

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL DALAM .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSYARATAN GELAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b><i>ABSTRACT</i>.....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar belakang .....	1
1.2 Rumusan masalah.....	3
1.3 Batasan masalah .....	3
1.4 Tujuan penelitian .....	3
1.4.1 Tujuan Umum.....	3
1.4.1 Tujuan Khusus.....	3
1.5 Manfaat Penelitian .....	4
1.5.1 Bagi Peneliti .....	4
1.5.2 Bagi Pihak Sekolah .....	4
1.5.1 Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Surabaya .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	6
2.2 Remaja.....	8
2.2.1 Definisi Remaja.....	8
2.2.2 Tahap perkembangan remaja.....	8
2.2.3 Karakteristik Remaja .....	9

2.2.4	Permasalahan Gizi pada Remaja .....	11
2.2.5	Kebutuhan Gizi Remaja .....	12
2.3.	Status Gizi .....	14
2.3.1	Definisi Status Gizi .....	14
2.3.2	Penilaian status Gizi .....	14
2.3.3	Klasifikasi Status Gizi .....	16
2.2.4	Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi .....	17
2.4	Asupan Makan Remaja .....	19
2.4.1	Definisi Asupan Makan .....	19
2.4.2	Kebutuhan Asupan Zat Gizi Makro .....	19
2.4.3	Zat Gizi Mikro (Fe).....	21
2.4.4	Faktor-Faktor yang mempengaruhi Asupan zat gizi .....	22
2.4.5	Survei Konsumsi Pangan .....	23
2.5	Aktivitas Fisik .....	26
2.5.1	Definisi Aktivitas Fisik .....	26
2.5.2	Jenis-jenis Aktivitas Fisik .....	26
2.5.3	Faktor-Faktor yang mempengaruhi Aktivitas Fisik .....	27
2.5.4	Dampak Aktivitas Fisik .....	28
2.5.5	Cara Pengukuran Aktivitas Fisik.....	29
2.6	Kerangka Konsep .....	30
2.7	Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
3.1	Jenis Penelitian .....	32
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	32
3.2.1	Waktu Penelitian .....	32
3.2.2	Tempat Penelitian.....	32
3.3	Populasi, Sampel, dan Besar Sampel.....	32
3.3.1	Populasi Penelitian .....	32
3.3.2	Sampel Penelitian.....	33
3.3.3	Besar Sampel .....	34
3.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	34
3.4.1	Variabel Penelitian .....	34

3.4.2 Definisi Operasional .....	35
3.5 Alur Penelitian.....	37
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	38
3.6.1 Metode Pengumpulan Data.....	38
3.6.2. Jenis Data .....	38
3.6.3. Instrumen Penelitian .....	38
3.7 Pengolahan Data .....	39
3.8 Analisis Data .....	40
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
4.1 Gambaran Umum Lokasi .....	41
4.2 Hasil Penelitian.....	43
4.2.1. Karakteristik Responden .....	44
4.2.2 Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro (Fe) .....	45
4.2.3 Aktivitas Fisik .....	46
4.2.4 Status Gizi .....	47
4.2.5 Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja MTs Darul Hikam Kabupaten .....	48
4.2.6 Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro (Fe) dengan Status Gizi Remaja MTs Darul Hikam Kabupaten Lamongan.....	50
4.2.7 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja MTs Darul Hikam Kabupaten Lamongan .....	51
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
5.1 Karakteristik Responden.....	52
5.2 Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro (Fe).....	53
5.3 Aktivitas Fisik.....	58
5.4 Status Gizi .....	59
5.5 Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro (Fe) dengan Status Gizi Remaja MTs Darul Hikam Kabupaten Lamongan .....	59
5.6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja MTs Darul Hikam Kabupaten Lamongan .....	63
<b>BAB 6 PENUTUP .....</b>	<b>66</b>
6.1 Kesimpulan.....	66

6.2 Saran.....	67
6.2.1 Bagi Siswa.....	67
6.2.2 Bagi Pihak Sekolah .....	67
6.2.3 Bagi Peneliti .....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>72</b>