

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Rumusan Masalah	5
1.4 Tujuan	5
1.4.1 Tujuan Umum	5
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5 Manfaat	6
1.5.1 Bagi Peneliti.....	6
1.5.2 Bagi Institusi Jurusan Gizi	6
1.5.3 Bagi Pihak Sekolah	6
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Karakteristik Remaja	7
2.1.1 Pengertian Remaja	7
2.1.2 Batasan Remaja	8
2.1.3 Ciri-ciri Kejiwaan dan Psikososial Remaja	9
2.1.4 Masa Transisi Remaja	11
2.2 Status Gizi	12
2.2.1 Pengertian	12
2.2.2 Penilaian Status Gizi	12
2.2.2.1 Penilaian Status Gizi Langsung	13
2.2.2.2. Penilaian Status Gizi Tidak Langsung	14
2.2.3 Status Gizi Berdasarkan IMT	15
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	17
2.2.4.1 Faktor Eksternal	17
2.2.4.2 Faktor Internal	18
2.3 Kebutuhan Gizi Remaja	18
2.3.1 Energi	18
2.3.2 Protein	20
2.3.3 Mineral	20
2.3.4 Kalsium	21
2.3.5 Besi	21

2.3.6 Seng	22
2.3.7 Vitamin	22
2.4 Faktor yang Mempengaruhi Gizi Remaja	22
2.5 Asupan Energi dan Tingkat Konsumsi Energi	23
2.5.1 Asupan Energi	23
2.5.2 Tingkat Konsumsi Energi	25
2.5.3 Perhitungan Tingkat Konsumsi Energi (Metode Recall 24 Jam)	27
2.6 Hal-hal yang Berpengaruh terhadap Konsumsi Makan	29
2.7 Aktifitas Fisik	33
2.8 Faktor yang Memicu Terjadinya Gangguan Gizi Remaja	35
2.8.1 Perilaku Makan Remaja	35
2.8.2 Kebiasaan Makan	38
2.8.3 Pemahaman Gizi yang Keliru	39
2.8.4 Kesukaan Berlebih terhadap Makanan Tertentu	39
2.8.5 Promosi yang Berlebihan melalui Media Massa	39
2.8.6 Masuknya Produk-produk Makanan Baru yang Berasal dari Negara Lain secara Bebas	40
2.9 Masalah Gizi Remaja	40
2.9.1 Perilaku Makan Menyimpang pada Masa Remaja	40
2.9.2 Obesitas	42
2.9.3 Anemia	43
2.9.4 Kekurangan Energi Kronis (KEK)	44
BAB 3. KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN....	45
3.1 Kerangka Konseptual	45
3.2 Hipotesis Penelitian	47
BAB 4. METODE PENELITIAN	48
4.1 Jenis Penelitian	48
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian	48
4.2.1 Waktu	48
4.2.2 Tempat	48
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	48
4.3.1 Populasi	48
4.3.2 Sampel	49
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	50
4.4.1 Variabel Penelitian	50
4.4.2 Definisi Operasional	51
4.5 Teknik Pengumpulan Data	52
4.5.1 Metode Pengumpulan Data	52
4.5.2 Jenis Data	53
4.6 Instrumen Penelitian	53
4.7 Pengolahan Data	54
4.8 Analisis Data	55
BAB 5. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	56
5.1 Hasil Penelitian	56
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	56
5.1.2 Gambaran Umum Responden.....	58
5.1.2.1 Karakteristik Remaja.....	58

1. Umur Remaja.....	58
2. Jenis Kelamin Remaja	58
5.1.2.2 Tingkat Konsumsi Energi Remaja	59
5.1.2.3 Tingkat Konsumsi Protein Remaja.....	59
5.1.2.4 Tingkat Aktifitas Fisik Remaja	60
5.1.2.5 Status Gizi Remaja	60
5.1.3 Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember	61
5.1.4 Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dan Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember	62
5.1.5 Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik dan Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember	63
5.2 Pembahasan.....	65
5.2.1 Karakteristik Remaja	65
5.2.2 Status Gizi Remaja.....	66
5.2.3 Tingkat Konsumsi Energi dan Protein pada Remaja.....	67
5.2.4 Tingkat Aktifitas Fisik pada Remaja	70
5.2.5 Hubungan antara Tingkat Konsumsi Energi dengan Status Gizi Remaja.....	71
5.2.6 Hubungan antara Tingkat Konsumsi Protein dengan Status Gizi Remaja.....	73
5.2.7 Hubungan antara Tingkat Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Remaja.....	75
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN	77
6.1.....	Kesi
mpulan.....	78
6.2.....	Saran
.....	79
DAFTAR PUSTAKA	80

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Batas Ambang IMT untuk Indonesia	16
Tabel 2.2 Klasifikasi IMT menurut Kemenkes RI 2010 untuk Anak Usia 5-18 Tahun	17
Tabel 2.3 Kategori Tingkat Aktifitas Fisik	35
Tabel 4.1 Cara Pengukuran dan Definisi Operasional	51
Tabel 5.1 Data Jumlah Siswa-siswi sebagai Responden.....	57
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Umur Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014.....	58
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014.....	58
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Konsumsi Energi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014	59
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Konsumsi Protein Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014	59
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Tingkat Aktifitas Fisik Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014	60
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014.....	60
Tabel 5.8 Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Konsumsi Energi dan Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014..	61
Tabel 5.9 Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Konsumsi Protein dan Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014...	62
Tabel 5.10 Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Aktifitas Fisik dan Status Gizi Remaja Kelas XI SMA Negeri 2 Jember tahun 2014.....	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1: Form Kesiediaan Responden	83
Lampiran 2: Form Recall 2X24 Jam	84
Lampiran 3: Form Aktifitas Fisik	86
Lampiran 4: Surat Permohonan Ijin Penelitian di SMA Negeri 2 Jember.....	88
Lampiran 5: Surat Keterangan Penelitian di SMA Negeri 2 Jember	89
Lampiran 6: Standar IMT/U Anak Laki-laki Usia 16-18.....	90
Lampiran 7: Standar IMT/U Anak Laki-laki Usia 16-18.....	91
Lampiran 8: Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan untuk orang Indonesia (per orang per hari) tahun 2012)	92
Lampiran 9: Data Tingkat Konsumsi Energi, Protein, Aktifitas Fisik, dan Status Gizi Remaja (16-18 tahun) Kelas XI SMA Negeri 2 Jember	94
Lampiran 10: Hasil Uji SPSS Karakteristik, Tingkat Konsumsi Energi, Tingkat Konsumsi Protein, Tingkat Aktifitas Fisik, dan Status Gizi Remaja.....	98
Lampiran 11: Hasil Uji SPSS Tingkat Konsumsi Energi dengan Status Gizi Remaja.....	100
Lampiran 12: Hasil Uji SPSS Tingkat Konsumsi Protein dengan Status Gizi Remaja.....	102
Lampiran 13: Hasil Uji SPSS Tingkat Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Remaja.....	104
Lampiran 14: Jadwal Kegiatan Penelitian.....	106