

DAFTAR ISI

| | |
|----------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI..... | iii |
| HALAMAN PERSEMBAHAN..... | iv |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP | v |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xi |
| HALAMAN PERNYATAAN..... | xii |
| LEMBAR PENGGUNAAN SKRIPSI | xiii |
| KATA PENGANTAR | xiv |
| ABSTRAK..... | xvi |
| <i>ABSTRACT</i> | xvii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 4 |
| D. Ruang Lingkup Penelitian..... | 4 |

| | |
|---|----|
| E. Manfaat Penelitian..... | 5 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 7 |
| A. Tinjauan Pustaka..... | 7 |
| 1. Remaja..... | 7 |
| 2. Status Gizi | 8 |
| 3. Pola Makan | 20 |
| 4. Gaya Hidup Sedentari | 26 |
| 5. Durasi <i>Screen Time</i> | 32 |
| 6. Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup Sedentari, dan Durasi <i>Screen Time</i> dengan Status Gizi | 33 |
| B. Kerangka Teori | 38 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 39 |
| A. Kerangka Konsep | 39 |
| B. Hipotesis Penelitian..... | 40 |
| C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional..... | 40 |
| D. Rancangan/Desain Penelitian | 44 |
| E. Populasi dan Sampel Penelitian..... | 44 |
| F. Instrumen Penelitian..... | 47 |
| G. Prosedur Penelitian..... | 51 |
| H. Pengolahan dan Analisis Data | 56 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN..... | 61 |
| A. Deskripsi Lokasi Penelitian | 61 |
| B. Analisis Univariat..... | 62 |
| C. Analisis Bivariat | 67 |
| 1. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi..... | 67 |

| | |
|---|----|
| 2. Hubungan Gaya Hidup Sedentari dengan Status Gizi..... | 68 |
| 3. Hubungan Durasi <i>Screen Time</i> dengan Status Gizi..... | 69 |
| BAB V PEMBAHASAN | 70 |
| A. Karakteristik Responden | 70 |
| B. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi | 73 |
| 1. Hubungan Jumlah Makanan dengan Status Gizi | 73 |
| 2. Hubungan Jenis Makanan dengan Status Gizi..... | 74 |
| 3. Hubungan Frekuensi Makan dengan Status Gizi | 76 |
| 4. Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi..... | 77 |
| C. Hubungan Gaya Hidup Sedentari dengan Status Gizi | 78 |
| D. Hubungan Durasi <i>Screen Time</i> dengan Status Gizi..... | 79 |
| E. Keterbatasan Penelitian..... | 80 |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN | 81 |
| A. Kesimpulan | 81 |
| B. Saran..... | 81 |
| DAFTAR PUSTAKA | 83 |
| LAMPIRAN | 88 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2.1 Kategori Status Gizi Anak dan Remaja..... | 10 |
| Tabel 2.2 Kebutuhan Gizi Remaja | 20 |
| Tabel 2.3 Durasi Penggunaan Gawai yang Direkomendasikan | 33 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional..... | 42 |
| Tabel 3.2 Jumlah Sampel Setiap Kelas..... | 46 |
| Tabel 3.3 Kriteria Tingkat Kekuatan Korelasi | 59 |
| Tabel 4.1 Uji Normalitas Data..... | 62 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja SMAN 10 Tasikmalaya | 62 |
| Tabel 4.3 Data Sebaran Uang Saku..... | 63 |
| Tabel 4.4 Hasil Analisis Univariat | 64 |
| Tabel 4.5 Persentase Konsumsi Kelompok Pangan | 65 |
| Tabel 4.6 Analisis Bivariat Jumlah Makanan dengan Status Gizi | 67 |
| Tabel 4.7 Analisis Bivariat Jenis Makanan dengan Status Gizi | 67 |
| Tabel 4.8 Analisis Bivariat Frekuensi Makan dengan Status Gizi..... | 68 |
| Tabel 4.9 Analisis Bivariat Gaya Hidup Sedentari dengan Status Gizi..... | 68 |
| Tabel 4.10 Analisis Bivariat Durasi <i>Screen Time</i> dengan Status Gizi..... | 69 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori | 38 |
| Gambar 3.1 Kerangka Konsep..... | 39 |
| Gambar 4.1 Aktivitas Sedentari Responden | 66 |
| Gambar 4.2 Penggunaan <i>Screen Time</i> Responden..... | 66 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Populasi Penelitian SMAN 10 Tasikmalaya..... | 88 |
| Lampiran 2. Formulir Penjelasan Sebelum Penelitian | 89 |
| Lampiran 3. Formulir Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden..... | 91 |
| Lampiran 4. Identitas Data Responden | 92 |
| Lampiran 5. Formulir Food Recall 24 jam..... | 93 |
| Lampiran 6. Formulir IDDS (<i>Individual Dietary Diversity Score</i>)..... | 94 |
| Lampiran 7. Kuesioner ASAQ (<i>Adolescent Sedentary Activity Questionnaire</i>)..... | 96 |
| Lampiran 8. Kuesioner QueST (<i>Questionnaire for Screen Time Of Adolescent</i>) | 97 |
| Lampiran 9. Uji Normalitas..... | 99 |
| Lampiran 10. Hasil Analisis Univariat..... | 100 |
| Lampiran 11. Hasil Analisis Bivariat..... | 101 |
| Lampiran 12. Uji Validitas dan Reliabilitas | 103 |
| Lampiran 13. Dokumentasi Pengambilan Data di Lokasi Penelitian..... | 106 |
| Lampiran 14. Lembar Surat Keputusan Pembimbing Skripsi | 108 |
| Lampiran 15. Lembar Buku Bimbingan Skripsi..... | 109 |
| Lampiran 16. Lembar Revisi Laporan Seminar Proposal | 110 |
| Lampiran 17. Lembar Persetujuan Revisi Proposal | 111 |
| Lampiran 18. Surat Izin Penelitian pada Dinkes Kota Tasikmalaya..... | 112 |
| Lampiran 19. Surat Izin Permohonan Data pada Puskesmas Mangkubumi | 113 |
| Lampiran 20. Surat Izin Penelitian pada Cadisdik Wil. XII | 114 |
| Lampiran 21. Surat Izin Penelitian pada SMAN 10 Tasikmalaya | 115 |
| Lampiran 22. Surat Persetujuan Etik Penelitian | 116 |
| Lampiran 23. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian | 117 |
| Lampiran 24. Contoh Formulir dan Kuesioner yang telah diisi Responden..... | 118 |