

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>ABSTRAK</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Perumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	9
1.7 Keterbaruan Penelitian.....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Remaja	
2.1.1 Pengertian Remaja.....	18
2.1.2 Batasan Remaja.....	18
2.1.3 Pola Makan Remaja.....	19
2.1.4 Kebutuhan Zat Gizi Remaja.....	20
2.1.5 Permasalahan Gizi Remaja.....	21
2.2 Status Gizi	
2.2.1 Penilaian Status Gizi.....	23
2.2.2 Faktor yang mempengaruhi Status Gizi.....	25

2.3 Lemak Jenuh	
2.3.1 Pengertian Lemak Jenuh.....	26
2.3.3 Metabolisme Lemak Dalam Tubuh.....	27
2.4 Persen Lemak Tubuh	
2.4.1 Pengertian Persen Lemak Tubuh.....	29
2.4.2 Klasifikasi Persen Lemak Tubuh.....	29
2.4.3 <i>Bioelectrical Impedance Analysis (BIA)</i> .....	31
2.4.4 Faktor yang Mempengaruhi Persen Lemak Tubuh.....	31
2.5 Beban Glikemik	
2.5.1 Pengertian Beban Glikemik.....	35
2.5.2 Penggolongan Makanan.....	35
2.5.3 Faktor yang Mempengaruhi.....	37
2.5.5 Hubungan Beban Glikemik dengan Status Gizi .....	39
2.6 Kerangka Berfikir.....	40
2.7 Kerangka Konsep.....	41
2.8 Hipotesis Penelitian .....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
3.2 Rancangan Penelitian.....	43
3.3 Populasi dan Sampel.....	44
3.4 Pengumpulan Data .....	47
3.5 Instrumen Penelitian .....	47
3.5.1 Alat yang digunakan .....	48
3.5.2 Variabel Penelitian .....	48
3.5.3 Cara Pengumpulan Data.....	49

3.5.4 Definisi Konseptual.....	50
3.5.5 Definisi Operasional.....	51
3.5.6 <i>Quality Control Data</i> .....	54
3.5.7 Pengolahan Data.....	55
3.5.8 Analisis Data.....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
4.1 Analisis Univariat .....	60
4.2 Analisis Bivariat .....	64
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
5.1 Perbedaan Asupan Lemak Jenuh .....	66
5.2 Perbedaan Beban Glikemik .....	70
5.3 Perbedaan Persen Lemak Tubuh .....	73
5.4 Kekuatan dan Keterbatasan Penelitian .....	76
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
6.1 Kesimpulan .....	77
6.2 Saran .....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>