

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	II
HALAMAN PERNYATAAN	III
KATA PENGANTAR	IV
HALAMAN PERSEMBAHAN	VI
DAFTAR ISI	VIII
DAFTAR GAMBAR	X
DAFTAR TABEL	XI
DAFTAR LAMPIRAN	XII
INTISARI	XIII
ABSTRACT	XIV
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Telaah Pustaka	11
1. Remaja	11
1.1 Definisi Remaja	11
1.2 Karakteristik Remaja.....	13
2. Status Gizi	14
2.1 Definisi Status Gizi.....	14
2.2 Status Gizi Remaja	14
2.3 Penilaian Status Giz	20
2.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi	27
3. Konsumsi Makanan	29
3.1 Sarapan.....	29
a. Definisi sarapan.....	29
b. Manfaat Sarapan adalah.....	32
c. Sarapan Terhadap Status Gizi.....	36
3.2 Jumlah Makan Malam.....	37
4. Aktivitas Fisik.....	39
4.1 Definisi Aktivitas Fisik	39
4.2 Jenis – Jenis Aktivitas Fisik Remaja	40
4.3 Manfaat Aktivitas Fisik	41
4.4 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	42

4.5	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	43
4.6	Penilaian Aktivitas Fisik	45
B.	Kerangka Teori dan Kerangka Konsep.....	51
1.	Kerangka Teoritis.....	51
2.	Kerangka Konsep	52
3.	Hipotesis.....	52
BAB III	METODE PENELITIAN	53
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian	53
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian	53
C.	Populasi dan Subjek Penelitian	54
D.	Teknik Pengambilan Sampel.....	55
E.	Variabel Penelitian	56
F.	Alat Penelitian	56
G.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data	57
H.	Defenisi Operasional Penelitian	58
I.	Manajemen dan Analisa Data	60
J.	Jalannya Penelitian	61
K.	Etika Penelitian	63
L.	Keterbatasan Penelitian	63
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	65
A.	Hasil Penelitian	65
1.	Gambaran Umum SMA N 11 Yogyakarta	65
2.	Karakteristik Responden.....	66
3.	Variabel Utama yang diteliti	67
4.	Hubungan Sarapan, Aktivitas Fisik dan Makan Malam dengan Status gizi	68
B.	Pembahasan	69
1.	Hubungan Sarapan dengan Status Gizi.....	69
2.	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Remaja.....	71
3.	Hubungan Makan Malam dengan Status Gizi	73
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	76
A.	Kesimpulan	76
B.	Saran	76
	DAFTAR PUSTAKA.....	77
	LAMPIRAN.....	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	51
Gambar 2. Kerangka Konsep	52
Gambar 3. Diagram Alir Penentuan Lokasi Penelitian	53
Gambar 4. Alur Pengambilan Sampel.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	8
Tabel 2. Klasifikasi Indeks Massa Tubuh	22
Tabel 3. Kategori Tingkatan Aktivitas Fisik.....	40
Tabel 4. Metode Pengukuran Aktivitas Fisik	47
Tabel 5. Defenisi Operasional Penelitian	59
Tabel 6. Jenis Data Dan Uji Hipotesis Yang Digunakan Dalam Hubungan Antar Variabel Pada Analisis Bivariat	61
Tabel 7. Karakteristik Responden	66
Tabel 8. Variabel Utama Yang Diteliti	67
Tabel 9. Hubungan Sarapan, Aktivitas Fisik Dan Makan Malam Dengan Status Gizi	68

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Lembar Penjelasan Kepada Calon Subjek Penelitian	88
Lampiran 2.	Lembar Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	90
Lampiran 3.	Lembar Kuesioner Karakteristik	91
Lampiran 4.	Kuesioner Kebiasaan Sarapan Dan Makan Malam	93
Lampiran 5.	Formulir <i>Food Recall-24 Jam</i>	94
Lampiran 6.	Kuesioner IPAQ	96
Lampiran 7.	Standar Operasional Prosedur	99
	A. Penimbangan Berat Badan.....	99
	B. Pengukuran Tinggi Badan	99
	C. <i>Food Recall 24 jam</i>	100
	D. <i>International Physical Activity Questionnaire</i>	100
Lampiran 8.	Bahan Makanan Penukar.....	101
Lampiran 9.	Angka Kecukupan Gizi.....	106
Lampiran 10.	Standar Indeks Massa Tubuh Menurut Umur (IMT/U)	107
Lampiran 11.	Ethics Committee Approval	111
Lampiran 12.	Surat Izin Dinas Perizinan.....	112
Lampiran 13.	Hasil Kalibrasi Timbangan	113
Lampiran 14.	Hasil Uji Statistik Hubungan Sarapan, Makan Malam, Aktivitas Fisik Dengan Status Gizi	114
Lampiran 15.	Dokumentasi Penelitian	116