

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Perumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian	5
1.5.1 Tujuan Umum.....	5
1.5.2 Tujuan Khusus	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
1.6.1 Bagi Penulis.....	5

1.6.2	Bagi Responden	6
1.7	Keterbaruan Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA		14
2.1	Tinjauan Tentang Gizi Lebih.....	14
2.1.1	Pengertian Gizi Lebih.....	14
2.1.2	Penentuan Gizi Lebih	14
2.1.3	Epidemiologi Gizi Lebih	15
2.1.4	Konsekuensi Gizi Lebih	16
2.1.5	Faktor Penyebab Gizi Lebih	18
2.2	Tinjauan Karakteristik Wanita.....	22
2.3	Tinjauan Edukasi Gizi.....	22
2.3.1	Pengertian Edukasi Gizi	22
2.3.2	Manfaat Edukasi Gizi	23
2.3.3	Edukasi Gizi Online	23
2.4	Tinjauan Mindful Eating	23
2.4.1	Pengertian Mindful Eating.....	23
2.4.2	Prinsip-Prinsip Mindful Eating	24
2.5	Tinjauan Terapi Diet Gizi Lebih.....	25
2.5.1	Diet Energi Rendah (DER)	25
2.5.2	Diet Serat Tinggi	28
2.6	Tinjauan Tentang Pengetahuan.....	29
2.6.1	Pengertian Pengetahuan.....	29
2.6.2	Tingkat Pengetahuan	29
2.6.3	Cara Pengetahuan	31
2.7	Tinjauan Tentang Sikap	31
2.7.1	Pengertian Sikap.....	31
2.7.2	Tingkat Sikap	31
2.7.3	Cara Pengukuran Sikap.....	32
2.8	Kerangka Teori	33
2.9	Kerangka Konsep.....	33

2.10	Hipotesis.....	33
BAB III METODELOGI PENELITIAN.....		34
3.1	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	34
3.2	Jenis dan Desain Penelitian.....	34
3.3	Populasi dan Sampel.....	35
3.4	Pengumpulan Data.....	36
3.5	Instrumen Penelitian.....	37
3.5.1	Variabel Penelitian.....	37
3.5.2	Definisi Konseptual.....	37
3.5.3	Kuesioner.....	38
3.6	Definisi Operasional.....	39
3.7	Alat dan Prosedur Penelitian.....	39
3.8	Pengelolaan dan Analisis Data.....	44
3.9	Organisasi Penelitian.....	48
3.10	Estimasi Biaya Penelitian.....	49
3.11	Rencana Publikasi.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		50
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	50
4.2	Data Hasil Uji Validitas, Reabilitas, dan Uji Normalitas.....	50
4.3	Hasil Analisis Univariat.....	51
4.3.1	Karakteristik Responden.....	51
4.3.2	Distribusi Skor Pengetahuan dan Sikap.....	52
4.4	Hasil Analisis Bivariat.....	53
BAB V PEMBAHASAN.....		55
5.1	Gambaran Karakteristik Sampel Pada Wanita Dengan Status Gizi Lebih.....	55
5.2	Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	55
5.3	Sikap Sebelum dan Sesudah Intervensi.....	58
5.4	Kekuatan dan Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....		62
6.1	Kesimpulan.....	62

6.2	Saran.....	63
	DAFTAR PUSTAKA	64
	LAMPIRAN	70