

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
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 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat.....	5
1.4.1 Bagi Masyarakat.....	5
1.4.2 Bagi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya.....	5
1.4.3 Bagi Peneliti.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Tingkat Konsumsi.....	7
2.1.1 Definisi Asupan.....	7
2.1.2 Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan (AKG).....	8
2.2 Energi.....	8
2.2.1 Definisi Energi.....	8
2.2.2 Sumber Energi.....	9
2.2.3 Kelebihan Energi.....	9
2.2.4 Kekurangan Energi.....	9
2.2.5 Fungsi Energi.....	10
2.2.6 Kebutuhan Energi Remaja.....	10
2.3 Karbohidrat.....	10
2.3.1 Definisi Karbohidrat.....	10
2.3.2 Fungsi Karbohidrat.....	11
2.3.3 Sumber Karbohidrat.....	12
2.3.4 Kebutuhan Karbohidrat Remaja.....	12
2.4 Protein.....	12
2.4.1 Definisi Protein.....	12
2.4.2 Fungsi Protein.....	13
2.4.3 Sumber Protein.....	13
2.4.4 Kebutuhan Protein Remaja.....	14
2.5 Lemak.....	14
2.5.1 Definisi Lemak.....	14
2.5.2 Fungsi Lemak.....	15

2.5.3	Sumber Lemak.....	15
2.5.4	Kebutuhan Lemak Remaja.....	15
2.6	Metode Pengukuran.....	16
2.6.1	Metode Recall 24 Jam.....	16
2.6.2	Kelemahan.....	17
2.6.3	Kelebihan	17
2.7	Remaja.....	18
2.7.1	Definisi Remaja.....	18
2.7.2	Perkembangan Fisik pada Remaja.....	18
2.7.3	Perkembangan Psikososial pada Remaja.....	21
2.7.4	Kebiasaan Makan Remaja.....	21
2.7.5	Masalah Gizi dan Kesehatan pada Masa Remaja.....	22
2.7.6	Faktor yang Mempengaruhi Gizi Remaja.....	24
2.8	KEK (Kurang Energi Kronis)	25
2.8.1	Definisi KEK.....	25
2.8.2	Etiologi.....	25
2.8.3	Tanda Terjadi Resiko KEK.....	25
2.8.4	Faktor yang Mempengaruhi KEK.....	26
2.8.5	Dampak.....	28
2.9	LILA (Lingkar Lengan Atas)	29
2.9.1	Definisi LILA.....	29
2.9.2	Tujuan Pengukuran LILA.....	30
2.9.3	Prosedur Pengukuran KEK dengan Menggunakan Pita LILA.....	30
2.9.4	Hal yang Perlu Diperhatikan Melakukan Pengukuran LILA.....	31
2.9.5	Batas Ambang LILA.....	31
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL PENELITIAN.....		32
3.1	Kerangka Konseptual.....	32
3.2	Penjelasan Kerangka Konsep.....	33
3.3	Hipotesis Penelitian.....	33
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		34
4.1	Jenis Penelitian.....	34
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian.....	34
4.2.1	Waktu.....	34
4.2.2	Tempat.....	34
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
4.3.1	Populasi.....	34
4.3.2	Sampel.....	35
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	36
4.4.1	Variabel Penelitian.....	36
4.5	Teknik Pengumpulan Data.....	39
4.5.1	Jenis Data.....	39
4.5.2	Metode Pengumpulan Data.....	39
4.6	Instrumen Penelitian.....	40
4.7	Teknik Pengolahan Data.....	41
4.8	Analisis Data.....	43
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....		44
5.1	Hasil Penelitian.....	44
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44

5.1.2	Gambaran Penyelenggaraan makanan di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam.....	49
5.1.3	Karakteristik Remaja Putri di Pondok Pesantren Manbaul Hikam Sidoarjo.....	51
5.1.4	Kejadian KEK pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo.....	53
5.1.5	Tingkat Asupan Zat Gizi	53
	1. Tingkat Asupan Energi.....	53
	2. Tingkat Asupan Karbohidrat	54
	3. Tingkat Asupan Protein.....	54
	4. Tingkat Asupan Lemak.....	55
5.1.6	Hubungan Tingkat Asupan Energi dengan Kejadian KEK di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo	56
5.1.7	Hubungan Tingkat Asupan Karbohidrat dengan kejadian KEK di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo.....	57
5.1.8	Hubungan Tingkat Asupan Protein dengan Kejadian KEK di Pondok Pesantren Manbaul Hikam Sidoarjo.....	58
5.1.9	Hubungan Tingkat Asupan Lemak dengan Kejadian KEK di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo.....	60
5.2	Pembahasan	61
	1. Karakteristik Responden	61
	2. Kejadian KEK di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam	63
	3. Asupan Energi dan Zat Gizi Makro pada Remaja Putri	64
	4. Hubungan Tingkat Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Kejadian KEK.....	67
	1. Hubungan Tingkat Asupan Energi dengan Kejadian KEK	67
	2. Hubungan Tingkat Asupan Karbohidrat dengan Kejadian KEK.....	69
	3. Hubungan Tingkat Asupan Protein dengan Kejadian KEK.....	70
	4. Hubungan Tingkat Asupan Lemak dengan Kejadian KEK.....	71
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....		74
	6.1 Kesimpulan.....	74
	6.2 Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....		77
LAMPIRAN.....		79

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 AKG energi pada remaja.....	10
Table 2.2 AKG karbohidrat pada remaja.....	12
Tabel 2.3 AKG protein pada remaja.....	14
Tabel 2.4 AKG lemak pada remaja.....	16
Tabel 4.1 Cara Pengukuran Dan Definisi Operasional.....	37
Tabel 5.1 Jadwal Rutinitas Harian Santri Pondok Pesantren Manbaul Hikam....	48
Tabel 5.2 Siklus menu makanan dalam 7 hari.....	51
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo Tahun 2020.....	52
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pendidikan di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo Tahun 2020	52
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Remaja Putri dengan status KEK di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Tahun 2020.....	53
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Tingkat Asupan Energi Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo Tahun 2020	53
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Tingkat Asupan Karbohidrat Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo Tahun 2020.....	54
Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Tingkat Asupan Protein Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo Tahun 2020	54
Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Tingkat Asupan Lemak Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Sidoarjo Tahun 2020	55
Tabel 5.10 Tabulasi Silang Tingkat Asupan Energi dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam Tahun 2020.....	56
Tabel 5.11 Tabulasi silang Tingkat Asupan Krbohidrat dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam.....	57
Tabel 5.12 Tabulasi silang Tingkat Asupan Protein dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam.....	58
Tabel 5.13 Tabulasi silang Tingkat Asupan Lemak dengan Kejadian KEK pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Manba'ul Hikam.....	60

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Ketersediaan Menjadi Responden.....	79
Lampiran 2 Kuesioner Identitas Responden	80
Lampiran 3 Form Food Recall.....	81
Lampiran 4 Master Tabel.....	82
Lampiran 5 SPSS.....	85
Lampiran 6 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	91
Lampiran 7 Surat Keterangan Pondok Pesantren.....	92
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	92

DAFTAR SINGKATAN

AKB	: Angka Kematian Bayi
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
AKI	: Angka Kematian Ibu
BB	: Berat Badan
BBLR	: Bayi Berat Lahir Rendah
C	: Karbon
g	: gram
H	: Hidrogen
Hb	: Hemoglobin
IMT	: Indeks Massa Tubuh
Kab	: Kabupaten
Kec	: Kecamatan
KEK	: Kurang Energi Kronis
Kg	: Kilogram
kkal	: Kilo Kalori
LILA	: Lingkar Lengan
Makro	: Makronutrien
N	: Nitrogen
n	: Jumlah
Na	: Natrium
No	: Nomer
O	: Oksigen
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
SDA	: Specific Dynamic Action
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences
TB	: Tinggi Badan
UNICEF	: United Nations Children's Emergency Fund
WHO	: World Health Organization
WUS	: Wanita Usia Subur