

DAFTAR ISI

<u>COVER</u>	ii
<u>PERNYATAAN KEASLIAN PROPOSAL TUGAS AKHIR</u>	iii
<u>HALAMAN PERSETUJUAN</u>	iv
<u>KATA PENGANTAR</u>	v
<u>DAFTAR ISI</u>	vii
<u>DAFTAR SINGKATAN</u>	ix
<u>BAB 1 PENDAHULUAN</u>	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Bagi Peneliti.....	4
1.4.2 Bagi SMA Negeri 17 Surabaya	4
1.4.3 Bagi Responden.....	5
<u>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</u>	6
2.1 Kebugaran dan Aktivitas Fisik	6
2.1.1 Pengertian Kebugaran.....	6
2.1.2 Aktivitas Fisik.....	6
2.2 Obesitas	11
2.2.1 Definisi Obesitas	11
2.2.2 Prevalensi Obesitas	12
2.2.3 Faktor Penyebab Obesitas	12
2.2.4 Resiko Obesitas	13
2.3 Status Gizi	14
2.4 Latihan Fisik, Status Gizi dan Obesitas.....	14
2.5 Penilaian Status Gizi Dalam Penentuan Obesitas	16
<u>BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN</u>	17
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	18
3.2 Hipotesis Penelitian.....	18
<u>BAB 4 METODE PENELITIAN</u>	19

4.1 Jenis Penelitian	19
4.2 Populasi Penelitian	19
4.3 Sampel, Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel.....	19
4.3.1 Sampel Penelitian	19
4.3.2 Besar Sampel.....	19
4.3.3 Cara Pengambilan Sampel	20
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	21
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Alat Pengukuran dan Skala Data.....	22
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	23
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data.....	23
4.6.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	24
4.7 Teknik Analisis Data	25
4.6.2 Contoh Perhitungan Skor Aktivitas Fisik.....	26
<u>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN</u>	27
5.1 Hasil Penelitian.....	27
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	27
5.1.2 Karakteristik Responden	28
5.1.3 Aktivitas Fisik.....	30
5.1.4 Status Obesitas	30
5.1.5 Status Gizi dengan Jenis Kelamin pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 17 Surabaya	31
5.1.6 Aktivitas Fisik dengan Jenis Kelamin pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 17 Surabaya.....	32
5.1.7 Aktivitas Fisik dengan Status Obesitas pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 17 Surabaya.....	33
5.1 Pembahasan	34
5.2.1 Karakteristik Responden	34
5.2.2 Distribusi Gambaran Aktivitas Fisik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya	34
5.2.3 Distribusi Gambaran Status Obesitas Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya	35
5.2.4 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Obesitas Pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 17 Surabaya.....	36

<u>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN</u>	38
<u>6.1 Kesimpulan</u>	38
<u>6.2 Saran</u>	39
<u>DAFTAR PUSTAKA</u>	40
<u>LAMPIRAN</u>	42

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jenis Aktivitas Fisik Berdasarkan Intensitasnya.....	10
Tabel 2. 2 Klasifikasi Obesitas Berdasarkan Indeks Massa Tubuh	16
Tabel 4. 1 Waktu Penelitian	21
Tabel 4. 2 Definisi Operasional Variabel.....	22
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Usia pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022	29
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022	29
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022	30
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Status Obesitas pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022	30
Tabel 5. 5 Tabulasi Silang Status Gizi dengan Jenis Kelamin pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022	31
Tabel 5. 6 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik dengan Jenis Kelamin pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022.....	32
Tabel 5. 7 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik dengan Status Obesitas pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 17 Surabaya Tahun 2022.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual Penelitian	17
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden	42
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Responden.....	43
Lampiran 3 Kuisisioner Penelitian.....	44
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	46
Lampiran 5 Master Tabel.....	48
Lampiran 6 Pengolahan Data.....	51
Lampiran 7 Dokumentasi Pengambilan Data	55

DAFTAR SINGKATAN

CDC	: <i>Central of Disease Control</i>
FFQ	: <i>Food Frequency Questionnaire</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IPAQ	: <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
Kemendes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
MET	: <i>Metabolic Equivalent Task</i>
UNICEF	: <i>United Nations International Children's Emergency Fund</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>