

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xiii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	3
1.3 Rumusan Masalah .....	3
1.4 Tujuan Penelitian .....	4
1.4.1 Tujuan Umum .....	4
1.4.2 Tujuan Khusus .....	4
1.5 Manfaat Penelitian .....	4
1.5.1 Bagi Masyarakat (Mahasiswi dan Keluarga) .....	4
1.5.2 Bagi Instansi Pendidikan .....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	6
2.1. Remaja .....	6
2.1.1 Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja .....	7
2.1.2 Perkembangan Psikososial .....	9
2.1.3 Perilaku Makan Pada Remaja .....	10
2.2 Status Gizi .....	11
2.2.1 Pengertian Status Gizi .....	11
2.2.2 Gizi Baik .....	12
2.2.3 Gizi Kurang .....	12
2.3 Penentuan Status Gizi .....	13
2.3.1 Pengukuran Lingkar Lengan Atas .....	13
2.3.2 Metode Frekuensi Makan ( <i>food frequency</i> ) .....	17
2.4 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Status Gizi .....	18
2.4.1 Pengetahuan Gizi .....	18
2.4.2 Uang Jajan .....	19
2.4.3 Tingkat Pendidikan Orang Tua .....	20
2.4.4 Pola Makan .....	20
2.4.5 Asupan Makanan .....	22
2.5 Kekurangan Energi Kronik (KEK) .....	28
2.5.1 Pengertian .....	28
2.5.2 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi .....	28
2.5.3 Pathogenesis .....	31
2.5.4 Tanda Dan Gejala .....	31
2.5.5 Pengaruh KEK .....	32
2.5.6 Mendeteksi Dini Kurang Energi Kronik (KEK) .....	32
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP</b> .....	33
3.1. Kerangka Konsep .....	33

3.2. Hipotesis Penelitian .....	34
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN</b> .....	35
4.1. Jenis Penelitian .....	35
4.2. Waktu dan Tempat Penelitian .....	35
4.3. Populasi dan Sampel Penelitian .....	35
4.3.1. Populasi Penelitian .....	35
4.3.2. Sampel Penelitian .....	35
4.4. Variable Penelitian dan Definisi Operasional .....	37
4.4.1. Variable Penelitian .....	37
4.4.2. Definisi Operasional .....	38
4.5. Teknik Pengumpulan Data .....	42
4.5.1. Data Primer .....	42
4.5.2. Data Sekunder .....	42
4.6. Instrumen Penelitian .....	43
4.7. Pengolahan Data .....	43
4.8. Teknik Analisis Data .....	44
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....	45
5.1 Hasil Penelitian .....	45
5.1.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	45
5.1.2 Karakteristik Responden .....	46
5.1.3 Status Gizi .....	47
5.1.4 Asupan Gizi .....	47
5.1.5 Tingkat Konsumsi .....	51
5.1.6 Pola Makan .....	54
5.1.7 Hubungan Antara Asupan Makan dengan Status Gizi .....	57
5.1.8 Hubungan Antara Pola Makan dengan Status Gizi .....	59
5.2 Pembahasan .....	61
5.2.1 Karakteristik Responden .....	61
5.2.2 Status gizi .....	62
5.2.3 Asupan Gizi .....	64
5.2.4 Tingkat Konsumsi .....	68
5.2.5 Pola Makan .....	71
5.2.6 Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi .....	72
5.2.7 Hubungan Asupan Protein dengan Status Gizi .....	74
5.2.8 Hubungan Asupan Lemak dengan Status Gizi .....	75
5.2.9 Hubungan Asupan Karbohidrat dengan Status Gizi .....	76
5.2.10 Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi .....	77
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	79
6.1 Kesimpulan .....	79
6.2 Saran .....	81
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	82

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kebutuhan Energi Remaja (11-21) Tahun.....	24
Tabel 2.2 Kebutuhan Protein Remaja (11-21 Tahun).....	25
Tabel 2.3 Kebutuhan Karbohidrat Remaja (11-21 Tahun).....	26
Tabel 2.4 Kebutuhan Lemak Remaja (11-21 Tahun).....	28
Tabel 4.1 Definisi Operasional .....	38
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015.....	46
Tabel 5.2 Distribusi Frkuensi Responden Menurut Status Gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	47
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Energi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	48
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Protein pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	49
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Lemak pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	50
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Karbohidrat pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015.....	50
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Konsumsi Energi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	51
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Konsumsi Protein pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	52
Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Konsumsi Lemak pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015.....	53
Tabel 5.10 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Konsumsi Karbohidrat pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015.....	54
Tabel 5.11 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan (frekuensi) pada Mahasiswa Jurusan Gizi tahun 2015.....	55
Tabel 5.12 Distribusi Responden Menurut Pola Makan (jenis bahan makanan) pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015.....	56
Tabel 5.13 Hubungan Antara Asupan Energi dan Status Gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	57
Tabel 5.14 Hubungan Asupan Protein dan Antara Status Gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	58
Tabel 5.15 Hubungan Antara Asupan Lemak dan Status Gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	58
Tabel 5.16 Hubungan Antara Asupan Karbohidrat dan Status Gizi pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015 .....	59
Tabel 5.17 Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan pada Mahasiswa Jurusan Gizi Tahun 2015.....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Kerangka Konsep .....	33
-----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Lembar Permintaan Menjadi Responden .....	85
Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Untuk Menjadi Responden Penelitian.....	86
Lampiran 3 : Kuesioner Semi Quantitatif-Food Frequency Questionnaire.....	87
Lampiran 4 : Hasil Uji SPSS .....	91
Lampiran 5 : Tabel Rekapitulasi Hasil Penelitian.....	92

## DAFTAR SINGKATAN

KEK	: Kekurangan Energi Kronik
WUS	: Wanita Usia Subur
PUS	: Pasangan Usia Subur
LILA	: Lingkar Lengan Atas
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
SDKI	: Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia
BBLR	: Berat Bayi Lahir Rendah
KEP	: Kurang Energi Protein
AKG	: Angka Kebutuhan Gizi
Badan Litbangkes	: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
WNPG	: Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi
Kg	: Kilogram
Cm	: Centimeter
SQ-FFQ	: <i>Semi Quantitative – Food Frequency Questionnaire</i>
PUGS	: Pedoman Umum Gizi Seimbang
TKPI	: Tabel Komposisi Pangan Indonesia