

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
DAFTAR ARTI LAMBANG.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Masalah.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1. Bagi Peneliti.....	5
1.4.2. Bagi Institusi.....	5
1.4.3. Bagi Masyarakat.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Status gizi.....	7
2.1.1. Pengertian Status Gizi.....	7
2.1.2. Parameter Status Gizi.....	8
2.1.3. Indeks Antropometri.....	9
2.2. Gemuk.....	11

2.2.1. Pengertian Gemuk	11
2.2.2. Penentuan Gemuk	12
2.2.3. Faktor Penyebab Gemuk	13
2.2.4. Resiko Gemuk	21
2.2.5. Pencegahan Kegemukan Pada Anak	22
2.3. Asupan Gizi Makro	26
2.3.1. Pengertian Asupan Gizi Makro	26
2.3.2. Jenis Asupan Zat Gizi Makro	26
2.3.3. Survei Konsumsi Pangan	38
2.4. Aktivitas Fisik	44
2.4.1. Pengertian Aktivitas Fisik	44
2.4.2. Manfaat Aktivitas Fisik	46
2.4.3. Jenis Aktivitas Fisik	47
2.4.4. Tipe Aktivitas Fisik	49
2.4.5. Pengukuran Aktivitas Fisik	51
2.5. Anak Usia Sekolah	52
2.5.1. Pengertian Anak Usia Sekolah	52
2.5.2. Perkembangan Fisik Anak Usia Sekolah	52
2.5.3. Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah	53
2.5.4. Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah	54
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL	55
3.1. Kerangka Konseptual	55
3.2. Hipotesis Penelitian	57
BAB 4 METODE PENELITIAN	58
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	58
4.2.1 Waktu Penelitian	58
4.2.2 Tempat Penelitian	58
4.3. Populasi dan Sampel Penelitian	58
4.3.1 Populasi Penelitian	58
4.3.2 Sampel Penelitian	58
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	60
4.4.1 Variabel Penelitian	60

4.4.2	Definisi Operasional	60
4.5	Teknik Pengumpulan Data	62
4.5.1	Metode Pengumpulan Data	62
4.5.2	Jenis Data	63
4.6	Instrumen Penelitian	64
4.7	Pengolahan Data	64
4.7.1	<i>Editing</i> (Pemeriksaan Data)	64
4.7.2	<i>Coding</i> (Pembuatan Kode)	64
4.7.3	Tabulasi	64
4.7.4	<i>Entry Data</i> (Memasukkan Data)	65
4.7.5	<i>Cleaning</i>	65
4.8	Analisis Data	65
4.8.1	Analisis Univariat	65
4.8.2	Analisis Bivariat	65
BAB 5	HASIL DAN PEMBAHASAN	66
5.1	Hasil Penelitian	66
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	66
5.1.2	Karakteristik Responden	70
5.1.3	Asupan Gizi Makro	71
5.1.4	Aktivitas Fisik	74
5.1.5	Status Gizi	74
5.1.6	Tabulasi Silang Asupan Gizi Makro dengan Status Gizi Gemuk pada Anak Kelas 5 di SD Muhammadiyah 4 Surabaya (<i>Full Day School</i>)	75
5.1.7	Tabulasi Silang Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Gemuk pada Anak Kelas 5 di SD Muhammadiyah 4 Surabaya (<i>Full Day School</i>)	79
5.2	Pembahasan	80
5.2.1	Karakteristik Responden	80
5.2.2	Hubungan Asupan Gizi Makro dengan Status Gizi Gemuk pada Anak Kelas 5 di SD Muhammadiyah 4 Surabaya (<i>Full Day School</i>)	81
BAB 6	KESIMPULAN DAN SARAN	93
6.1	Kesimpulan	93
6.2	Saran	94

DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN	95

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks BB/U.....	10
Tabel 2. 2 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks TB/U.....	10
Tabel 2. 3 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks BB/TB.....	11
Tabel 2. 4 Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Anak Berdasarkan Indeks BMT/U.....	11
Tabel 2. 5 Angka Kecukupan Energi Kelompok Usia 10-12 Tahun.....	28
Tabel 2. 6 Angka Kecukupan Protein Kelompok Usia 10-12 Tahun.....	32
Tabel 2. 7 Angka Kecukupan Lemak Kelompok Usia 10-12 Tahun.....	33
Tabel 2. 8 Angka Kecukupan Karbohidrat Kelompok Usia 10-12 Tahun.....	38
Tabel 2. 9 Klasifikasi Physical activity level (PAL).....	51
Tabel 4. 1 Definisi Operasional Variabel.....	60
Tabel 5. 1 Sumber Daya Manusia SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	68
Tabel 5. 2 Jumlah Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun Ajaran 2019/2020.....	68
Tabel 5. 3 Sarana dan Prasarana SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	69
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Usia Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	70
Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	71
Tabel 5. 6 Distribusi Frekuensi Asupan Energi Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	72
Tabel 5. 7 Distribusi Frekuensi Asupan Protein Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	72
Tabel 5. 8 Distribusi Frekuensi Asupan Lemak Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	73
Tabel 5. 9 Distribusi Frekuensi Asupan Karbohidrat Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	73
Tabel 5. 10 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	74
Tabel 5. 11 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Siswa Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	75
Tabel 5. 12 Tabulasi Silang Asupan Energi dengan Status Gizi Gemuk Anak Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	76
Tabel 5. 13 Tabulasi Silang Asupan Protein dengan Status Gizi Gemuk Anak Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	77
Tabel 5. 14 Tabulasi Silang Asupan Lemak dengan Status Gizi Gemuk Anak Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	78
Tabel 5. 15 Tabulasi Silang Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi Gemuk Anak Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	79
Tabel 5. 16 Tabulasi Silang Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Gemuk Anak Kelas 5 SD Muhammadiyah 4 Surabaya Tahun 2020.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual	55
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	99
Lampiran 2 : Form <i>Recall</i> 2x24 jam	100
Lampiran 3 : Form Aktivitas Fisik	101
Lampiran 4 : Tabel Angka Kebutuhan Gizi	103
Lampiran 5 : Master Tabel Penelitian	104
Lampiran 6 : Hasil Uji Statistik	108
Lampiran 7 : Surat Izin Penelitian.....	113
Lampiran 8 : Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	114
Lampiran 9 : Dokumentasi Kegiatan.....	115

DAFTAR SINGKATAN

- WHO : *World Health Organization*
- CDC : *Desease Control and Prevention*
- BBLR : Berat Badan Lahir Rendah
- REE : *Resting Energy Expenditure*
- AAP : *American Academy of Pediatrics*
- NIH : *National Institute of Health*
- PJK : Penyakit Jantung Koroner
- PAL : *Physical Activity Level*
- PAR : *Physical Activity Ratio*
- FAO : *Food and Agriculture Organization*
- UNO : *United Nations Organization*
- CHNS : *China Health and Nutrition Survey*
- PMT : Pemberian Makanan Tambahan
- UKS : Unit Kesehatan Sekolah

DAFTAR ARTI LAMBANG

$<$: Kurang dari

$>$: Lebih dari

α : Alfa

Σ : Sigma