

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| LEMBAR PERSYARATAN GELAR..... | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS | v |
| KATA PENGANTAR..... | vi |
| ABSTRAK | viii |
| ABSTRACT | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| DAFTAR GAMBAR..... | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xvi |
| DAFTAR SINGKATAN..... | xvii |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 6 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 6 |
| 1.3.1 Tujuan Umum..... | 6 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 6 |
| 1.4 Manfaat Penelitian..... | 7 |
| 1.4.1 Bagi Peneliti..... | 7 |
| 1.4.2 Bagi Institusi..... | 7 |
| 1.4.3 Bagi Sekolah..... | 7 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... | 8 |
| 2.1 Asupan Energi | 8 |
| 2.1.1 Energi..... | 8 |
| 2.1.2 Fungsi Energi..... | 8 |
| 2.1.3 Kebutuhan Energi Remaja | 8 |
| 2.1.4 Sumber Energi | 9 |
| 2.1.5 Dampak Kekurangan Energi..... | 10 |
| 2.1.6 Dampak Kelebihan Energi..... | 10 |
| 2.2 Asupan Protein | 10 |
| 2.2.1 Protein..... | 10 |
| 2.2.2 Fungsi Protein..... | 11 |
| 2.2.3 Angka Kecukupan Protein..... | 13 |
| 2.2.4 Sumber Protein | 13 |

| | |
|---|-----------|
| 2.2.5 Dampak Kekurangan Protein..... | 14 |
| 2.2.6 Dampak Kelebihan Protein..... | 15 |
| 2.3 Asupan Zat Besi | 15 |
| 2.3.1 Zat Besi..... | 15 |
| 2.3.2 Metabolisme Zat Besi (Fe) | 16 |
| 2.3.3 Fungsi Zat Besi..... | 16 |
| 2.3.4 Angka Kecukupan Zat Besi | 17 |
| 2.3.5 Sumber Zat Besi | 17 |
| 2.3.6 Dampak Kekurangan Zat Besi..... | 18 |
| 2.3.7 Dampak Kelebihan Zat Besi..... | 19 |
| 2.4 Karakteristik Remaja..... | 19 |
| 2.4.1 Pengertian Remaja | 19 |
| 2.4.2 Kebutuhan Gizi Remaja..... | 20 |
| 2.4.3 Penilaian Status Gizi Remaja | 21 |
| 2.4.4 Masalah Gizi Remaja..... | 24 |
| 2.5 Kekurangan Energi Kronis (KEK)..... | 26 |
| 2.5.1 Definisi Kekurangan Energi Kronis (KEK) | 26 |
| 2.5.2 Faktor Penyebab Kekurangan Energi Kronis (KEK) | 26 |
| 2.5.3 Dampak Kekurangan Energi Kronis (KEK)..... | 29 |
| 2.6 Pengukuran Antropometri Lingkar Lengan Atas (LILA) | 30 |
| 2.6.1 Definisi LILA | 30 |
| 2.6.2 Tujuan Pengukuran LILA..... | 31 |
| 2.6.3 Ambang Batas LILA..... | 31 |
| 2.6.4 Prosedur Pengukuran LILA..... | 32 |
| 2.6.5 Hal yang Perlu Diperhatikan ketika Melakukan Pengukuran LILA | 33 |
| 2.7 Metode Pengukuran Konsumsi | 33 |
| 2.7.1 Metode <i>Food Recall 24-hour</i> | 33 |
| 2.7.2 Kelebihan..... | 34 |
| 2.7.3 Kelemahan | 34 |
| 2.8 Hubungan Zat Gizi dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK)..... | 35 |
| 2.8.1 Hubungan Energi dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) | 35 |
| 2.8.2 Hubungan Protein dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK)..... | 35 |
| 2.8.3 Hubungan Zat Besi dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK)..... | 36 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL | 38 |
| 3.1 Kerangka Konseptual | 38 |
| 3.2 Penjelasan Kerangka Konsep | 39 |

| | |
|--|-----------|
| 3.3 Hipotesis Penelitian..... | 40 |
| BAB 4 METODE PENELITIAN..... | 41 |
| 4.1 Jenis Penelitian..... | 41 |
| 4.2 Waktu dan Tempat Penelitian..... | 41 |
| 4.2.1 Waktu Penelitian..... | 41 |
| 4.2.2 Tempat Penelitian..... | 41 |
| 4.3 Populasi dan Sampel Penelitian..... | 41 |
| 4.3.1 Populasi Penelitian..... | 41 |
| 4.3.2 Sampel Penelitian..... | 42 |
| 4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional..... | 44 |
| 4.4.1 Variabel Penelitian..... | 44 |
| 4.4.2 Definisi Operasional..... | 44 |
| 4.5 Teknik Pengumpulan Data..... | 46 |
| 4.5.1 Jenis Data..... | 46 |
| 4.5.2 Cara Pengumpulan Data..... | 46 |
| 4.6 Instrumen Penelitian..... | 47 |
| 4.7 Pengolahan Data..... | 48 |
| 4.7.1 <i>Editing</i> (Pemeriksaan Data)..... | 48 |
| 4.7.2 <i>Coding</i> (Pembuatan Kode)..... | 48 |
| 4.7.3 <i>Entry Data</i> (Memasukkan Data)..... | 49 |
| 4.7.4 <i>Cleaning</i> (Pembersihan Data)..... | 49 |
| 4.7.5 <i>Tabulating</i> (Tabulasi)..... | 50 |
| 4.8 Analisis Data..... | 50 |
| 4.8.1 Analisis Univariat..... | 50 |
| 4.8.2 Analisis Bivariat..... | 50 |
| BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN..... | 51 |
| 5.1 Hasil Penelitian..... | 51 |
| 5.1.1 Gambaran Umum SMP Negeri 5 Surabaya..... | 51 |
| 5.1.2 Karakteristik Responden..... | 55 |
| 5.1.3 Tingkat Asupan Zat Gizi..... | 55 |
| 5.1.4 Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 5 Surabaya..... | 57 |
| 5.1.5 Hubungan Tingkat Asupan Energi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 5 Surabaya..... | 58 |
| 5.1.6 Hubungan Tingkat Asupan Protein dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 5 Surabaya..... | 59 |

| | |
|--|-----------|
| 5.1.7 Hubungan Tingkat Asupan Zat Besi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 5 Surabaya | 60 |
| 5.2 Pembahasan | 61 |
| 5.2.1 Karakteristik Responden..... | 61 |
| 5.2.2 Asupan Energi | 62 |
| 5.2.3 Asupan Protein | 64 |
| 5.2.4 Asupan Zat Besi | 65 |
| 5.2.5 Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK)..... | 66 |
| 5.2.6 Hubungan Asupan Energi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) | 68 |
| 5.2.7 Hubungan Asupan Protein dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) | 69 |
| 5.2.8 Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) | 71 |
| BAB 6 PENUTUP | 74 |
| 6.1 Kesimpulan..... | 74 |
| 6.2 Saran | 75 |
| DAFTAR PUSTAKA | 76 |
| LAMPIRAN..... | 82 |