

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.....	x
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Batasan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.4.1 Tujuan Umum.....	4
1.4.2 Tujuan Khusus.....	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Manfaat Bagi Diri Sendiri	5
1.5.2 Manfaat Bagi Institusi	5
1.5.3 Manfaat Bagi Masyarakat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Hasil Penelitian Terdahulu	6
2.2 Remaja	8
2.2.1 Pengertian Remaja.....	8
2.2.2 Karakteristik Remaja	9

2.2.3	Perilaku Makan Remaja	9
2.2.4	Batasan Umur Pada Remaja	10
2.2.5	Masalah Gizi Pada Remaja.....	11
2.3	Aktivitas Fisik.....	14
2.3.1	Pengertian Aktivitas Fisik	14
2.3.2	Manfaat Aktivitas Fisik Pada Remaja	15
2.3.3	Klasifikasi Aktivitas Fisik Pada Remaja	16
2.3.4	Faktor Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	18
2.4	Status Gizi.....	19
2.4.1	Pengertian Status Gizi	19
2.4.2	Penilaian Status Gizi	20
2.4.3	Dampak Status Gizi.....	22
2.4.4	Pengukuran Penilaian Status Gizi	23
2.4.5	Pengukuran Status Gizi Kategori Ambang Batas Status Gizi	25
2.4.6	Klasifikasi Status Gizi Pada Remaja	27
2.4.7	Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	28
2.5	Asupan Zat Gizi	32
2.5.1	Pengertian Asupan Zat Gizi Pada Remaja	32
2.5.2	Manfaat Asupan Zat Gizi Pada Remaja	32
2.5.3	Faktor Faktor yang Mempengaruhi Asupan Zat Gizi Remaja	33
2.5.4	Sumber Bahan Makanan	34
2.5.5	Angka Kecukupan Gizi Pada Remaja	36
2.6	Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi.....	37
2.7	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	37
2.8	Kerangka Konsep.....	38
2.9	Penjelasan Kerangka Konsep	39
2.10	Hipotesis	39
BAB III	METODE PENELITIAN	40
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	40
3.2.1	Lokasi Penelitian	40
3.2.2	Waktu Penelitian	40
3.3	Definisi Operasional.....	41

3.3.1	Variabel Penelitian	41
3.3.2	Definisi Operasional.....	41
3.4	Rancangan Sampel.....	43
3.4.1	Populasi Penelitian	43
3.4.2	Sampel Penelitian	43
3.5	Alur Penelitian	45
3.6	Pengumpulan Data.....	46
3.6.1	Jenis Data	46
3.6.2	Metode Pengumpulan Data	46
3.6.3	Instrumen Penelitian.....	48
3.7	Pengolahan dan Analisis Data	48
3.7.1	Pengolahan Data.....	48
3.7.2	Analisis Data	49
BAB IV	HASIL PENELITIAN.....	51
4.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	51
4.1.1	Gambar Peta Wilayah.....	52
4.1.2	Letak Geografis	52
4.1.3	Profil Sekolah	53
4.1.4	Visi dan Misi	53
4.1.5	Struktur Organisasi.....	55
4.1.6	Saranan dan Prasarana.....	56
4.1.7	Jumlah Guru di SMP Asa Cendekia Sidoarjo	56
4.1.8	Kelas VII,VIII dan IX	57
4.2	Hasil Penelitian.....	57
4.2.1	Analisis Univariat Karakteristik Responden	57
4.2.1.1	Kelas Responden pada Remaja kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo.....	57
4.2.1.2	Umur Responden pada Remaja kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo.....	58
4.2.1.3	Jenis Kelamin Responden Remaja kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo.....	58
4.2.1.4	Asupan Energi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa	

	Cendekia Sidoarjo	59
4.2.1.5	Asupan Protein Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia	59
4.2.1.6	Asupan Lemak Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	60
4.2.1.7	Asupan Karbohidrat Responden Kelas 7 Dan 8 SMP Asa Cendekia	60
4.2.1.8	Asupan Zinc Responden Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	61
4.2.1.9	Aktivitas Fisik Responden Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia	61
4.2.1.10	Status Gizi Responden Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia	62
4.3	Analisis Bivariat Karakteristik Siswi SMP Asa Cendekia Sidoarjo	62
4.3.1	Tabulasi Silang Antara Energi dengan Status gizi	62
4.3.2	Tabulasi Silang Antara Protein dengan Status gizi	63
4.3.4	Tabulasi Silang Antara Lemak dengan Status gizi.....	64
4.3.5	Tabulasi Silang Antara Karbohidrat dengan Status gizi	65
4.3.6	Tabulasi Silang Antara Zinc dengan Status gizi	66
4.3.7	Tabulasi Silang Antara Aktivitas Fisik dengan Status gizi	67
BAB V	PEMBAHASAN.....	68
5.1	Karakteristik Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	68
5.2	Distribusi Asupan Energi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	69
5.2.1	Distribusi Asupan Protein Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	71
5.2.2	Distribusi Asupan Lemak Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	72
5.2.3	Distribusi Asupan Karbohidrat Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	74

5.2.4	Distribusi Asupan Zinc Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	75
5.3	Distribusi Aktivitas Fisik Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	76
5.4	Distribusi Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	77
5.5	Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo.....	79
5.5.1	Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	80
5.5.2	Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	82
5.5.3	Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	84
5.5.4	Hubungan Asupan Zinc dengan Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	85
5.6	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja Kelas 7 dan 8 SMP Asa Cendekia Sidoarjo	87
BAB VI	SIMPULAN DAN SARAN.....	89
6.1	Simpulan	89
6.2	Saran	90
DAFTAR PUSTAKA		92
LAMPIRAN		98