

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	v
SURAT LOLOS KAJI ETIK.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Rumusan Masalah	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.5.1 Tujuan Umum.....	5
1.5.2 Tujuan Khusus	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	5
1.7 Keterbaruan Penelitian	7
BAB II.....	19
2.1 Status Gizi	19
2.1.1 Definisi Status Gizi.....	19

2.1.2 Penilaian Status Gizi.....	20
2.2 Persen Lemak Tubuh.....	21
2.2.1 Definisi Persen Lemak Tubuh	21
2.2.2 Persentase Lemak Tubuh.....	21
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Persen Lemak Tubuh.....	22
2.3 Otot.....	23
2.3.1 Definisi Otot	23
2.3.2 Persentase Otot	24
2.3.3 Fungsi Otot	24
2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Persen Otot.....	25
2.4 Citra Tubuh.....	26
2.4.1 Definisi Citra Tubuh.....	26
2.4.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Citra Tubuh.....	26
2.4.3 Aspek-Aspek Citra Tubuh	27
2.4.4 Penilaian Citra Tubuh	28
2.4.5 Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi	29
2.5 Aktivitas Fisik	29
2.5.1 Definisi Aktivitas Fisik.....	29
2.5.2 Klasifikasi Aktivitas Fisik	30
2.5.3 Manfaat Aktivitas Fisik	30
2.5.4 Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik	30
2.5.5 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	31
2.6 Pengetahuan Gizi Seimbang.....	32
2.6.1 Definisi Pengetahuan Gizi Seimbang	32
2.6.2 Akibat Pengetahuan Gizi Seimbang yang Buruk	32
2.6.3 Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi	33

2.7 Kerangka Teori.....	33
2.8 Kerangka Konsep.....	34
2.9 Hipotesis.....	35
BAB III.....	36
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
3.2 Jenis dan Desain Penelitian.....	36
3.3 Populasi dan Sampel.....	36
3.3.1 Populasi.....	36
3.3.2 Sampel.....	36
3.3.3 Perhitungan Sampel.....	37
3.4 Instrumen Penelitian.....	38
3.5 Pengukuran.....	42
3.6 Jenis Data.....	42
3.6.1 Data Primer.....	42
3.6.2 Data Sekunder.....	43
3.7 Definisi Konseptual.....	43
3.8 Definisi Operasional.....	44
3.9 Pengolahan dan Analisis Data.....	47
3.10 Analisis Data.....	48
3.11 Organisasi Penelitian.....	49
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	51
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	51
4.2 Analisis Univariat.....	51
4.2.1 Karakteristik Responden.....	51
4.2.2 Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang.....	52
4.2.3 Indeks Massa Tubuh (IMT).....	53

4.2.4	Persen Lemak Tubuh	54
4.2.5	Persen Otot.....	54
4.3	Analisis Bivariat	55
4.3.1	Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan IMT Mahasiswa Universitas Esa Unggul.....	55
4.3.2	Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Persen Lemak Tubuh Mahasiswa Universitas Esa Unggul	56
4.3.3	Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Persen Otot Mahasiswa Universitas Esa Unggul	57
BAB V PEMBAHASAN		59
5.1	Karakteristik Responden	59
5.1.1	Usia	59
5.1.2	Jenis Kelamin.....	59
5.1.3	Tempat Tinggal.....	60
5.2	Citra Tubuh.....	61
5.3	Aktivitas Fisik	62
5.4	Pengetahuan Gizi Seimbang.....	63
5.5	Status Gizi	64
5.6	Hubungan Citra Tubuh dengan Status Gizi Mahasiswa Universitas Esa Unggul	65
5.7	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa Universitas Esa Unggul	67
5.8	Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Status Gizi Mahasiswa Universitas Esa Unggul	68
5.9	Keterbatasan Penelitian	69
BAB VI PENUTUP		70

6.1 Kesimpulan.....	70
6.2 Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	71
LAMPIRAN.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keterbaruan Penelitian	7
Tabel 2. 1 Klasifikasi Status Gizi berdasarkan IMT	21
Tabel 2. 2 Standar Persen Lemak Tubuh Laki-laki dan Perempuan Usia 19 tahun dan 20-24 tahun.....	22
Tabel 2. 3 Kategori Persen Otot.....	24
Tabel 4. 1 Karakteristik Mahasiswa Universitas Esa Unggul.....	52
Tabel 4. 2 Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang	53
Tabel 4. 3 Frekuensi Status Gizi berdasarkan IMT Mahasiswa Universitas Esa Unggul.....	53
Tabel 4. 4 Frekuensi Persen Lemak Tubuh Mahasiswa Universitas Esa Unggul.	54
Tabel 4. 5 Frekuensi Persen Otot Mahasiswa Universitas Esa Unggul	54
Tabel 4. 6 Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan IMT Mahasiswa Universitas Esa Unggul.....	56
Tabel 4. 7 Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Persen Lemak Tubuh Mahasiswa Universitas Esa Unggul.....	57
Tabel 4. 8 Hubungan Citra Tubuh, Aktivitas Fisik, dan Pengetahuan Gizi Seimbang dengan Persen Otot Mahasiswa Universitas Esa Unggul	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	81
Lampiran 2	83
Lampiran 3	84
Lampiran 4	91
Lampiran 5	92
Lampiran 6	94
Lampiran 7	102
Lampiran 8	103