan IPAQ modifikasi	36
Gambar 4. Gambaran pola aktivitas fisik berdasarkan <i>Day of Monitoring</i>	38
Gambar 5. Gambaran pola aktivias fisik menurut klasifikasi pedometer dan klasifikasi IPAQ Indonesia	41

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Formulir Kesedian Menjadi Responden
- Lampiran 2. Formulir Data Antropometri
- Lampiran 3. Kuesioner IPAQ versi Indonesia
- Lampiran 4. Kuesioner IPAQ Modifikasi
- Lampiran 5. Formulir *Activity Log*
- Lampiran 6. Hasil Rekapitulasi
- Lampiran 7. *Activity Timeline*
- Lampiran 8. Hasil Analisa SPSS
- Lampiran 9. Surat Kalibrasi Alat
- Lampiran 10. Surat Ijin Komite Etik
- Lampiran 11. Surat Ijin Penelitian Dinas Perijinan
- Lampiran 12. Surat Tanda Bukti Penelitian SMA Pangudi Luhur Yogyakarta
- Lampiran 13. Surat Tanda Bukti Penelitian SMAN 10 Yogyakarta
- Lampiran 14. Surat Tanda Bukti Penelitian SMAN 7 Yogyakarta
- Lampiran 15. Surat Tanda Bukti Penelitian SMA BOPKRI II Yogyakarta