

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	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Batasan Masalah	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.4.1 Tujuan Umum	5
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5 Manfaat Penelitian	6
1.5.1 Bagi Responden	6
1.5.2 Bagi Sekolah	6
1.5.2 Bagi Peneliti.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	7

2.2 Remaja	15
2.2.1 Definisi Remaja	15
2.2.2 Tahapan Pertumbuhan serta Perkembangan Remaja	16
2.2.3 Kebutuhan Zat Gizi Remaja.....	17
2.3 Masalah Gizi di remaja	19
2.3.1 Gizi Kurang.....	19
2.3.2 Gizi Lebih	19
2.3.3 Obesitas.....	20
2.4 Kebiasaan Sarapan	20
2.4.1 Definisi Sarapan.....	20
2.4.2 Manfaat Sarapan	21
2.4.3 Dampak Meninggalkan Sarapan	23
2.4.4 Faktor yang Memberi pengaruh Kebiasaan Sarapan	24
2.5 Aktivitas Fisik	25
2.5.1 Definisi Aktivitas Fisik	25
2.5.2 Manfaat Aktivitas Fisik.....	26
2.5.3 Faktor yang Memberi pengaruh Aktivitas Fisik	26
2.5.4 Jenis Aktivitas Fisik	27
2.5.5 Pengukuran Aktivitas Fisik	29
2.6 Status Gizi	30
2.6.1 Definisi Status Gizi	30
2.6.2 Penilaian Status Gizi	30
2.6.3 Indeks Antropometri	32
2.7 Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi	32
2.8 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	33
2.9 Kerangka Konsep.....	34

2.10 Penjelasan.....	35
2.11 Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Desain Penelitian.....	36
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	36
3.2.2 Waktu Penelitian	36
3.3 Variabel dan Definisi Penelitian.....	36
3.3.1 Variabel Bebas.....	36
3.3.2 Variabel Terikat	36
3.3.3 Definisi Operasional	37
3.4 Rancangan Sampel.....	38
3.4.1 Populasi Penelitian.....	38
3.4.2 Sampel Penelitian.....	38
3.4.3 Teknik Pengambil Sampel	39
3.5 Alur Penelitian.....	41
3.6 Teknik Pengumpulan Data	41
3.7 Instrumen Penelitian	42
3.8 Teknik Pengolahan Data	42
3.9 Analisis Data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	45
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	45
4.1.1 Lokasi Penelitian.....	45
4.1.2 Visi serta Misi	46
4.1.3 Jumlah Siswa	47
4.1.4 Sarana serta Prasarana.....	47

4.2 Hasil Penelitian	49
4.2.1 Karakteristik Usia Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Surabaya	49
4.2.2 Karakteristik Jenis Kelamin Kelas VIII SMP Negeri 6 Surabaya .	49
4.2.3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Sarapan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Surabaya	50
4.2.4 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Surabaya	50
4.2.5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Surabaya	50
4.2.6 Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Status Gizi	51
4.2.7 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	52
BAB V PEMBAHASAN	54
5.1 Karakteristik partisipan	54
5.1.1 Usia	54
5.1.2 Jenis kelamin.....	55
5.1.3 Kebiasaan Sarapan.....	55
5.1.4 Aktivitas Fisik	57
5.1.5 Status Gizi.....	59
5.1.7 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi	64
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	68
6.1 Kesimpulan	68
6.2 Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74