

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR SIMBOL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Batasan Masalah	6
1.4 Tujuan	7
1.4.1 Tujuan Umum	7
1.4.2 Tujuan Khusus	7
1.5 Manfaat	7
1.5.1 Manfaat Bagi Siswa SMP Dr. Soetomo	7
1.5.2 Manfaat Bagi Institusi	7
1.5.3 Manfaat Bagi Peneliti.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Hasil Penelitian Terdahulu	9
2.2 Remaja	12
2.2.1 Definisi Remaja	12

2.2.2 Tahap Perkembangan Remaja.....	12
2.2.3 Karakteristik Remaja.....	14
2.2.4 Kebutuhan Gizi Remaja	15
2.2.5 Masalah Gizi pada Remaja	19
2.3 Status Gizi	20
2.3.1 Definisi Status Gizi	20
2.3.2 Metode Penilaian Status Gizi	21
2.3.3 Indeks Massa Tubuh (IMT)	22
2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi.....	23
2.4 Pola Makan.....	26
2.4.1 Definisi Pola Makan.....	26
2.4.2 Komponen Pola Makan	27
2.4.3 Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Remaja	28
2.4.4 Penilaian Pola Makan.....	29
2.4.5 Pola Makan Remaja di Indonesia	30
2.5 Aktivitas Fisik.....	31
2.5.1 Definisi Aktivitas Fisik.....	31
2.5.2 Jenis – Jenis Aktivitas Fisik.....	32
2.5.3 Manfaat Aktivitas Fisik	33
2.5.4 Aspek – Aspek yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	34
2.5.5 Cara Pengukuran Aktivitas Fisik	36
2.5.6 Rekomendasi Aktivitas Fisik untuk Remaja.....	37
2.6 Kerangka Konsep	38
2.7 Penjelasan Kerangka Konsep	38
2.8 Hipotesis Penelitian	39
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	40
3.1 Desain Penelitian	40
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	40
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	40
3.2.2 Waktu Penelitian	40
3.3 Variabel dan Definisi Operasional Variabel	40

3.3.1 Variabel Penelitian	40
3.3.2 Definisi Operasional Variabel.....	41
3.4 Rancangan Sampel	43
3.4.1 Populasi Penelitian.....	43
3.4.2 Sampel Penelitian.....	44
3.4.3 Kriteria Sampel	48
3.5 Alur Penelitian.....	49
3.6 Teknik Pengumpulan Data	49
3.6.1 Jenis Data.....	49
3.6.2 Metode Pengumpulan Data	50
3.6.3 Instrumen Penelitian	50
3.7 Pengolahan dan Analisis Data	50
3.7.1 Pengolahan Data	50
3.7.2 Analisis Data.....	53
BAB 4 HASIL PENELITIAN	54
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	54
4.2 Hasil Penelitian.....	56
4.2.1 Karakteristik Responden	56
4.2.2 Pola Makan.....	58
4.2.3 Aktivitas Fisik.....	61
4.2.4 Status Gizi	62
4.2.5 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi.....	62
4.2.6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	64
BAB 5 PEMBAHASAN	66
5.1 Karakteristik Responden.....	66
5.2 Pola Makan.....	67
5.3 Aktivitas Fisik.....	70
5.4 Status Gizi	72
5.5 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi.....	73
5.6 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	74
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN	76

6.1 Simpulan	76
6.2 Saran	78
6.2.1 Bagi Siswa SMP Dr. Soetomo	78
6.2.2 Bagi Institusi.....	78
6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	85