

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM.....	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
DAFTAR SIMBOL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Batasan Masalah.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.5.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	5
1.5.2 Manfaat Bagi Institusi.....	6
1.5.3 Manfaat Bagi Remaja.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Penelitian Terdahulu	7

2.2 Pengetahuan Gizi Seimbang	11
2.3 Gizi Seimbang	11
2.3.1 Prinsip Gizi Seimbang	12
2.3.2 Porsi Gizi Seimbang	14
2.4 Asupan Gizi Seimbang	15
2.4.1 Zat Gizi Makro.....	15
2.4.2 Zat Gizi Mikro	19
2.5 Metode Pengukuran Asupan Individu <i>Food Recall</i>	23
2.6 Status Gizi	24
2.6.1 Definisi Status Gizi	24
2.6.2 Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja	24
2.6.3 Pengukuran Status Gizi.....	25
2.7 Remaja.....	30
2.7.1 Definisi Remaja	30
2.7.2 Karakteristik Remaja	30
2.8 Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang dan Pemenuhan Asupan Zat Gizi	30
2.9 Kerangka Konsep	31
2.10 Penjelasan Kerangka Konsep	32
2.11 Hipotesis Penelitian	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
3.1 Desain Penelitian	33
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	33
3.2.1 Lokasi Penelitian.....	33
3.2.2 Waktu Penelitian	33
3.3 Variable dan Definisi Operasional.....	33
3.3.1 Variabel Penelitian	33

3.4 Rancangan Sampel	35
3.4.1 Populasi Penelitian.....	35
3.4.2 Sampel.....	35
3.5 Alur Penelitian.....	37
3.6 Pengumpulan Data	37
3.6.1 Jenis Data	37
3.6.2 Metode Pengumpulan Data	38
3.6.3 Instrumen Penelitian	38
3.7 Pengolahan dan Analisis Data	39
3.7.1 Pengolahan Data	39
3.8 Analitik Data.....	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	43
4.1 Gambaran Umum MAN Kota Surabaya	43
4.1.1 Gambaran Umum Sekolah	43
4.2 Hasil Penelitian.....	47
4.2.1 Karakteristik Responden	47
4.2.2 Distribusi Frekuensi Status Gizi	48
4.2.3 Distribusi Frekuensi Asupan Makronutrien	48
4.2.4 Distribusi Frekuensi Asupan Mikronutrien.....	50
4.2.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gizi Seimbang.....	52
4.2.6 Hubungan Pengetahuan Gizi Seimbang Dengan Status Gizi.....	52
BAB V PEMBAHASAN	60
5.1 Karakteristik Responden	60
5.2 Status Gizi	61
5.3 Asupan Makronutrien	62
5.4 Asupan Mikronutrien.....	65
5.5 Pengetahuan Gizi Seimbang.....	68

5.6 Hubungan Status Gizi Berdasarkan Pengetahuan Gizi Seimbang	68
5.7 Hubungan Status Gizi Berdasarkan Tingkat Asupan Makronutrien.....	69
5.8 Hubungan Status Gizi Berdasarkan Tingkat Asupan Mikronutrien	72
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	76
6.1 Kesimpulan.....	76
6.2 Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	79
LAMPIRAN.....	85