

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSYARATAN GELAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....</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 .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti .....	4
1.4.2 Manfaat Bagi Institusi.....	5
1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat .....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 Remaja .....	6
2.1.1 Pengertian Remaja .....	6
2.1.2 Karakteristik Perkembangan Remaja.....	6
2.1.3 Tahap-Tahap Perkembangan Remaja .....	12
2.1.4 Faktor Penyebab Masalah Gizi Remaja .....	13
2.2 Pengetahuan Gizi .....	15
2.2.1 Pengertian Pengetahuan Gizi .....	15
2.3 Tingkat Konsumsi.....	18
2.3.1 Pengertian tingkat konsumsi .....	18
2.3.2 Pengertian Zat Gizi .....	19
2.3.3 Jenis Zat Gizi Makro.....	21
2.4 Aktifitas Fisik .....	22
2.4.1 Pengertian Aktifitas Fisik.....	22
2.4.2 Manfaat Aktivitas Fisik.....	23

2.4.3	Cara Mengukur Aktivitas Fisik.....	24
2.5	Status Gizi Remaja .....	25
2.5.1	Pengertian status gizi .....	25
2.5.2	Metode Penilaian Status Gizi Antropometri .....	27
<b>BAB 3</b>	<b>KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>29</b>
3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	29
<b>BAB 4</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
4.1	Jenis Penelitian .....	31
4.2	Waktu dan Tempat Peneliti .....	31
4.2.1	Waktu Penelitian .....	31
4.2.2	Tempat Penelitian.....	31
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
4.3.1	Populasi Penelitian.....	31
4.3.2	Sampel Penelitian.....	32
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	32
4.4.1	Variabel Penelitian .....	33
4.5.1	Jenis Data .....	34
4.5.2	Cara Pengumpulan Data .....	35
4.5	Instrumen Penelitian .....	35
4.6	Pengolahan Data .....	36
4.7.1	<i>Coding</i> (Pembuatan Kode).....	36
4.7.3	<i>Cleaning</i> (Pembersihan Data).....	37
4.7	Analisis Data .....	37
4.8.1	Analisis Univariat .....	37
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>38</b>
5.1	Hasil Penelitian.....	38
5.1.1	Gambaran Umum SMP Muhammadiyah 9 Surabaya.....	38
5.1.2	Karakteristik responden menurut Umur.....	42
5.1.3	Pengetahuan Gizi .....	43
5.1.4	Asupan Protein.....	43
5.1.5	Asupan Lemak .....	44
5.1.6	Asupan Karbohidrat .....	44
5.1.7	Aktifitas Fisik.....	45
5.1.8	Status Gizi .....	45
5.1.9	Tabulasi Pengetahuan Gizi dengan Status Gizi.....	46
5.1.10	Tabulasi Tingkat Konsumsi Makan Dengan Status Gizi .....	46
5.1.11	Tabulasi Asupan Lemak Dengan Status Gizi .....	47
5.1.12	Tabulasi Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi.....	48
5.1.13	Tabulasi Aktivitas Fisik Dengan status gizi .....	48
5.2	Pembahasan .....	49
5.2.1	Karakteristik Responden .....	49
5.2.2	Pengetahuan Gizi .....	50
5.2.3	Asupan Protein.....	50
5.2.4	Asupan Lemak .....	51
5.2.5	Karbohidrat .....	52

5.2.6	Aktifitas Fisik.....	53
5.2.7	Status Gizi .....	53
5.2.8	Pengetahuan Dengan Status Gizi .....	54
5.2.9	Asupan Protein Dengan Status Gizi.....	54
5.2.10	Asupan Lemak Dengan Status Gizi .....	55
5.2.11	Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi .....	56
5.2.12	Aktivitas Fisik dengan Status Gizi.....	56
<b>BAB 6</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>58</b>
6.1	Kesimpulan.....	58
6.2	Saran .....	59
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
	<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>