

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
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	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 Sekolah.....	5
1.4.3 Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Surabaya	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Status Gizi.....	6
2.1.1 Definisi Status Gizi	6
2.1.2 Penilaian Status Gizi	6
2.1.3 Klasifikasi Status Gizi.....	10
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	11
2.2 Remaja	15
2.2.1 Definisi Remaja.....	15
2.2.2 Tahap Perkembangan Remaja	16
2.2.3 Karakteristik Perkembangan Remaja	17
2.2.4 Masalah Gizi pada Remaja.....	19
2.2.5 Kebutuhan Gizi Remaja	20
2.3 Pola Makan	22
2.3.1 Definisi Pola Makan.....	22
2.3.2 Komponen Pola Makan.....	23
2.3.3 Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan.....	24
2.3.4 Penilaian Pola Makan.....	25
2.4 Aktivitas Fisik.....	28
2.4.1 Definisi Aktivitas Fisik.....	28
2.4.2 Jenis-Jenis Aktivitas Fisik	29

2.4.3 Manfaat Aktivitas Fisik	31
2.4.4 Aspek-Aspek yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	31
2.4.5 Cara Pengukuran Aktivitas Fisik.....	33
2.5 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Remaja	35
2.6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja	36
BAB 3 KERANGKA KONSEP	37
3.1 Kerangka Konsep.....	37
3.2 Hipotesis Penelitian	38
BAB 4 METODE PENELITIAN	39
4.1 Jenis Penelitian	39
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	39
4.2.1 Waktu Penelitian.....	39
4.2.2 Tempat Penelitian	39
4.3 Populasi, Sampel, dan Besar Sampel.....	39
4.3.1 Populasi Penelitian	39
4.3.2 Sampel Penelitian	39
4.3.3 Besar Sampel.....	40
4.4 Teknik Pengambilan Sampel.....	41
4.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	41
4.5.1 Variabel Penelitian.....	41
4.5.2 Definisi Operasional.....	42
4.6 Teknik Pengumpulan Data	44
4.6.1 Metode Pengumpulan Data	44
4.6.2 Jenis Data	44
4.7 Instrumen Penelitian	45
4.8 Pengolahan Data	45
4.9 Analisis Data	48
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	49
5.1 Hasil Penelitian	49
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	49
5.1.1 Karakteristik Responden	53
5.1.2 Pola Makan.....	54
5.1.3 Aktivitas Fisik	56
5.1.4 Status Gizi	57
5.2 Pembahasan	60
5.2.1 Karakteristik Responden	60
5.2.2 Pola Makan.....	61
5.2.3 Aktivitas Fisik	63
5.2.4 Status Gizi	64
5.2.5 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi pada Remaja Kelas VIII di MTsN 4 Sidoarjo	66
5.2.6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja Kelas VIII di MTsN 4 Sidoarjo	67
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	70
6.1 Kesimpulan.....	70
6.2 Saran.....	70
6.2.1 Bagi Siswa	70
6.2.2 Bagi Institusi Sekolah.....	71

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	75