

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
BIODATA PENULIS	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
E. Ruang Lingkup	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 5
A. Pengertian Status Gizi	5
B. Faktor Penyebab Masalah Gizi Pada Remaja	6
C. Gizi Seimbang Untuk Remaja	8
D. Asupan Makan Remaja	9
E. Pengetahuan Gizi	10
F. Cara Penentuan Status Gizi	10
G. Pola Konsumsi	11
H. Metode Penilaian Konsumsi Makanan	12
I. Metode <i>Food Recall</i> 24 Jam	13
J. Kerangka Teori	16
K. Kerangka Konsep	17
L. Definisi Oprasional	18
 BAB III METODE PENELITIAN	 20
A. Rancangan Penelitian	20
B. Subyek Penelitian	20
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	22

D. Pengumpulan Data	23
E. Pengolahan Data Dan Analisis Data	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Gambaran Umum SMP Negeri 3 Metro	26
B. Hasil	27
C. Pembahasan	31
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	36
A. Simpulan	36
B. Saran	36
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN	40

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Anjuran Porsi Makan Remaja Kelompok Usia 16-18 Tahun	8
Tabel 2. Anjuran Porsi Makan Remaja Kelompok Usia 19-29 Tahun	9
Tabel 3. Klasifikasi IMT/U Menurut Permenkes 2020	11
Tabel 4. Definisi Oprasional	18
Tabel 5. Pembagian Sampel Tiap Kelas	21
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Status Gizi	27
Tabel 7. Distribusi Sampel Menurut Jenis Kelamin	28
Tabel 8. Distribusi Sampel Menurut Umur	28
Tabel 9. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Protein	29
Tabel 10. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Protein	29
Tabel 11. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Lemak	30
Tabel 12. Distribusi Sampel Berdasarkan Asupan Karbohidrat	30
Tabel 13. Distribusi Pengetahuan Gizi	31

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	16
Gambar 2. Kerangka Konsep	17

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Penelitian	41
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent)	42
Lampiran 3. Kuisisioner Pengetahuan Remaja	43
Lampiran 4. Kunci Jawaban Kuisisioner Pengetahuan	48
Lampiran 5. Kuisisioner <i>Food Recall</i> 24 Jam	49
Lampiran 6. Izin Penelitian Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu	50
Lampiran 7. Surat Balasan Rekomendasi Dinas Pendidikan	51
Lampiran 8. Surat Balasan SMP Negeri 3 Metro Telah Melakukan Penelitian	52
Lampiran 9. Angka Kecukupan Gizi 2019	53
Lampiran 10. Data Tinggi Badan, Berat Badan, IMT, Dan Asupan Makro	54
Lampiran 11. Rekapitan Data Pengetahuan	57
Lampiran 12. Hasil Analisis SPSS	60
Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	62