

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan Komisi Pembimbing	ii
Lembar Pernyataan Keaslian Skripsi	iii
Lembar Pernyataan Publikasi	iv
Lembar Motto dan Persembahan.....	v
Abstrak.....	vi
<i>Abstract</i>	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi.....	xii
Daftar Tabel	xvii
Daftar Gambar	xix
Daftar Bagan.....	xx
Daftar Lampiran	xxi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	10
1.3 Pembatasan Masalah	10
1.4 Rumusan Masalah	11
1.5 Tujuan Penelitian	11
1.6 Manfaat Penelitian	11
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	11
1.6.2 Manfaat Praktis.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
2.1 Kesejahteraan Subjektif	13
2.1.1 Definisi Kesejahteraan Subjektif	13

2.1.2	Komponen Kesejahteraan Subjektif.....	14
2.1.2.1	Komponen kognitif- kepuasan hidup	14
2.1.2.2	Komponen Afektif	15
2.1.2.2.1.	Afek Positif.....	15
2.1.2.2.2.	Afek Negatif	16
2.1.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesejahteraan Subjektif ..	16
2.1.3.1	Genetik.....	16
2.1.3.2	Kepribadian	17
2.1.3.3	Demografis.....	18
2.2	Perilaku Hidup Sehat	19
2.2.1	Definisi Kesehatan.....	19
2.2.2	Pengertian Perilaku Hidup Sehat.....	19
2.2.3	Indikator Perilaku Hidup Sehat	19
2.2.3.1	<i>Body Mass Index</i> (BMI)	19
2.2.3.2	Konsumsi Alkohol.....	20
2.2.3.3	Konsumsi Rokok	20
2.2.3.4	Konsumsi Buah dan Sayur.....	21
2.2.3.5	Aktifitas Fisik (Olahraga)	22
2.3	Tinjauan Pustaka Hubungan Antar Variabel	23
2.4	Kerangka Pemikiran.....	24
2.5	Hipotesis Penelitian.....	25
2.6	Penelitian yang Relevan	25
	BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	30
3.1	Tipe Penelitian	30
3.2	Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	30
3.2.1	Definisi Konseptual	30
3.2.1.1	Kesejahteraan Subjektif	30
3.2.1.2	Kecenderungan Perilaku Hidup Sehat	30
3.2.2	Definisi Operasional.....	31

3.2.2.1 Kesejahteraan Subjektif	31
3.2.2.2 Kecenderungan Perilaku Hidup Sehat	31
3.3 Populasi dan Sampel	31
3.3.1 Populasi.....	31
3.3.2 Sampel	31
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	32
3.4.1 Instrumen Penelitian	32
3.4.1.1 Instrumen Kesejahteraan Subjektif.....	32
3.4.1.2 Instrumen Kecenderungan Perilaku Hidup Sehat	34
3.4.2 Validitas dan Reliabilitas Instrumen	34
3.4.3 Modifikasi Instrumen.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
4.1 Gambaran Subyek Penelitian	41
4.1.1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	41
4.1.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia Pernikahan	43
4.1.3 Gambaran Responden Berdasarkan Pendidikan.....	45
4.1.4 Gambaran Responden Berdasarkan Pekerjaan	47
4.1.5 Gambaran Responden Berdasarkan BMI (<i>Body Mass Index</i>)	48
4.1.6 Gambaran Responden Berdasarkan Status Konsumsi	
Merokok	51
4.1.7 Gambaran Responden Berdasarkan Status Konsumsi	
Minuman Beralkohol	52
4.1.8 Gambaran Responden Berdasarkan Berdasarkan Status	
Rutinitas Berolahraga.....	54
4.1.9 Gambaran Responden Berdasarkan Intensitas Olahraga	55
4.1.10 Gambaran Responden Berdasarkan Konsumsi Buah dan	

Sayur.....	57
4.2 Prosedur Penelitian.....	58
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	58
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	60
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian	61
4.3.1 Variabel Kesejahteraan Subjektif.....	61
4.3.1.1 Kategorisasi Data	63
4.3.1.2 Uji Normalitas	64
4.3.2 Pengujian Hipotesis	64
4.3.2.1 Perhitungan Hipotesis Aspek BMI (<i>Body Mass Index</i>) dengan Kesejahteraan Subjektif	65
4.3.2.2 Perhitungan Hipotesis Aspek Konsumsi Rokok dengan Kesejahteraan Subjektif	65
4.3.2.3 Perhitungan Hipotesis Aspek Konsumsi Minuman Beralkohol dengan Kesejahteraan Subjektif	66
4.3.2.4 Perhitungan Hipotesis Aspek Rutinitas Olahraga dengan Kesejahteraan Subjektif	67
4.3.2.5 Perhitungan Hipotesis Aspek Intensitas Olahraga dengan Kesejahteraan Subjektif	67
4.3.2.6 Perhitungan Hipotesis Aspek Konsumsi Buah dan Sayur dengan Kesejahteraan Subjektif	68
4.4 Pembahasan.....	68
4.5 Keterbatasan Penelitian	72
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	74
5.1 Kesimpulan	74
5.2 Implikasi	74

5.3 Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	81
RIWAYAT HIDUP	125