

DAFTAR ISI

HALAMAN KEASLIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat.....	6
1.4.1 Bagi Peneliti	6
1.4.2 Bagi Masyarakat.....	6
1.4.3 Bagi Institusi	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Remaja.....	7
2.1.1 Pengertian Remaja.....	7
2.1.2 Gizi Seimbang Remaja.....	7
2.1.3 Masalah Gizi Remaja	8
2.2 Status Gizi	10
2.2.1 Pengertian Status Gizi	10
2.2.2 Penilaian Status Gizi	12
2.2.3 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	15
2.3 Asupan Energi	18
2.3.1 Pengertian Asupan Energi	18
2.3.2 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Asupan Energi	19

2.3.3 Sumber Energi.....	20
2.3.4 Angka Kecukupan Energi	20
2.3.5 Pengukuran Asupan Energi.....	21
2.4 Aktivitas Fisik	22
2.4.1 Pengertian Aktivitas Fisik	22
2.4.2 Pengukuran Aktivitas Fisik	22
2.4.3 Klasifikasi Aktivitas Fisik.....	23
2.4.4 Manfaat Aktivitas Fisik.....	24
2.5 Pengetahuan.....	25
2.5.1 Pengetahuan Gizi.....	26
2.5.2 Kategori Pengetahuan	27
2.5.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Remaja	27
2.5.4 Gizi Seimbang.....	30
2.5.5 Pedoman Gizi Seimbang	30
2.6 Sikap Gizi Seimbang	34
2.6.1 Tingkatan Sikap.....	35
2.6.2 Faktor –Faktor Pembentuk Sikap	36
2.6.3 Kategori Sikap.....	37
BAB 3 KERANGKA KONSEP	38
3.1 Kerangka Konsep	38
3.2 Penjelasan Kerangka Konsep.....	39
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	40
4.1 Jenis Penelitian	40
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	40
4.2.1 Waktu Penelitian	40
4.2.2 Tempat Penelitian.....	40
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	40
4.3.1 Populasi Penelitian	40
4.3.2 Sampel Penelitian.....	40
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel.....	43
4.4.1 Variabel Penelitian	43
4.4.2 Definisi Operasional Variabel.....	44
4.5 Teknik Pengumpulan Data	45
4.5.1 Jenis Data	46
4.6 Instrumen Penelitian.....	46
4.7 Teknik Pengolahan Data	47

4.7.1 <i>Editing</i> (Pengecekan)	47
4.7.2 <i>Coding</i> (Pengkodean).....	47
4.7.3 <i>Entry Data</i> (Memasukkan Data).....	50
4.7.4 <i>Cleaning Data</i>	50
4.8 Teknik Analisis Data	50
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN	51
5.1. Hasil Penelitian.....	51
5.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	51
5.1.2 Karakteristik Responden	53
5.1.3 Tingkat Pengetahuan Gizi	54
5.1.4 Sikap Terhadap Gizi Seimbang.....	55
5.1.5 Asupan Energi.....	56
5.1.6 Aktivitas Fisik.....	57
5.1.7 Status Gizi.....	57
5.2. Pembahasan	61
5.2.1 Tingkat Pengetahuan Gizi.....	61
5.2.2 Sikap Terhadap Gizi Seimbang.....	63
5.2.3 .Asupan Energi.....	65
5.2.4 Aktivitas Fisik.....	66
5.2.5 Status Gizi.....	68
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	74
6.1 Kesimpulan.....	74
6.2 Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN	79