

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Responden	6
1.4.2 Bagi Sekolah	6
1.4.3 Bagi Peneliti.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Status Gizi	8
2.1.1 Pengertian Status Gizi.....	8
2.1.2 Penilaian Status Gizi	8
2.1.3 Indeks Antropometri	10
2.2 Kebiasaan Sarapan.....	11
2.2.1 Pengertian Sarapan.....	11
2.2.2 Manfaat Sarapan.....	12

2.2.3	Dampak Melewatkan Sarapan.....	13
2.2.4	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sarapan	14
2.3	Aktivitas Fisik	15
2.3.1	Pengertian Aktivitas Fisik	15
2.3.2	Manfaat Aktivitas Fisik.....	15
2.3.3	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	16
2.3.4	Jenis Aktivitas Fisik	16
2.3.5	Pengukuran Aktivitas Fisik	18
2.4	Remaja.....	19
2.4.1	Pengertian Remaja	19
2.4.2	Tahapan Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja.....	20
2.4.3	Kebutuhan Zat Gizi Remaja.....	22
2.5	Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi.....	24
2.6	Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	25
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL.....		26
3.1	Kerangka Konseptual	26
3.2	Hipotesis Penelitian.....	27
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		28
4.1	Jenis Penelitian	28
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian	28
4.2.1	Waktu Penelitian	28
4.2.2	Tempat Penelitian.....	28
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
4.3.1	Populasi Penelitian	28
4.3.2	Sampel Penelitian.....	29
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	30
4.4.1	Variabel Penelitian	30
4.4.2	Definisi Operasional.....	31
4.5	Teknik Pengumpulan Data	32
4.6	Jenis Data.....	34
4.7	Instrumen Penelitian	34
4.8	Pengolahan Data.....	35

4.8.1	<i>Editing</i> (Pemeriksaan Data)	35
4.8.2	<i>Coding</i> (Pembuatan Kode).....	35
4.8.3	<i>Entry Data</i> (Memasukkan Data).....	36
4.8.4	<i>Cleaning</i> (Membersihkan Data).....	36
4.9	Analisis Data	36
4.9.1	Analisis Univariat.....	36
4.9.2	Analisis Bivariat.....	36
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....		38
5.1	Hasil Penelitian.....	38
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	38
5.1.2	Karakteristik Responden	40
5.1.3	Kebiasaan Sarapan	41
5.1.4	Aktivitas Fisik	42
5.1.5	Status Gizi	43
5.1.6	Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi	43
5.1.7	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	44
5.2	Pembahasan	46
5.2.1	Karakteristik Responden	46
5.2.2	Kebiasaan Sarapan	47
5.2.3	Aktivitas Fisik	50
5.2.4	Status Gizi	51
5.2.5	Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi	53
5.2.6	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	55
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....		59
6.1	Kesimpulan.....	59
6.2	Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA		61

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kategori Status Gizi Anak Usia 5-18 Tahun	11
Tabel 2.2 Klasifikasi Aktivitas Fisik Berdasarkan Nilai PAR.....	18
Tabel 2.3 Kategori Tingkat Aktivitas Fisik Berdasarkan Nilai PAL.....	19
Tabel 2.4 Kebutuhan Gizi Remaja	23
Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel.....	31
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	40
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	40
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	41
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi berdasarkan Frekuensi Sarapan dalam Satu Minggu pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik	41
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi berdasarkan Alasan Tidak Sarapan pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	42
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi berdasarkan Menu Sarapan pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	42
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	43
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik	43
Tabel 5.9 Tabulasi Silang Kebiasaan Sarapan dan Status Gizi pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik.....	44
Tabel 5.10 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik dengan Uji <i>Chi Square</i>	45
Tabel 5.11 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Siswa UPT SMP Negeri 25 Gresik dengan Uji <i>Fisher's Exact Test</i>	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	26
--------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Persetujuan menjadi Responden	64
Lampiran 2 : Kuesioner Penelitian.....	65
Lampiran 3 : Kuesioner <i>Physical Activity Level</i> (PAL).....	68
Lampiran 4 : Master Tabel.....	69
Lampiran 5 : Hasil Kuesioner Kebiasaan Sarapan.....	73
Lampiran 6 : Hasil SPSS.....	76
Lampiran 7 : Dokumentasi.....	81
Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian	82

DAFTAR SINGKATAN

AKG	: Angka Kecukupan Gizi
BB	: Berat Badan
IMT	: Indeks Massa Tubuh
PAL	: <i>Physical Activity Level</i>
PAR	: <i>Physical Activity Rate</i>
RDA	: <i>Recommended Daily Allowances</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
TB	: Tinggi Badan
WHO	: <i>World Health Organization</i>