

**DAFTAR ISI**

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>BAB I</b> .....	1
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	1
<b>1.2 Identifikasi Masalah</b> .....	5
<b>1.3 Pembatasan Masalah</b> .....	6
<b>1.4 Perumusan Masalah</b> .....	6
<b>1.5 Tujuan Penelitian</b> .....	6
<b>1.5.1 Tujuan Umum</b> .....	6
<b>1.5.2 Tujuan Khusus</b> .....	6
<b>1.6 Manfaat Penelitian</b> .....	7
<b>1.7 Keaslian dan Keterbaruan</b> .....	8
<b>BAB II</b> .....	14
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	14
<b>2.1 Remaja</b> .....	14
<b>2.1.1 Pengertian Remaja</b> .....	14
<b>2.1.2 Tahapan Remaja</b> .....	14
<b>2.1.3 Perkembangan Remaja</b> .....	15
<b>2.2 Perilaku Makan pada Remaja</b> .....	17
<b>2.3 Konsumsi <i>Fast Food</i></b> .....	17
<b>2.3.1 Pengertian <i>Fast Food</i></b> .....	17
<b>2.3.2 Kandungan Gizi <i>Fast Food</i></b> .....	18
<b>2.3.3 Faktor yang Memengaruhi Konsumsi <i>Fast Food</i></b> .....	19
<b>2.3.4 Dampak Konsumsi <i>Fast Food</i></b> .....	21
<b>2.3.5 Perbedaan Konsumsi <i>Fast Food</i> pada Remaja Awal dan Remaja Akhir</b> .....	24
<b>2.4 <i>Screen Time</i></b> .....	25
<b>2.4.1 Pengertian <i>Screen Time</i></b> .....	25
<b>2.4.2 Kategori <i>Screen Time</i></b> .....	25

2.4.3 <i>Screen Time</i> pada Remaja .....	26
2.4.4 Perbedaan <i>Screen Time</i> pada Remaja Awal dan Remaja Akhir .....	27
2.5 Kualitas Tidur pada Remaja .....	28
2.5.1 Pengertian Tidur .....	28
2.5.2 Fungsi Tidur .....	28
2.5.3 Kualitas Tidur .....	29
2.5.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur pada Remaja .....	29
2.5.5 Perbedaan Kualitas Tidur pada Remaja Awal dan Remaja Akhir .....	31
2.6 Status Gizi pada Remaja .....	32
2.6.1 Pengertian Status Gizi .....	32
2.6.2 Faktor yang Memengaruhi Status Gizi.....	32
2.7 Perubahan Berat Badan .....	35
2.7.1 Pengertian Berat Badan .....	35
2.7.2 Perubahan Berat Badan .....	36
2.7.3 Dampak Perubahan Berat Badan .....	37
2.7.4 Perbedaan Perubahan Berat Badan pada Remaja Awal dan Remaja Akhir .....	37
2.8 Kerangka Teori .....	39
2.9 Kerangka Konsep.....	40
2.10 Hipotesis.....	41
BAB III.....	42
METODE PENELITIAN.....	42
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian .....	42
3.1.1 Tempat .....	42
3.1.2 Waktu.....	42
3.2 Jenis dan Desain Penelitian.....	42
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	42
3.3.1 Populasi.....	42
3.3.2 Sampel.....	43
3.3.3 Besar Sampel .....	43
3.3.4 Teknik Pengambilan Sampel .....	44
3.4 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	45
3.5 Instrumen Penelitian .....	47
3.6 Variabel Penelitian.....	49
3.7 Definisi Konseptual.....	49

3.8 Definisi Operasional.....	51
3.9 Pengolahan Data .....	52
3.10 Analisis Data.....	53
3.11 Organisasi Penelitian.....	57
3.12 Rencana Biaya Penelitian.....	57
3.13 Rencana Target Publikasi .....	58
<b>BAB IV .....</b>	<b>59</b>
<b>HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>59</b>
4.1. Gambaran Umum MTs Al-Mafatih Jakarta.....	59
4.2. Visi Misi MTs Al-Mafatih Jakarta .....	59
4.3. Gambaran Umum SMK Al-Mafatih Jakarta.....	60
4.4. Visi Misi SMK Al-Mafatih Jakarta.....	60
4.5. Analisis Univariat.....	61
4.6. Analisis Bivariat .....	65
<b>BAB V .....</b>	<b>67</b>
<b>PEMBAHASAN .....</b>	<b>67</b>
5.1. Analisis Univariat.....	67
5.1.1. Kelompok Usia Remaja.....	67
5.1.2. Konsumsi <i>Fast Food</i> .....	68
5.1.3. <i>Screen Time</i> .....	69
5.1.4. Kualitas Tidur .....	70
5.1.5. Perubahan Berat Badan .....	71
5.2. Analisis Bivariat .....	73
5.2.1. Perbedaan Konsumsi <i>Fast Food</i> Berdasarkan Kelompok Usia Remaja .....	73
5.2.2. Perbedaan <i>Screen Time</i> Berdasarkan Kelompok Usia Remaja.....	76
5.2.3. Perbedaan Kualitas Tidur Berdasarkan Kelompok Usia Remaja .....	77
5.2.4. Perbedaan Perubahan Berat Badan Berdasarkan Kelompok Usia Remaja .....	80
5.2.5. Keterbatasan Penelitian .....	82
<b>BAB VI.....</b>	<b>83</b>
<b>KESIMPULAN &amp; SARAN .....</b>	<b>83</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>85</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>94</b>
Lampiran 1. Lembar Penjelasan Responden .....	94

<b>Lampiran 2. <i>Informed Consent</i> .....</b>	<b>95</b>
<b>Lampiran 3. Kuesioner Identitas Responden.....</b>	<b>96</b>
<b>Lampiran 4. Kuesioner Konsumsi <i>Fast Food</i>.....</b>	<b>97</b>
<b>Lampiran 5. Kuesioner <i>Recall Screen Time</i>.....</b>	<b>98</b>
<b>Lampiran 6. Kuesioner Kualitas Tidur .....</b>	<b>100</b>
<b>Lampiran 7. Kuesioner Perubahan Berat Badan .....</b>	<b>103</b>
<b>Lampiran 8. <i>Output Data SPSS</i> .....</b>	<b>105</b>
<b>Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan .....</b>	<b>107</b>



**DAFTAR TABEL**

<b>Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian .....</b>	<b>8</b>
<b>Tabel 2.1 Kategori <i>Screen Time</i> .....</b>	<b>24</b>
<b>Tabel 3.1 Daftar Sampel Penelitian .....</b>	<b>44</b>
<b>Tabel 3.2 Skor <i>Food Frequency Questionnaire (FFQ)</i>.....</b>	<b>47</b>
<b>Tabel 3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....</b>	<b>50</b>
<b>Tabel 3.4 Organisasi Penelitian .....</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 3.5 Rencana Biaya Penelitian .....</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 3.6 Rencana Target Publikasi.....</b>	<b>57</b>
<b>Tabel 4.1 Tabel Uji Normalitas .....</b>	<b>60</b>
<b>Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kelompok Usia Remaja .....</b>	<b>61</b>
<b>Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Usia Remaja .....</b>	<b>61</b>
<b>Tabel 4.4 Distribusi Variabel Independen Berdasarkan Kelompok Usia Remaja .....</b>	<b>63</b>
<b>Tabel 4.5 Perbedaan Konsumsi <i>Fast Food</i>, <i>Screen Time</i>, Kualitas Tidur, dan Perubahan Berat Badan Berdasarkan Kelompok Usia Remaja .....</b>	<b>64</b>

**DAFTAR GAMBAR**

**Gambar 2.1 Bentuk Tubuh dengan *Figure Scale* .....34**

