

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	2
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Peneliti	5
1.4.2 Bagi Institusi.....	5
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA”	6
2.1 Asupan Protein.....	6
2.1.1 Protein	6
2.1.2 Fungsi Protein.....	6
2.1.3 Tingkat Kecukupan Protein.....	8
2.1.3 Sumber Protein.....	8
2.1.5 Dampak Kekurangan Protein	9
2.2 Asupan Zat Besi	9
2.2.1 Zat Besi	9
2.2.2 Fungsi Zat Besi.....	10
2.2.3 Metabolisme Zat Besi.....	11
2.2.4 Angka Kecukupan Zat Besi.....	14
2.2.5 Sumber Zat Besi	14
2.2.5 Dampak Kekurangan Zat Besi	15
2.3 Asupan Vitamin C.....	15
2.3.1 Vitamin C	15
2.3.2 Fungsi Vitamin C	15
2.3.3 Angka Kecukupan Vitamin C	17
2.3.4 Sumber Vitamin C.....	17
2.3.5 Dampak Kekurangan Vitamin C.....	17
2.4 Remajaa.....	18
2.4.1 Definsi Remaja	18
2.4.2 Karateristik Remaja	19
2.4.3 Kesehatan Remaja	20

2.4.4	Kebiasaan Makan Remaja	20
2.5	Tingkat Konsumsi	21
2.5.1	Metode Survei Konsumsi Makanan Berdasarkan Pengguna	21
2.5.2	Tingkat Individu	22
2.5.3	Hal-hal yang Berpengaruh terhadap Konsumsi Makanan.....	26
BAB 3	KERANGKA KONSEP	29
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian	29
3.2	Penjelasan Kerangka Konseptual.....	30
BAB 4	METODE PENELITIAN.....	31
4.1	Jenis Penelitian	31
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
4.2.1	Waktu Penelitian	31
4.2.2	Tempat Penelitian.....	31
4.3	Populasi Sampel Penelitian	31
4.3.1	Populasi Penelitian	31
4.3.2	Sampel Penelitian	32
4.3.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	33
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel (DOV)	33
4.4.1	Variabel Penelitian	33
4.4.2	Definisi Operasional Variabel	33
4.5	Teknik Pengumpulan Data.....	35
4.5.1	Cara Pengumpulan Data	35
4.5.2	Jenis Data	35
4.5.3	Metode Pengumpulan Data	36
4.5.4	Instrumen Penelitian.....	36
4.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	37
4.6.1	Pengolahan Data.....	37
4.6.2	Analisis Data	38
BAB 5	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
5.11	Hasil Penelitian	39
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	39
5.1.2	Karakteristik Responden	44
5.1.3	Asupan Gizi Responden.....	45
5.2	Pembahasan.....	48
5.2.1	Usia.....	48
5.2.2	Protein	48
5.2.3	Zat Besi	50
5.2.4	Vitamin C	52
BAB 6	KESIMPULAN DAN SARAN	54
6.1	Kesimpulan	54
6.2	Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	55

DAFTAR TABEL

Tabel 4.2 Definisi Operasional Variabel.....	34
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur di SMA Muhammadiyah 10 Surabaya	45
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Protein di SMA Muhammadiyah 10 Surabaya	45
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Zat Besi di SMA Muhammadiyah 10 Surabaya	46
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Asupan Vitamin C di SMA Muhammadiyah 10 Surabaya	47
Tabel 5.5 Tabulasi Silang Gambaran Asupan Protein dengan Asupan Zat Besi responden di SMA Muhammadiyah 10 Surabaya.....	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skema Zat Besi Dalam Tubuh	12
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pernyataan Persetujuan responden	58
Lampiran 2. <i>Form</i> Identitas Responden	59
Lampiran 3. <i>Form Recall</i> 2 x 24 Jam.....	60
Lampiran 4. Tabel Angka Kecukupan Gizi (AKG) 2019	61
Lampiran 5. Tabel Jadwal Kegiatan Penelitian.....	63
Lampiran 6. Master Tabel Penelitian	64
Lampiran 7. Hasil Uji Statistik.....	67
Lampiran 8. Surat Ijin Penelitian	68
Lampiran 9. Dokumentasi.....	70

DAFTAR SINGKATAN

ADB	: Anemia Defisiensi Besi
AKG	: Angka kecukupan gizi
ATP	: <i>Adenosin Trifosfat</i>
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana
Cm	: Centimeter
Depkes	: Departemen Kesehatan
FBS	: <i>Food Balance Sheet</i>
g	: Gram
Hb	: <i>Hemoglobin</i>
IPA	: Ilmu Pengetahuan Alam
IPS	: Ilmu Pengetahuan Sosial
Kemkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Kg	: Kilogram
Mg	: Miligram
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
SKP	: Survey Konsumsi Pangan
SMA	: Sekolah Menengah Atas
TIBC	: <i>Total Iron Binding Capacity</i>
URT	: Ukuran Rumah Tangga
WHO	: <i>World Health Organization</i>