

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
ABSTRAK	iii
LEMBAR PENGESAHAN	v
LEMBAR PERSETUJUAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah.....	4
D. Perumusan Masalah.....	4
E. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	5
F. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Responden	5
2. Bagi Peneliti	6
3. Bagi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.....	6
G. Keterbaruan Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS	12
A. Remaja	12
1. Definisi Remaja	12
2. Ciri-Ciri Remaja	13
3. Kebutuhan Gizi pada Pertumbuhan Remaja	14
B. Status Gizi	15
1. Pengertian Status Gizi	15
2. Penilaian Status Gizi	15
C. Obesitas	16
1. Pengertian Obesitas	16
2. Tanda dan Gejala Klinis Obesitas	16
3. Faktor-Faktor Penyebab Obesitas	17
4. Cara Mencegah Obesitas	21
5. Dampak Obesitas	22
6. Pengukuran Obesitas dengan <i>Bioelectrical Impedance Analysis (BIA)</i>	23
D. Gaya Hidup	25

1. Kebiasaan Olahraga	25
2. Kebiasaan Makan	26
E. <i>Body Image</i>	28
1. Pengertian <i>Body Image</i>	28
2. Faktor-Faktor yang Memengaruhi <i>Body Image</i>	28
3. Gangguan <i>Body Image</i>	29
4. Pengukuran <i>Body Image</i>	30
F. Asupan Energi dan Zat Gizi Makro	30
1. Asupan Energi	30
2. Asupan Karbohidrat	31
3. Asupan Protein	32
4. Asupan Lemak	33
5. Metode <i>Food Recall</i> 2 x 24 jam	33
G. Stres	35
H. Kerangka Teori	37
I. Kerangka Konsep	39
J. Hipotesis	39
BAB III METODE PENELITIAN	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian	41
B. Jenis dan Desain Penelitian	42
C. Populasi dan Sampel.....	42
D. Instrumen Penelitian	44
1. Variabel Penelitian	44
2. Definisi Konseptual.....	45
3. Definisi Operasional	47
E. Teknik Pengambilan Data	50
1. Data Primer	50
2. Data Sekunder	53
3. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	53
F. Pengolahan Data	54
G. Teknik Analisa Data	55
1. Analisa Univariat	55
2. Analisa Bivariat	56
3. Uji Statistik	56
BAB IV HASIL PENELITIAN	60
A. Gambar Umum Lokasi Penelitian	60
1. SMP Negeri 75 Jakarta	60
2. SMP Negeri 229 Jakarta.....	61
B. Analisis Univariat	63
1. Karakteristik Responden	63
2. Sosial Ekonomi Orang Tua	64
3. Variabel Independen.....	66
4. Variabel Dependen	77
C. Analisis Bivariat	77
1. Hubungan Kebiasaan Olahraga berdasarkan Status Obesitas	78
2. Hubungan <i>Body Image</i> berdasarkan Status Obesitas	78

3. Perbedaan Asupan Energi berdasarkan Status Obesitas	79
4. Perbedaan Asupan Protein berdasarkan Status Obesitas	79
5. Perbedaan Asupan Lemak berdasarkan Status Obesitas	80
6. Perbedaan Asupan Karbohidrat berdasarkan Status Obesitas	80
7. Perbedaan Stres berdasarkan Status Obesitas	81
BAB V PEMBAHASAN	82
A. Analisis Univariat	82
1. Karakteristik Responden	82
2. Sosial Ekonomi Orang Tua	84
3. Variabel Independen	88
4. Variabel Dependen	94
B. Analisis Bivariat	95
1. Hubungan Kebiasaan Olahraga berdasarkan Status Obesitas	95
2. Hubungan <i>Body Image</i> berdasarkan Status Obesitas	96
3. Perbedaan Asupan Energi berdasarkan Status Obesitas	97
4. Perbedaan Asupan Protein berdasarkan Status Obesitas	99
5. Perbedaan Asupan Lemak berdasarkan Status Obesitas	100
6. Perbedaan Asupan Karbohidrat berdasarkan Status Obesitas	101
7. Perbedaan Stres berdasarkan Status Obesitas	102
C. Keterbatasan Penelitian	103
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	104
A. Kesimpulan.....	104
B. Saran	106
DAFTAR PUSTAKA	107
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 1.1	Keterbaruan Penelitian	7
Tabel 2.1	Kebutuhan Gizi Makro Remaja	15
Tabel 2.2	<i>Cut Off Point</i> berdasarkan Persen Lemak Tubuh Umur 7 – 18 Tahun	25
Tabel 2.3	Penilaian Pernyataan dengan Memberi Skor	36
Tabel 2.4	Stres Skor DASS 42	37
Tabel 3.1	Definisi Operasional	47
Tabel 3.2	Uji Validitas dan Reliabilitas	53
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	63
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Sosial Ekonomi Orang Tua	64
Tabel 4.3	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Karbohidrat	66
Tabel 4.4	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Protein Hewani	67
Tabel 4.5	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Protein Nabati	68
Tabel 4.6	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Susu dan Olahhan Susu	69
Tabel 4.7	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Pangan Sumber Lemak dan Minyak	70
Tabel 4.8	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Buah-Buahan	71
Tabel 4.9	Distribusi Jenis dan Frekuensi Konsumsi Sayuran	72
Tabel 4.10	Distribusi Jenis dan Frekuensi Jajanan	73
Tabel 4.11	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Olahraga	74
Tabel 4.12	Distribusi Frekuensi <i>Body Image</i>	75
Tabel 4.13	Distribusi Asupan Energi dan Zat Gizi Makro	75
Tabel 4.14	Distribusi Stres	76
Tabel 4.15	Analisis Hubungan Kebiasaan Olahraga berdasarkan Status Obesitas	78
Tabel 4.16	Analisis Hubungan <i>Body Image</i> berdasarkan Status Obesitas	78
Tabel 4.17	Analisis Perbedaan Asupan Energi berdasarkan Status Obesitas ..	79
Tabel 4.18	Analisis Perbedaan Asupan Protein berdasarkan Status Obesitas ..	79
Tabel 4.19	Analisis Perbedaan Asupan Lemak berdasarkan Status Obesitas ..	80
Tabel 4.20	Analisis Perbedaan Asupan Karbohidrat berdasarkan Status Obesitas	81
Tabel 4.21	Analisis Perbedaan Stres berdasarkan Status Obesitas	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori	40
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	41
Gambar 4.1 Distribusi Frekuensi Obesitas	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1 <i>Informed Consent</i>	117
Lampiran 2 Kuesioner Identitas Diri dan Antropometri	119
Lampiran 3 Kuesioner Sosial Ekonomi Orang Tua	120
Lampiran 4 Kuesioner Gaya Hidup	121
Lampiran 5 Kuesioner Asupan Energi dan Zat Gizi Makro	127
Lampiran 6 Kuesioner Tingkat Stres	129
Lampiran 7 Kuesioner <i>Body Image</i>	130
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian	131