



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
E. Keaslian Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Telaah Pustaka.....	6
1. Remaja.....	6
2. Obesitas Remaja.....	7
3. Etiologi Obesitas.....	9
4. Tidur.....	12
5. Tidur pada Remaja.....	15
6. Durasi Tidur dan Obesitas Remaja.....	17
7. Durasi Tidur, Keseimbangan Energi dan Obesitas.....	18
B. Kerangka Teori.....	21
C. Kerangka Konsep.....	22
D. Hipotesis.....	22
BAB III. Metode Penelitian.....	23
A. Jenis dan rancangan Penelitian.....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
C. Subyek Penelitian.....	23
	vii



1. Batasan Populasi.....	23
2. Besar Sampel.....	24
3. Cara Pengambilan Sampel.....	24
D. Identifikasi Variabel Penelitian.....	25
E. Definisi Operasional Penelitian.....	25
F. Instrumen dan Cara Pengumpulan Data.....	26
G. Cara Analisis Data.....	27
H. Etika Penelitian.....	27
I. Jalannya Penelitian.....	28
J. Kesulitan Penelitian.....	29
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
A. Hasil Penelitian.....	30
1. Gambaran Pengambilan data.....	30
2. Karakteristik Subyek Penelitian.....	31
3. Durasi Tidur Subyek.....	33
4. Perbedaan Kejadian Obesitas berdasarkan Lama Tidur.....	34
B. Pembahasan.....	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	41
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA.....	42
LAMPIRAN.....	49