

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.5.1 Bagi Peneliti.....	5
1.5.2 Bagi Institusi	5
1.5.3 Bagi Masyarakat	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Penelitian Terdahulu.....	6
2.2 Remaja.....	9
2.2.1 Definisi Remaja	9
2.2.2 Tingkatan Remaja	9
2.2.3 Kesehatan Remaja.....	10
2.3 Perilaku Konsumsi Makanan	11
2.3.1 <i>Theory of Planned Behavior</i>	11
2.3.2 Konsep Pola Makan	12
2.3.3 Kebiasaan Makan Remaja	14
2.4 Makanan Cepat Saji.....	15
2.4.1 Konsep Makanan Cepat Saji.....	15
2.4.2 Jenis Makanan Cepat Saji	15
2.4.3 Dampak Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	18
2.5 Zat Gizi Makro dan Mikro.....	18
2.5.1 Pengertian Zat Gizi	18
2.5.2 Zat Gizi Makro.....	19
2.5.3 Defisiensi Zat Gizi Makro	21
2.5.4 Zat Gizi Mikro	22
2.5.5 Defisiensi Zat Gizi Mikro	27

2.6 Hubungan Makanan Cepat Saji terhadap Zat Gizi Makro dan Mikro	28
2.6.1 Ketidakseimbangan Zat Gizi	28
2.6.2 Asupan Makanan Harian	29
2.6.3 Angka Kecukupan Gizi (AKG) Remaja Putri	29
2.7 Kerangka Konsep.....	30
2.7.1 Penjelasan Kerangka Konsep.....	31
2.7.2 Hipotesis	31
BAB 3 METODE PENELITIAN	33
3.1 Jenis dan Desain.....	33
3.2 Lokasi dan Waktu	33
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	33
3.2.2 Waktu Penelitian.....	33
3.3 Variabel dan Definisi Operasional	33
3.3.1 Variabel Penelitian.....	33
3.3.2 Definisi Operasional	34
3.4 Rancangan Sampel	40
3.5 Alur Penelitian	41
3.6 Pengumpulan Data.....	42
3.6.1 Jenis Data	42
3.6.2 Instrumen	42
3.7 Pengolahan dan Analisis Data.....	43
3.7.1 Pengolahan Data	43
3.7.2 Analisis Data.....	44
BAB 4 HASIL PENELITIAN	46
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
4.1.1 Struktur Organisasi	47
4.1.2 Visi dan Misi.....	47
4.2 Hasil Penelitian	49
4.2.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	49
4.2.2 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	50
4.2.3 Distribusi Frekuensi Energi Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	52
4.2.4 Distribusi Frekuensi Protein Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	52
4.2.5 Distribusi Frekuensi Lemak Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	53
4.2.6 Distribusi Frekuensi Karbohidrat Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	53
4.2.7 Distribusi Frekuensi Vitamin A Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	54
4.2.8 Distribusi Frekuensi Vitamin C Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	54
4.2.9 Distribusi Frekuensi Zat Besi Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	55
4.2.10 Distribusi Frekuensi Seng Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	55
4.2.11 Distribusi Frekuensi Kalsium Remaja Putri di SMK Al Irsyad	

Surabaya.....	56
4.2.12 Distribusi Frekuensi Magnesium Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	56
4.2.13 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Zat Gizi Makro Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	57
4.2.14 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Zat Gizi Mikro Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	61
BAB 5 PEMBAHASAN	67
5.1 Karakteristik Responden.....	67
5.2 Konsumsi Makanan Cepat Saji Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	68
5.3 Zat Gizi Makro Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	70
5.3.1 Energi Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	70
5.3.2 Protein Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	71
5.3.3 Lemak Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	72
5.3.4 Karbohidrat Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	73
5.4 Zat Gizi Mikro Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	74
5.4.1 Vitamin A Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	74
5.4.2 Vitamin C Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	75
5.4.3 Zat Besi Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	76
5.4.4 Seng Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	77
5.4.5 Kalsium Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	78
5.4.6 Magnesium Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	79
5.5 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Zat Gizi Makro Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	81
5.5.1 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Energi Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	81
5.5.2 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Protein Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	82
5.5.3 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Lemak Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	82
5.5.4 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Karbohidrat Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	83
5.6 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Zat Gizi Mikro Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	85
5.6.1 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Vitamin A Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	85
5.6.2 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Vitamin C Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	86
5.6.3 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Zat Besi Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	86
5.6.4 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Seng Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya.....	87
5.6.5 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kalsium Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	87
5.6.6 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Magnesium Remaja Putri di SMK Al Irsyad Surabaya	88
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN	89

6.1 Kesimpulan.....	89
6.2 Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA.....	92
LAMPIRAN.....	99