

## DAFTAR ISI

Nomor	Halaman
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5
1.4 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
1.5 Manfaat penelitian .....	5
1.5.1 Bagi Peneliti .....	5
1.5.2 Bagi Poltekkes Bandung Jurusan Gizi.....	5
1.5.3 Bagi Siswa SMP .....	6
1.5.4 Bagi Lokasi Penelitian .....	6
1.6 Keterbatasan Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1 Remaja .....	7
2.2 Daya Tahan ( <i>endurance</i> ).....	8
2.2.1 Daya Tahan Otot .....	9
2.2.2 Daya Tahan Jantung Paru.....	10
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Daya Tahan ( <i>endurance</i> ) .....	11
2.3 Tes Pengukuran Daya Tahan ( <i>endurance</i> ).....	14
2.3.1 Alat dan Fasilitas: .....	14
2.3.2 Pelaksanaan:.....	14
2.3.3 Hasil dan Penilaian:.....	15

2.4	Asupan Energi .....	16
2.4.1	Klasifikasi Asupan Energi .....	17
2.4.2	Metabolisme Energi Berasal dari Zat Gizi Makro .....	19
2.5	Asupan Energi Sarapan Pagi .....	21
2.5.1	Manfaat asupan energi Sarapan pagi.....	21
2.5.2	Akibat Tidak Sarapan Pagi .....	22
2.6	Status Gizi .....	22
2.7	Hubungan Asupan Energi Sarapan Pagi dengan Daya Tahan.....	23
2.8	Hubungan Status Gizi dengan Daya Tahan .....	24
2.9	Survei Konsumsi Pangan .....	25
2.9.1	Metode <i>Recall</i> .....	28
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL .....</b>		<b>31</b>
3.1	Kerangka Konsep .....	31
3.2	Definisi Operasional.....	32
3.2.1	Asupan Energi Sarapan Pagi .....	32
3.2.2	Status Gizi .....	32
3.2.3	Daya tahan ( <i>endurance</i> ).....	33
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>		<b>34</b>
4.1	Desain Penelitian.....	34
4.2	Waktu dan Tempat .....	34
4.3	Populasi dan Sampel.....	34
4.3.1	Populasi.....	34
4.3.2	Sampel .....	34
4.3.3	Cara Pengambilan Sampel.....	35
4.4	Instrumen Penelitian .....	36
4.5	Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....	37
4.5.1	Jenis Data .....	37
4.5.2	Cara Pengumpulan Data .....	37
4.6	Pengolahan dan Analisa Data .....	41
4.6.1	Pengolahan data .....	41
4.6.2	Analisa data.....	42

<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
5.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	43
5.2 Gambaran Umum Sampel .....	43
5.2.1 Usia Sampel .....	44
5.2.2 Jenis Kelamin .....	45
5.3 Analisa Univariat.....	46
5.3.1 Asupan Energi Sarapan Pagi .....	46
5.3.2 Status Gizi .....	47
5.3.3 Daya Tahan ( <i>endurance</i> ).....	49
5.4 Analisa Bivariat.....	51
5.4.1 Gambaran Asupan Energi Sarapan Pagi dengan Daya Tahan ( <i>endurance</i> ).....	51
5.4.2 Gambaran Status Gizi dengan Daya Tahan ( <i>endurance</i> ).....	53
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>56</b>
6.1 Simpulan.....	56
6.2 Saran .....	56