

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
IDENTITAS TIM PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	6
E. Hipotesis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Overweight	7
1. Pengertian <i>Overweight</i>	7
2. Etiologi Overweight	7
3. Dampak Overweight	9
4. Cara Pencegahan dan Penanggulangan <i>Overweight</i> ..	10
B. Pengetahuan	11
1. Definisi Pengetahuan	11
2. Proses Terjadinya Pengetahuan	12
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	13
4. Cara Memperoleh Pengetahuan	14
5. Cara Mengubah Pengetahuan	15
6. Cara Mengukur Pengetahuan	16
C. Sikap	17
1. Definisi	17
2. Faktor yang Mempengaruhi Sikap	17
3. Tingkatan Sikap	18
4. Cara Pengukuran Sikap	18
D. Konsumsi Lemak	19
1. Definisi	19
2. Sumber Lemak	19
3. Kecukupan Lemak	20
4. Dampak dari Kelebihan Lemak	20
E. Remaja	20
1. Definisi Remaja	20
2. Ciri-ciri Perkembangan Remaja	21

3. Batasan Usia Remaja.....	22
4. Tahap Perkembangan Remaja	22
F. Penyuluhan.....	23
1. Definisi	23
2. Metode Penyuluhan	23
3. Media Penyuluhan.....	25
4. Metode Ceramah.....	26
5. Teori Perubahan Johari Window.....	27
G. Aplikasi Vitanutrihealth	28
1. Definisi	28
2. Kelebihan.....	28
3. Kekurangan Aplikasi <i>Vitanutrihealth</i>	28
H. Hubungan Antar Variabel	29
I. Kerangka Konsep	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Jenis dan Design Penelitian.....	32
B. Waktu dan Tempat Penelitian	32
C. Populasi dan Sampel	33
D. Variabel Penelitian.....	33
E. Definisi Operasional Variabel	34
F. Instrumen Penelitian.....	35
G. Cara Intervensi	36
H. Alur Penelitian	38
I. Metode Pengumpulan Data	39
J. Pengolahan dan Analisis Data	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Gambaran Umum SMK Negeri 2 Kota Malang.....	44
B. Karakteristik Responden di SMK Negeri 2 Kota Malang.....	45
C. Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan ...	46
D. Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan.....	51
E. Konsumsi Lemak Siswa Sebelum dan Sesudah Penyuluhan	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	67