

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Masyarakat.....	5
1.4.2 Bagi Institusi	6
1.4.3 Bagi Peneliti	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Sayur dan Buah	7
2.1.1 Pengertian Sayur dan Buah	7
2.1.2 Manfaat sayur dan buah bagi tubuh	8
2.1.3 Anjuran Kecukupan	16
2.2 Konsumsi Sayur dan Buah.....	18
2.2.1 Pengertian Konsumsi Sayur dan Buah.....	18
2.2.2 Dampak Rendahnya Konsumsi Buah dan Sayur	19
2.3 Aktivitas Fisik.....	19
2.3.1 Pengertian Aktivitas Fisik	19

2.3.2 Manfaat Aktivitas Fisik.....	21
2.3.3 Jenis Aktivitas Fisik	22
2.3.4 Pengukuran Aktivitas Fisik	22
2.4 Status Gizi	23
2.4.1 Pengertian Status Gizi	24
2.4.2 Faktor-faktor yang berhubungan dengan <i>overweight</i>	27
2.5.1 Pengertian Kegemukan (<i>Overweight</i>).....	30
2.5.2 Penyebab Kegemukan	31
2.6 Anak Usia Sekolah.....	32
BAB 3 KERANGKA KONSEP	34
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	34
3.2 Hipotesis Penelitian.....	35
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	36
4.1 Jenis Penelitian.....	36
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	36
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	36
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	38
4.5 Teknik Pengumpulan Data.....	40
4.6 Instrumen Penelitian.....	41
4.7 Pengolahan Data	42
4.8 Analisis Data	44
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	45
5.1 Hasil	45
5.1.1 Gambaran Umum MI AT-Taqwa Kebonagung Sidoarjo.....	45
5.1.2 Karakteristik Responden	48
5.1.3 Pola Konsumsi Sayur dan Buah Responden.....	49
5.1.4 Aktivitas Fisik	50
5.1.5 Status Gizi	50
5.1.6 Tabulasi Silang Pola Konsumsi Sayur dan Buah dengan Status Gizi..	51
5.1.7 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi	52
5.2 Pembahasan.....	54
5.2.1 Pola Konsumsi Sayur	54
5.2.2 Pola Konsumsi Buah	55
5.2.3 Aktifitas Fisik.....	56
5.2.4 Status Gizi	57

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
6.1 Kesimpulan	59
6.2 Saran.....	60
1. Bagi Responden	60
2. Bagi Sekolah	60
3. Bagi Peneliti Selanjutnya	61
DAFTAR PUSTAKA.....	62

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas IMT.....	23
Tabel 2.2 Kategori Indeks Masa Tubuh.....	26
Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel.....	39
Tabel 5.1 Jumlah Peserta Didik.....	47
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Usia.....	48
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin.....	49
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Pola konsumsi Sayur dan Buah.....	49
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik.....	50
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Status Gizi.....	51
Tabel 5.7 Tabulasi Silang Pola Konsumsi Dengan Status Gizi.....	51
Tabel 5.8 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tumpeng Gizi Seimbang (TGS).....	17
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	64
Lampiran 2 Kuisisioner Penelitian.....	65
Lampiran 3 Kuisisioner Form Recall 24 Jam	66
Lampiran 4 Kuisisioner Physical Activity Level (PAL).....	67
Lampiran 5 Kuisisioner FFQ	68
Lampiran 6 Master Tabel	69
Lampiran 7 Tabulasi Silang dan Hasil Uji Spearman.....	71
Lampiran 8 Surat Perizinan	73
Lampiran 9 Surat Balasan	74
Lampiran 10 Dokumentasi	75

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
Depkes	: Departemen Kesehatan
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
FFQ	: <i>Food Frequency</i>
MI	: Madrasah Ibtidaiyah
PGS	: Pedoman Gizi Seimbang
LILA	: Lingkar Lengan Atas
BB	: Berat Badan
TB	: Tinggi Badan
IMT	: Indeks Masa Tubuh
U	: Umur