

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
BIODATA PENULIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Ruang Lingkup	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Remaja	6
B. Status Gizi Remaja	7
C. Pengetahuan Gizi	9
D. Asupan Zat Gizi Makro	10
E. Aktivitas Fisik	13
F. Kerangka Teori	16
G. Kerangka Konsep	17
H. Definisi Operasional	18
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	20
B. Populasi Dan Sampel	20
C. Waktu Dan Lokasi	21
D. Pengumpulan Data	21
E. Pengolahan Data	23
F. Analisis Data	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Bimbel Abdi Negara	25
B. Hasil Penelitian	26
C. Pembahasan	32
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	39

B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	42

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.	Klasifikasi Status Gizi (IMT/U) 7
Tabel 2.	Kategori Pengetahuan 8
Tabel 3.	Klasifikasi Aktivitas Fisik 13
Tabel 4.	Kategori Tingkat Aktivitas Fisik 14
Tabel 5.	Contoh Pengisian Kuesioner PAL 14
Tabel 6.	Definisi Operasional 17
Tabel 7.	Gambaran Tingkat Status Gizi Pada Remaja di Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023 26
Tabel 8.	Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi Remaja Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023 27
Tabel 9.	Distribusi Frekuensi Berdasarkan jenis pertanyaan Pengetahuan gizi Bimbel abdi negara bandar lampung tahun 2023 28
Tabel 10.	Gambaran Tingkat Asupan Protein Pada Remaja Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023 28
Tabel 11.	Gambaran Tingkat Asupan Lemak Pada Remaja Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023 29
Tabel 12.	Gambaran Tingkat Asupan Karbohidrat Pada Remaja Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023 29
Tabel 13.	Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Pada Remaja Bimbel Abdi Negara Bandar Lampung Tahun 2023 30

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	15
Gambar 2. Kerangka Konsep	16

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 5. Lembar Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 6. Lembar Formulir *Food Recall*
- Lampiran 7. Lembar Kuesioner Aktivitas Fisik
- Lampiran 8. Hasil Analisis Data
- Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian