

## DAFTAR ISI

|  | Halaman   |
|--|-----------|
| HALAMAN JUDUL.....   | i         |
| HALAMAN PENGESAHAN.....  | ii        |
| HALAMAN PERSETUJUAN .....  | iii       |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....   | iv        |
| KATA PENGANTAR .....   | v         |
| ABSTRACT.....  | vi        |
| ABSTRAK .....  | vii       |
| DAFTAR ISI.....  | viii      |
| DAFTAR TABEL.....  | x         |
| DAFTAR GAMBAR .....  | xii       |
| DAFTAR LAMPIRAN.....   | xiii      |
| DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....                                      | xiv       |
| <br>   |           |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>  | <b>1</b>  |
| 1.1 Latar Belakang .....   | 1         |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....   | 5         |
| 1.3 Pembatasan dan Perumusan Masalah.....  | 9         |
| 1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian .....  | 9         |
| <br>   |           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>   | <b>12</b> |
| 2.1 Kurang Energi Kronis (KEK) .....   | 12        |
| 2.2 Asupan Energi dan Zat Gizi Makro .....   | 19        |
| 2.3 Aktivitas Fisik.....   | 35        |
| 2.4 <i>Body image</i> .....  | 39        |
| <br>   |           |
| <b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b>                                     |           |
| <b>PENELITIAN.....</b>   | <b>46</b> |
| 3.1 Kerangka Konseptual .....  | 46        |
| 3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual.....  | 47        |
| 3.3 Hipotesis Penelitian.....  | 49        |
| <br>   |           |
| <b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>  | <b>50</b> |
| 4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....   | 50        |
| 4.2 Populasi Penelitian .....  | 50        |
| 4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel dan<br>Cara Pengambilan Sampel ..... | 51        |
| 4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian .....  | 55        |
| 4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara pengukuran, dan<br>Skala Data .....         | 55        |
| 4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....                                       | 58        |
| 4.7 Kerangka Operasional.....  | 63        |

|   |            |
|---|------------|
| 4.8 Teknik Analisis Data.....   | 64         |
| <b>BAB V HASIL PENELITIAN .....</b>   | <b>65</b>  |
| 5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....   | 65         |
| 5.2 Karakteristik Orang tua .....   | 66         |
| 5.3 Uang Saku Responden .....   | 71         |
| 5.4 Karakteristik Responden .....   | 72         |
| 5.5 Pola Konsumsi .....   | 74         |
| 5.6 Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Zat Gizi<br>Makro .....   | 81         |
| 5.7 Aktivitas Fisik .....   | 82         |
| 5.8 <i>Body image</i> .....   | 83         |
| 5.9 Hubungan Antar Variabel .....   | 84         |
| <b>BAB VI PEMBAHASAN .....</b>  | <b>89</b>  |
| 6.1 Gambaran Umum Lokasi Peneliti.....  | 89         |
| 6.2 Karakteristik Orang Tua .....   | 90         |
| 6.3 Uang Saku Responden .....   | 93         |
| 6.4 Karakteristik Responden .....   | 94         |
| 6.5 Pola Konsumsi .....   | 98         |
| 6.6 Hubungan Antar Variabel.....  | 101        |
| 6.7 Faktor Dominan yang Memengaruhi Kejadian Kurang<br>Energi Kronis (KEK) Pada Remaja Putri Kelas X dan<br>XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri ..... | 111        |
| 6.8 Keterbatasan Penelitian.....  | 113        |
| <b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>   | <b>114</b> |
| 7.1 Kesimpulan .....  | 114        |
| 7.2 Saran .....   | 115        |
| DAFTAR PUSTAKA .....  | 117        |
| LAMPIRAN.....   | 125        |

## DAFTAR TABEL

| Nomor | Judul Tabel   | Halaman |
|-------|---|---------|
| 2.1   | Kebutuhan Energi Perempuan Usia 13-29 Tahun.....  | 20      |
| 2.2   | Kebutuhan Protein Perempuan Usia 13-29 Tahun.....   | 23      |
| 2.3   | Kebutuhan Lemak Perempuan Usia 13-29 Tahun.....   | 25      |
| 2.4   | Kebutuhan Karbohidrat Perempuan Usia 13-29 Tahun..  | 26      |
| 2.5   | Klasifikasi Kecukupan Energi Dan Zat Gizi Makro .....   | 27      |
| 4.1   | Daftar Variabel, Definisi Operasional, Cara Mengukur Dan Skala Data .....   | 56      |
| 5.1   | Distribusi Pendidikan Ayah Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....        | 66      |
| 5.2   | Distribusi Pendidikan Ibu Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020 .....        | 67      |
| 5.3   | Distribusi Pekerjaan Ayah Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....         | 68      |
| 5.4   | Distribusi Pekerjaan Ibu Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....          | 69      |
| 5.5   | Distribusi Pendapatan Orang Tua Responden KEK dan Tidak KEK pada remaja putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....   | 70      |
| 5.6   | Distribusi Total Pendapatan Orang Tua Responden KEK dan Tidak KEK Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020 ..... | 70      |
| 5.7   | Distribusi Uang Saku Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....              | 71      |
| 5.8   | Distribusi Kategori Uang Saku Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....     | 71      |
| 5.9   | Distribusi Usia Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....                   | 72      |
| 5.10  | Distribusi Pegetahuan Gizi Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....        | 73      |
| 5.11  | Deskripsi Jumlah Makanan Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020 .....         | 74      |

|      |  |    |
|------|--|----|
| 5.12 | Distribusi Frekuensi Makanan Sumber Karbohidrat Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020 .....   | 76 |
| 5.13 | Distribusi Frekuensi Makanan Sumber Protein Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....  | 78 |
| 5.14 | Distribusi Frekuensi Makanan Sumber Lemak Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....  | 80 |
| 5.15 | Distribusi Tingkat Kecukupan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro (Protein, Lemak dan Karbohidrat) pada Responden KEK dan Tidak KEK Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....           | 81 |
| 5.16 | Deskripsi Aktivitas Fisik Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....  | 82 |
| 5.17 | Distribusi <i>Body image</i> Responden KEK dan Tidak KEK pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....   | 84 |
| 5.18 | Analisis Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....  | 85 |
| 5.19 | Analisis Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....   | 85 |
| 5.20 | Analisis Hubungan <i>Body image</i> dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020.....   | 86 |
| 5.21 | Analisis Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Makro, Aktivitas Fisik dan <i>Body image</i> dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK) pada Remaja Putri Kelas X dan XI SMAN 1 Grogol Kabupaten Kediri Tahun 2020..... | 86 |
| 5.22 | Analisis Multivariat.....  | 87 |

## DAFTAR GAMBAR

| Nomor | Judul Gambar                        | Halaman |
|-------|-------------------------------------|---------|
| 3.1   | Kerangka Konseptual Penelitian..... | 45      |
| 4.1   | Kerangka Operasional .....          | 56      |

**DAFTAR LAMPIRAN**

| Nomor | Judul Lampiran   | Halaman |
|-------|--|---------|
| 1.    | Lampiran Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP) penelitian ..... | 126     |
| 2.    | Lampiran <i>Informed Consent</i> .....                         | 129     |
| 3.    | Lampiran <i>Informed Assent</i> .....                          | 130     |
| 4.    | Lampiran Kuesioner Penelitian .....                            | 131     |
| 5.    | Lampiran Surat Layak Etik .....                                | 143     |
| 6.    | Lampiran Surat Pengambilan data awal .....                     | 144     |
| 7.    | Lampiran Surat Izin Penelitian .....                           | 145     |
| 8.    | Lampiran Uji Statistika .....                                  | 146     |

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

### Daftar Arti Lambang

|   |                           |
|---|---------------------------|
| < | = kurang dari             |
| > | = lebih dari              |
| ≥ | = lebih dari sama dengan  |
| ≤ | = kurang dari sama dengan |
| % | = persen                  |
| / | = per                     |

### Daftar Singkatan

|                   |   |
|-------------------|---|
| AKG               | = Angka Kecukupan Gizi                                  |
| BPS               | = Badan Pusat Statistik                                 |
| BSQ               | = <i>Body Shape Questionnaire</i>                       |
| Cm                | = centimeter  |
| Depkes            | = Departemen Kesehatan                                  |
| Dinkes            | = Dinas Kesehatan                                       |
| FFQ               | = <i>Food Frequency Questionnaire</i>                   |
| IMT               | = Indeks Massa Tubuh                                    |
| IMT/U             | = Indeks Massa Tubuh / Umur                             |
| IPA               | = Ilmu Pengetahuan Alam                                 |
| IPAQ              | = <i>Internationaal Physical Activity Questionnaire</i> |
| IPS               | = Ilmu Pengetahuan Sosial                               |
| KEK               | = Kurang Energi Kronis                                  |
| Kemenkes          | = Kementrian Kesehatan                                  |
| Kg/m <sup>2</sup> | = kilogram/meter  |
| LILA              | = Lingkar Lengan Atas                                   |
| NAPZA             | = Narkotika, Psikotropika dan Zat Aditif                |
| Riskesdas         | = Riset Kesehatan Dasar                                 |
| SMA               | = Sekolah Menengah Atas                                 |
| UKS               | = Unit Kesehatan Siswa                                  |
| UNICEF            | = <i>United Nations Children's Fund</i>                 |
| WUS               | = Wanita Usia Subur                                     |