

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GRAFIK	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
INTISARI	xi
ABSTRACT	xii
BAB I	1
I.1 LATAR BELAKANG.....	1
I.2 PERUMUSAN MASALAH.....	4
I.3 TUJUAN PENELITIAN.....	5
I.4 KEASLIAN PENELITIAN.....	5
I.5 MANFAAT PENELITIAN.....	7
BAB II	9
II.1 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1.1 Aktivitas Fisik.....	9
II.1.2 Somatotipe	13
II.1.3 Indeks massa badan (IMB)	16
II.1.4 Remaja	18
II.1.5 SMA Taruna Nusantara (Boarding School)	21
II.2 LANDASAN TEORI.....	23
II.3 KERANGKA TEORI.....	25
II.4 KERANGKA KONSEP.....	26
II.5 HIPOTESIS.....	26
BAB III	28
III.1 DESAIN PENELITIAN.....	28
III.2 POPULASI DAN SUBYEK PENELITIAN.....	28
III.3 ALAT DAN BAHAN.....	29
III.4 PROSEDUR PELAKSANAAN.....	30
III.5 VARIABEL PENELITIAN.....	32

III.6 ANALISIS DATA.....	36
BAB IV	37
IV.1 HASIL.....	37
IV.1.1 Karakteristik subyek berdasarkan jenis kelamin ...	37
IV.1.2 Karakteristik subyek antar kelompok usia	41
IV.1.3 Hubungan aktivitas fisik terhadap komponen somatotipe	46
IV.1.4 Hubungan aktivitas fisik terhadap indeks massa badan	49
IV.2 PEMBAHASAN.....	51
IV.2.1 Karakteristik subyek berdasarkan jenis kelamin ...	51
IV.2.2 Karakteristik subyek antar kelompok usia	54
IV.2.3 Hubungan aktivitas fisik terhadap komponen somatotipe	58
IV.2.4 Hubungan aktivitas fisik terhadap indeks massa badan	64
BAB V	69
V.1 KESIMPULAN.....	69
V.2 SARAN.....	70
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Kategori Aktivitas Fisik berdasarkan International Physical Activity Questionnaire (IPAQ).....	12
Tabel 2.	Kategori Indeks Massa Badan/ <i>Body Mass Index</i> Penduduk Asia Dewasa (IOTF,WHO 2000).....	18
Tabel 3.	Rerata dan Standar Deviasi (SD) ukuran antropometri pada remaja laki-laki dan perempuan usia 15-18 tahun siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	38
Tabel 4.	Rerata dan Standar Deviasi (SD) variabel penelitian pada remaja laki-laki dan perempuan usia 15-18 tahun siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	38
Tabel 5.	Jumlah dan proporsi aktivitas fisik pada remaja laki-laki dan perempuan siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	42
Tabel 6.	Proporsi Indeks Massa Badan pada remaja laki-laki dan perempuan siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	43
Tabel 7.	Hasi analisis nilai komponen somatotipe remaja laki-laki dan perempuan antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	45
Tabel 8.	Hubungan aktivitas fisik dengan nilai komponen somatotipe endomorfi, mesomorfi dan ektomorfi siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	46
Tabel 9.	Rerata nilai komponen somatotipe berdasarkan aktivitas fisik siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	47
Tabel 10.	Hubungan aktivitas fisik dengan komponen somatotipe antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	48
Tabel 11.	Hubungan aktivitas fisik dengan komponen somatotipe berdasarkan jenis kelamin siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	48
Tabel 12.	Hubungan aktivitas fisik dengan indeks massa badan antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	50
Tabel 13.	Hubungan aktivitas fisik dengan indeks massa badan berdasarkan jenis kelamin siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....	50

DAFTAR GRAFIK

- Grafik 1. Proporsi aktivitas fisik *moderate* dan tinggi pada remaja laki-laki dan perempuan antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....42
- Grafik 2. Proporsi indeks massa badan remaja laki-laki antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....44
- Grafik 3. Proporsi indeks massa badan remaja perempuan antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....43
- Grafik 4. Rerata nilai endomorfi, mesomorfi dan ektomorfi pada remaja laki-laki dan perempuan antar kelompok usia siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....45
- Grafik 5. Jumlah subyek penelitian berdasarkan indeks massa badan serta aktivitas fisik *moderate* dan tinggi siswa SMA Taruna Nusantara Magelang.....51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Ethical Clearance.....	76
Lampiran 2.Hasil uji beda antara jenis kelamin dengan ukuran antropometri dan variabel penelitian.....	77
Lampiran3.Hasil uji beda antarkelompok usia dengan variabel penelitian.....	79
Lampiran 4.Hasil uji normalitas nilai endomorfi, mesomorfi dan ektomorfi.....	81
Lampiran 5.Hasil uji hubungan antarvariabel.....	82
Lampiran 6.KUISIONER PENELITIAN.....	85