

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Bagi Masyarakat .....	4
1.4.2 Bagi Institusi .....	4
1.4.3 Bagi Peneliti.....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Remaja.....	5
2.1.1 Pengertian .....	5
2.1.2 Kebutuhan Gizi Remaja.....	5
2.2 <i>Junk Food</i> .....	6
2.2.1 Pengertian <i>Junk Food</i> .....	6
2.2.2 Jenis <i>Junk Food</i> .....	6
2.3 Sayur dan Buah .....	9
2.3.1 Sayur .....	9
2.3.2 Buah.....	10
2.3.3 Manfaat Sayur dan Buah Bagi Tubuh.....	10
2.4 Serat.....	14
2.5 Kebiasaan Makan .....	15
2.6 Penilaian Konsumsi Makanan .....	15
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP.....</b>	<b>19</b>
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>21</b>
4.1 Jenis Penelitian .....	21
4.2 Waktu dan Tempat Penelitian .....	21
4.2.1 Waktu Penelitian.....	21
4.2.2 Tempat Penelitian .....	21
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....	21
4.3.1 Populasi Penelitian.....	21
4.3.2 Sampel Penelitian .....	21
4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	23
4.4.1 Variabel Penelitian.....	23

4.4.2 Definisi Operasional Variabel .....	24
4.5 Teknik Pengumpulan Data .....	25
4.5.1 Data Primer .....	25
4.5.2 Data Sekunder .....	26
4.6 Instrumentasi Penelitian .....	26
4.7 Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	26
4.7.1 Pengolahan Data .....	26
4.7.2 Analisis Data .....	27
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
5.1 Hasil Penelitian .....	28
5.1.1 Gambaran Umum Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya .....	28
5.1.2 Gambaran Umum Jurusan Gizi di Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya .....	29
5.1.3 Karakteristik Responden .....	32
5.1.4 Konsumsi <i>Junk Food</i> .....	32
5.1.5 Konsumsi Sayur .....	33
5.1.6 Konsumsi Buah .....	33
5.1.7 Asupan Serat .....	34
5.1.8 Tabulasi Silang .....	34
5.2 Pembahasan .....	35
5.2.1 Karakteristik Responden .....	35
5.2.2 Konsumsi <i>Junk Food</i> .....	36
5.2.3 Konsumsi Sayur .....	37
5.2.4 Konsumsi Buah .....	38
5.2.5 Asupan Serat .....	39
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>41</b>
6.1 Kesimpulan .....	41
6.2 Saran .....	42
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>43</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>46</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kebutuhan Gizi Remaja .....	6
Tabel 2.2 Kandungan Serat Sayur dan Buah .....	13
Tabel 4.1 DOV .....	24
Tabel 5.1 Tabel Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin .....	32
Tabel 5.2 Tabel Karakteristik Responden Menurut Usia.....	32
Tabel 5.3 Tabel Kebiasaan Konsumsi Junk Food Pada Responden .....	33
Tabel 5.4 Tabel Konsumsi Sayur Responden .....	33
Tabel 5.5 Tabel Konsumsi Buah Responden .....	33
Tabel 5.6 Tabel Asupan Serat Responden .....	34
Tabel 5.7 Tabulasi Silang Konsumsi Sayur dengan Asupan Serat .....	34
Tabel 5.8 TabulasiSilang Konsumsi Buah dengan Asupan Serat.....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	19
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent .....	46
Lampiran 2. Formulir FFQ.....	47
Lampiran 3. Formulir SQ – FFQ.....	48
Lampiran 4. Master Tabel.....	52
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	57

## DAFTAR SINGKATAN

Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
BAB	: Buang Air Besar
Kemendes	: Kementerian Kesehatan
WHO	: <i>World Health Organization</i>
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
PGS	: Pedoman Gizi Seimbang
MSG	: Monosodium Glutamat
DM	: Diabetes Mellitus
URT	: Ukuran Rumah Tangga
FFQ	: <i>Food Frequency Questionnaire</i>
SQ – FFQ	: <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>
DOV	: Definisi Operasional Variabel
B	: Bulan
TP	: Tidak Pernah