

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</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 Peneliti .....	4
1.4.2 Bagi Institusi .....	4
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
2.1 Asupan Makanan .....	5
2.1.1 Karbohidrat.....	5
2.1.1.1 Pengertian Karbohidrat.....	5
2.1.1.2 Sumber-Sumber Karbohidrat.....	5
2.1.1.3 Fungsi Karbohidrat .....	6
2.1.1.4 Penyakit-Penyakit yang Berhubungan dengan Karbohidrat.....	7
2.1.2 Lemak.....	8
2.1.2.1 Pengertian Lemak .....	8
2.1.2.2 Sumber-Sumber Lemak.....	8
2.1.2.3 Fungsi Lemak .....	9

2.2	<i>Sedentary Life</i> .....	10
2.2.1	Pengertian <i>Sedentary Life</i> .....	10
2.2.2	Penyebab <i>Sedentary Life</i> .....	10
2.2.3	Dampak Pada Kesehatan Akibat <i>Sedentary Life</i> Bagi Remaja.....	12
2.2.4	Penatalaksanaan <i>Sedentary Life</i> .....	13
2.2.5	Penilaian <i>Sedentary Life</i> .....	14
2.3	Status Gizi.....	14
2.3.1	Pengertian Status Gizi .....	14
2.3.2	Parameter Status Gizi .....	15
2.3.3	Indeks Antropometri .....	16
2.4	Obesitas.....	17
2.4.1	Pengertian Obesitas .....	17
2.4.2	Cara Penentuan Obesitas .....	18
2.4.3	Penyebab Obesitas.....	18
2.4.4	Dampak Obesitas.....	23
2.4.5	Pencegahan Obesitas .....	24
2.5	Remaja .....	25
2.5.1	Pengertian Remaja.....	25
2.5.2	Masalah Gizi dan Kesehatan Pada Remaja .....	25
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP.....</b>		<b>27</b>
3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	27
3.2	Hipotesis Peneliti .....	28
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>		<b>29</b>
4.1	Jenis Penelitian.....	29
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	29
4.2.1	Waktu Penelitian .....	29
4.2.2	Tempat Penelitian.....	29
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian .....	29
4.3.1	Populasi Penelitian .....	29
4.3.2	Sampel Penelitian .....	30
4.3.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	30
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel .....	30
4.4.1	Variabel Penelitian .....	30
4.4.2	Definisi Operasional Variabel.....	31
4.5	Teknik Pengumpulan Data.....	32
4.5.1	Metode Pengumpulan Data .....	32

4.5.2	Jenis Data .....	32
4.6	Instrumen Penelitian .....	33
4.7	Pengolahan Data .....	33
4.8	Analisis Data .....	34
4.8.1	Analisis Univariat.....	34
4.8.2	Analisis Bivariat.....	34
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>35</b>
5.1	Hasil Penelitian .....	35
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	35
5.1.2	Karakteristik Responden .....	36
5.1.3	Distribusi Frekuensi Asupan Karbohidrat.....	37
5.1.4	Distribusi Frekuensi <i>Sedentary Life</i> .....	38
5.1.5	Distribusi Frekuensi Kejadian Obesitas pada Remaja Putri.....	39
5.1.6	Hubungan Asupan Karbohidrat Terhadap Kejadian Obesitas .....	39
5.1.7	Hubungan <i>Sedentary Life</i> Terhadap Kejadian Obesitas.....	40
5.2	Pembahasan.....	41
5.2.1	Karakteristik Remaja Putri .....	41
5.2.2	Asupan karbohidrat Remaja Putri .....	42
5.2.3	<i>Sedentary Life</i> Remaja Putri.....	43
5.2.4	Kejadian Obesitas Pada Remaja Putri.....	44
5.2.5	Hubungan Asupan Karbohidrat Terhadap Kejadian Obesitas .....	45
5.2.6	Hubungan <i>Sedentary Life</i> Terhadap Kejadian Obesitas.....	47
<b>BAB 6</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
6.1	Kesimpulan .....	49
6.2	Saran .....	49
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>
	<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kategori Ambang Batas Status Gizi Berdasarkan Indeks IMT/U .....	18
Tabel 4.1 Definisi Operasional Variabel.....	31
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia.....	36
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	37
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas .....	37
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Asupan Karbohidrat.....	38
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan <i>Sedentary Life</i> .....	38
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi .....	39
Tabel 5.7 Hubungan Asupan Karbohidrat Terhadap Kejadian Obesitas .....	40
Tabel 5.8 Hubungan <i>Sedentary Life</i> Terhadap Kejadian Obesitas .....	41

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual .....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Formulir Persetujuan Kesiediaan Menjadi Responden.....	53
Lampiran 2 Formulir Identitas Responden .....	54
Lampiran 3 Formulir <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	55
Lampiran 4 Kuesioner Perilaku Sedentari .....	56
Lampiran 5 Master Tabel.....	58
Lampiran 6 Tabulasi Silang Variabel .....	63
Lampiran 7 Hasil Uji <i>Spearman</i> .....	64
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	65
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	67

## DAFTAR SINGKATAN

SMP	: Sekolah Menengah Pertama
WHO	: <i>World Health Organization</i>
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
Kemendes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
Dinkes	: Dinas Kesehatan
DM	: Diabetes Mellitus
DVD	: <i>Digital Video Disc</i>
ASAQ	: <i>Adolescent Sedentary Activity Questionnaire</i>
NHNES	: <i>National Health and Nutrition Examination Survey</i>
Hb	: Hemoglobin
Menkes	: Menteri Kesehatan
SK Menkes RI	: Surat Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia
BB/U	: Berat Badan Menurut Umur
TB/U	: Tinggi Badan Menurut Umur
BB/TB	: Berat Badan Menurut Tinggi Badan
IMT/U	: Indeks Massa Tubuh Menurut Umur
PR	: Pekerjaan Rumah
PC	: Personal Computer