

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian	6
1.4.1 Tujuan Umum	6
1.4.2 Tujuan Khusus	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
1.5.1 Bagi Remaja Siswa/i SMA Negeri 12 Surabaya.....	7
1.5.2 Bagi SMA Negeri 12 Surabaya.....	7
1.5.3 Bagi Peneliti	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Temuan Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	8
2.2 Remaja.....	10
2.2.1 Definisi Remaja	10

2.2.2	Karakteristik Fisik Remaja	10
2.2.3	Kebutuhan Zat Gizi Remaja.....	11
2.3	Aktivitas Fisik	14
2.3.1	Definisi Aktivitas Fisik	14
2.3.2	Tingkat Aktivitas Fisik.....	14
2.3.3	Manfaat Aktivitas Fisik.....	15
2.3.4	Cara Pengukuran Aktivitas Fisik.....	17
2.3.5	Contoh Perhitungan Skor Aktivitas Fisik	19
2.4	Obesitas	19
2.4.1	Definisi Obesitas	19
2.4.2	Prevalensi Obesitas Remaja	20
2.4.3	Faktor – Faktor Penyebab Obesitas pada Remaja.....	21
2.5	Status Gizi.....	24
2.5.1	Definisi Status Gizi	24
2.5.2	Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja	25
2.5.3	Metode Pengukuran Konsumsi	27
2.5.4	Klasifikasi Tingkat Konsumsi.....	28
2.5.5	Penilaian Status Gizi dalam Penentuan Obesitas	28
2.6	Kerangka Konseptual Penelitian.....	30
2.6.1	Penjelasan Kerangka Konseptual Penelitian	31
2.6.2	Hipotesis Penelitian.....	31
BAB 3 METODE PENELITIAN.....		32
3.1	Desain Penelitian	32
3.2	Lokasi dan Waktu	32
3.2.1	Waktu Penelitian	32
3.2.2	Lokasi Penelitian	32
3.3	Variabel dan Definisi Operasional.....	32
3.3.1	Variabel Penelitian	32
3.3.1	Definisi Operasional.....	33
3.4	Rancangan Sampel	35
3.5	Alur Penelitian	37

3.6	Pengumpulan Data.....	38
3.6.1	Metode Pengumpulan Data.....	38
3.6.2	Contoh Perhitungan Skor Aktivitas Fisik	38
3.6.3	Teknik Pengumpulan Data	39
3.6.4	Instrumen Penelitian.....	40
3.7	Pengolahan Data dan Analisa Data.....	40
3.7.1	Pengolahan Data.....	40
3.7.2	Analisa Data	41
BAB 4	HASIL	43
4.1	Gambaran Umum Objek.....	43
4.2	Temuan Penelitian.....	46
4.2.1	Karakteristik Responden	46
4.2.2	Tingkat Konsumsi Energi	47
4.2.3	Tingkat Konsumsi Karbohidrat.....	47
4.2.4	Aktivitas Fisik.....	48
4.2.5	Status Gizi	48
4.2.6	Jenis Kelamin dengan Status Gizi.....	49
4.2.7	Tingkat Konsumsi Energi dengan Status Gizi	49
4.2.8	Tingkat Konsumsi Karbohidrat dengan Status Gizi.....	50
4.2.9	Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	51
4.2.10	Tingkat Konsumsi Energi dengan Tingkat Konsumsi Karbohidrat	52
BAB 5	PEMBAHASAN	54
5.1	Karakteristik Responden.....	54
5.2	Ditribusi Gambaran Tingkat Konsumsi Energi Pada Remaja SMAN 12 Surabaya	54
5.3	Distribusi Gambaran Tingkat Konsumsi Karbohidrat Pada Remaja SMAN 12 Surabaya	55
5.4	Distribusi Gambaran Aktivitas Fisik Pada Remaja SMA Negeri 12 Surabaya	55
5.5	Distribusi Gambaran Status Obesitas Pada Remaja SMA Negeri 12 Surabaya	56
5.6	Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Energi dengan Status Obesitas Remaja di SMAN 12 Surabaya	56

5.7	Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Karbohidrat dengan Status Obesitas Remaja di SMAN 12 Surabaya	58
5.8	Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Status Obesitas Remaja di SMAN 12 Surabaya	59
5.9	Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Energi dengan Tingkat Konsumsi Karbohidrat Remaja di SMAN 12 Surabaya	60
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN		62
6.1	Kesimpulan	62
6.2	Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA.....		64
LAMPIRAN		70