

## DAFTAR ISI

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

### I. PENDAHULUAN

A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Keaslian Penelitian.....	9

### II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Teoritis.....	13
1. Remaja.....	13
a. Definisi Remaja.....	13
b. Tahap Perkembangan Remaja.....	14
2. Perilaku.....	14
a. Definisi Perilaku.....	14
b. Proses Terbentuknya Perilaku.....	15
3. Perilaku Kesehatan.....	16
a. Perilaku Hidup Sehat .....	16
b. Perilaku Sakit .....	16
c. Perilaku Peran Sakit .....	16
4. Faktor yang Mempengaruhi Sikap Hidup Sehat .....	18
5. Merokok.....	19
6. Penyakit Akibat Merokok.....	21
7. Makan Sehat.....	23
8. Penyakit Akibat Perilaku Makan Tidak Sehat.....	24
9. Perawatan Kesehatan di Sekolah .....	26
10. Promosi Kesehatan Sekolah.....	29
11. Pembinaan tentang Perilaku Tidak Merokok.....	30
a. Pendidikan Kesehatan tentang Rokok .....	30
b. Lingkungan Sehat Bebas Rokok .....	30
c. Cara Pencegahan Merokok pada Remaja.....	31
12. Pembinaan tentang Makan yang Sehat.....	32
a. Pendidikan Kesehatan Makanan Sehat.....	32
b. Penerapan Perilaku Makan yang Sehat.....	34
B. Landasan Teori .....	37

C. Kerangka Teori .....	39
D. Kerangka Penelitian .....	40
E. Hipotesis .....	41
III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian .....	42
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	43
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	43
D. Variabel Penelitian .....	44
E. Definisi Operasional.....	44
F. Instrumen Penelitian.....	46
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	48
H. Tehnik Pengumpulan Data .....	50
I. Jalannya Penelitian.....	51
J. Etika Penelitian .....	57
K. Analisa Data.....	59
L. Hambatan dan Keterbatasan Penelitian.....	59
M. Jadwal Penelitian.....	61
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	62
B. Pembahasan.....	69
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN.....	94

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. Skor Pengukuran Sikap Tidak Merokok .....	46
Tabel 3. Aspek Sikap Tidak Merokok .....	46
Tabel 4. Skor Pengukuran Sikap Makan Yang Sehat .....	47
Tabel 5. Aspek Sikap Makan Yang Sehat.....	48
Tabel 6. Jadwal Penelitian.....	55
Tabel 7. Tabel Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	61
Tabel 8. Tabel Distribusi Frekuensi Responden Terkait Rokok.....	62
Tabel 9. Tabel Distribusi Frekuensi Responden Terkait Makan Sehat.....	63
Tabel 10. Hasil pengukuran Sikap Hidup Sehat Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	65
Tabel 11. Hasil pengukuran Sikap Tidak Merokok Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	66
Tabel 12. Hasil pengukuran Sikap Makan Sehat Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	67

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	39
Gambar 2. Kerangka Penelitian.....	40

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Lembar penjelasan kepada calon responden
- Lampiran 2. Persetujuan keikutsertaan dalam penelitian
- Lampiran 3. Instrumen penelitian (kuesioner)
- Lampiran 4. Surat persetujuan sebagai asisten penelitian
- Lampiran 5. Satuan acara pembelajaran pendidikan kesehatan
- Lampiran 6. Analisa data SPSS