

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI.....	iii
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN BUKAN PLAGIAT	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG	1
B. IDENTIFIKASI MASALAH.....	5
C. PEMBatasan MASALAH.....	6
D. RUMUSAN MASALAH.....	6
E. TUJUAN PENELITIAN.....	6
1. TUJUAN UMUM	6
2. TUJUAN KHUSUS	6
F. MANFAAT PENELITIAN.....	7
1. BAGI INSTITUSI PENDIDIKAN	7

2. BAGI RESPONDEN	7
3. BAGI PENELITI	8

BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS

A. DESKRIPSI TEORITIS	9
1. STATUS GIZI.....	9
2. PENILAIAN STATUS GIZI	10
3. ANTROPOMETRI	10
4. INEKDS MASSA TUBUH MENURUT USIA (IMT/U)	11
5. ASUPAN ZAT GIZI MAKRO	12
a. ENERGI	13
b. KARBOHIDRAT	13
c. PROTEIN	15
d. LEMAK	16
B. KERANGKA BERPIKIR	28
C. KERANGKA KONSEP.....	29
D. HIPOTESIS	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN.....	31
B. JENIS PENELITIAN	31
C. POPULASI DAN SAMPEL	31
1. POPULASI.....	31
2. SAMPEL.....	31

3. BESAR SAMPEL	32
D. TEKNIK PENGAMBILAN SAMPEL	32
E. INSTRUMEN PENELITIAN	32
1. VARIABEL PENELITIAN	33
2. DEFINISI KONSEPTUAL	33
3. DEFINISI OPERASIONAL	36
4. DATA YANG DIKUMPULKAN	38
a. DATA PRIMER	38
b. DATA SEKUNDER	39
5. INSTRUMEN PENELITIAN	39
6. PENGOLAHAN DATA	40
F. TEKNIS ANALISA DATA	43
1. ANALISA UNIVARIAT	43
2. ANALISA BIVARIAT	43

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. GAMBARAN UMUM	46
B. DESKRIPSI DATA	47
1. ANALISA UNIVARIAT	47
a. USIA	50
b. STATUS GIZI (IMT/U).....	51
c. ASUPAN ENERGI.....	51
d. ASUPAN KARBOHIDRAT.....	52

e. ASUPAN PROTEIN.....	52
f. ASUPAN LEMAK	53
g. AKTIFITAS FISIK.....	53
h. TINGKAT KEBUGARAN.....	54
2. ANALISA BIVARIAT	55
a. HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN	55
b. HUBUNGAN ASUPAN ENERGI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN.....	56
c. HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT DENGAN TINGKAT KEBUGARAN.....	56
d. HUBUNGAN ASUPAN PROTEIN DENGAN TINGKAT KEBUGARAN.....	57
e. HUBUNGAN ASUPAN LEMAK DENGAN TINGKAT KEBUGARAN.....	58
f. HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN TINGKAT KEBUGARAN.....	59

BAB V PEMBAHASAN

A. UMUR.....	61
B. STATUS GIZI BERDASARKAN IMT/U	62
C. ASUPAN ENERGI.....	63
D. ASUPAN KARBOHIDRAT.....	65

E. ASUPAN PPROTEIN.....	67
F. ASUPAN LEMAK	68
G. AKTIFITAS FISIK.....	69
H. TINGKAT KEBUGARAN.....	70
I. HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI TERHADAP KEBUGARAN.....	70
J. HUBUNGAN ANTARA ASUPAN ENERGI TERHADAP KEBUGARAN	71
K. HUBUNGAN ANTARA ASUPAN KARBOHIDRAT TERHADAP KEBUGARAN.....	72
L. HUBUNGAN ANTARA ASUPAN PROTEIN TERHADAP KEBUGARAN	73
M. HUBUNGAN ANTARA ASUPAN LEMAK TERHADAP KEBUGARAN	74
N. HUBUNGAN ANTARA AKTIFITAS FISIK TERADAP KEBUGARAN	75
O. KETERBATASAN PENELITIAN.....	76
 BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
A. KESIMPULAN.....	80
B. SARAN	81
 DAFTAR PUSTAKA	83
LAMPIRAN.....	95