

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
RIWAYAT HIDUP PENULIS	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR GRAFIK	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Perumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.5.1 Tujuan Umum	7
1.5.1 Tujuan Khusus	7
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Bagi Penulis	8
1.6.2 Bagi Pihak Sekolah dan Orang Tua	8

1.6.3	Bagi Ilmu-Ilmu Kesehatan	8
-------	--------------------------------	---

BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS

2.1	Kerangka Teori	9
2.1.1	Kebugaran Jasmani	9
2.1.2	Anak Sekolah	15
2.1.3	Status Gizi	19
2.1.4	Asupan Zat Gizi	22
2.1.5	Aktivitas Fisik	27
2.2	Kerangka Berfikir	30
2.3	Kerangka Konsep	32
2.4	Hipotesis	33

BAB III METODE PENELITIAN

3.1	Tempat dan Waktu Penelitian	35
3.2	Desain Penelitian	35
3.3	Teknik Pengumpulan Data	35
3.4	Pengolahan dan Analisis Data	35
3.5	Teknik Pengumpulan Sampel	42
3.6	Instrumen Penelitian	44
3.7	Analisis Data	44

BAB IV HASIL PENELITIAN

4.1	Gambaran Umum Sekolah	47
4.2	Deskripsi Data	49
4.2.1	Analisi Univariat	49
1.	Kebugaran	49

2. Umur	50
3. Jenis Kelamin	51
4. Status Gizi	52
5. Asupan Zat Gizi Makro, Serat	52
6. Aktivitas Fisik	57
4.2.2 Analisis Bivariat	58
1. Hubungan Umur dengan kebugaran	58
2. Hubungan Jenis Kelamin dengan kebugaran	58
3. Hubungan Status Gizi dengan kebugaran	60
4. Hubungan Asupan Energi dengan kebugaran	60
5. Hubungan Asupan Protein dengan kebugaran	61
6. Hubungan Asupan Lemak dengan kebugaran	62
7. Hubungan Asupan KH dengan kebugaran	64
8. Hubungan Asupan Serat dengan kebugaran	65
9. Hubungan Aktivitas Fisik dengan kebugaran	66

BAB V PEMBAHASAN

5.1 Analisis Univariat	67
A. Deskripsi Data	67
1. Kebugaran	67
2. Jenis Kelamin	68
3. Umur	69
4. Status Gizi	70
5. Asupan Energi	71
6. Asupan Protein	72

7. Asupan Lemak	72
8. Asupan Karbohidrat	73
9. Asupan Serat	74
10. Aktivitas Fisik	76
5.2 Analisis Bivariat	77
1. Hubungan Umur dengan kebugaran	77
2. Hubungan Jenis Kelamin dengan kebugaran	78
3. Hubungan Status Gizi dengan kebugaran	80
4. Hubungan Asupan Energi dengan kebugaran	82
5. Hubungan Asupan Protein dengan kebugaran	83
6. Hubungan Asupan Lemak dengan kebugaran.....	85
7. Hubungan Asupan KH dengan kebugaran	87
8. Hubungan Asupan Serat dengan kebugaran	88
9. Hubungan Aktivitas Fisik dengan kebugaran	89
5.3 Keterbatasan Penelitian	91

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan	92
6.2 Saran	94

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN