

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
PEDOMAN PENGGUNAAN SKRIPSI	vii
LEMBAR PERNYATAAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
ABSTRAK	xxi
<i>ABSTRACT</i>	xxii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	9
1. Rumusan Masalah Umum	9
2. Rumusan Masalah Khusus	9
C. Tujuan Penelitian	10
1. Tujuan Umum.....	10
2. Tujuan Khusus.....	10

D. Ruang Lingkup Penelitian	11
1. Lingkup Masalah.....	11
2. Lingkup Metode	11
3. Lingkup Keilmuan.....	11
4. Lingkup Tempat	11
5. Lingkup Sasaran.....	11
6. Lingkup Waktu	11
E. Manfaat Penelitian	12
1. Bagi Institusi / Subjek Penelitian	12
2. Bagi Program Studi	12
3. Bagi Keilmuan Gizi.....	12
4. Bagi Peneliti	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Landasan Teori.....	13
1. <i>Overweight</i> Remaja.....	13
2. Tingkat Kecukupan Lemak dan Serat	20
3. Aktivitas Fisik	24
4. Pengaruh Teman Sebaya	28
5. Uang Saku	30
6. Hubungan Tingkat Kecukupan Lemak dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	31
7. Hubungan Tingkat Kecukupan Serat dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	33
8. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja.....	36
9. Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	38

10. Hubungan Uang Saku dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja.....	40
B. Kerangka Teori	41
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	42
A. Kerangka Konsep.....	42
B. Hipotesis Penelitian	43
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	44
1. Variabel Independen / Bebas	44
2. Variabel Dependen / Terikat	44
3. Definisi Operasional.....	45
D. Rancangan / Desain Penelitian	47
E. Populasi dan Subjek.....	47
1. Populasi	47
2. Subjek.....	47
F. Instrumen Penelitian	51
1. Kuesioner <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i> (SQ-FFQ) 51	
2. Fomulir Aktivitas Fisik	51
3. Kuisisioner Pengaruh Teman Sebaya.....	51
4. Uang Saku	52
5. Timbangan.....	52
6. Stadiometer.....	52
7. Buku Gambar Makanan	52
8. Nutrisurvey.....	53
9. WHO Antro Plus	53
G. Posedur Penelitian	53

1.	Tahapan Persiapan Penelitian.....	53
2.	Tahapan pelaksanaan penelitian	55
H.	Pengolahan Data dan Analisis Data.....	58
1.	Pengolahan Data.....	58
2.	Analisis Data	63
BAB IV	HASIL PENELITIAN	65
A.	Deskripsi Lokasi Penelitian	65
B.	Hasil Penelitian.....	66
1.	Analisis Univariat.....	66
2.	Analisis Bivariat.....	72
BAB V	PEMBAHASAN.....	78
A.	Pembahasan Analisis Univariat	78
B.	Hubungan Tingkat Kecukupan Lemak dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	83
B.	Hubungan Tingkat Kecukupan Serat dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	85
C.	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	87
D.	Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	89
E.	Hubungan Uang Saku dengan Kejadian <i>Overweight</i> Remaja	90
F.	Keterbatasan Penelitian	91
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN	92
A.	Kesimpulan.....	92
B.	Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	94
LAMPIRAN	102

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Indeks Massa Tubuh/U Berdasarkan z-score	20
Tabel 2. 2 Kebutuhan Lemak Remaja	21
Tabel 2. 3 Kebutuhan Serat Remaja	22
Tabel 2. 4 Nilai Aktivitas Fisik Berdasarkan PAL	28
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	45
Tabel 3. 2 Coding	62
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024.....	66
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Kejadian Overweight	67
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Asupan Lemak dan Serat Laki-laki Usia 18-18 Tahun di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	68
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Asupan Lemak dan Serat Perempuan Usia 18-18 Tahun di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	69
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Variabel Bebas Tingkat Kecukupan Lemak di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024.....	69
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Variabel Bebas Tingkat Kecukupan Serat Responden di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024.....	70
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Variabel Bebas Aktivitas Fisik Responden di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024.....	70
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Variabel Bebas Pengaruh Teman Sebaya Responden di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	71

Tabel 4. 9	Distribusi Frekuensi Variabel Bebas Uang Saku Responden di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	71
Tabel 4. 10	Analisis Hubungan Tingkat Kecukupan Lemak dengan Kejadian Overweight Remaja di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	72
Tabel 4. 11	Analisis Hubungan Tingkat Kecukupan Serat dengan Kejadian Overweight Remaja di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	73
Tabel 4. 12	Analisis Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Overweight Remaja di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	74
Tabel 4. 13	Analisis Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Kejadian Overweight Remaja di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	75
Tabel 4. 14	Analisis Hubungan Uang Saku dengan Kejadian Overweight Remaja di SMA Negeri 10 Tasikmalaya Tahun 2024	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	41
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep.....	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penyaring.....	102
Lampiran 2 Dokumentasi Survei Awal	103
Lampiran 3 Formulir Penjelasan Sebelum Penelitian.....	104
Lampiran 4 Informed Consent	106
Lampiran 5 Identitas Responden.....	107
Lampiran 6 Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)	108
Lampiran 7 Buku Foto Makanan	111
Lampiran 8 Formulir Aktivitas Fisik Weekend.....	112
Lampiran 9 Formulir Aktivitas Fisik Weekday.....	113
Lampiran 10 Kuesioner Pengaruh Teman Sebaya	114
Lampiran 11 Validasi Bahasa Kuesioner Pengaruh Teman Sebaya	116
Lampiran 12 Surat Keputusan Pembimbing Skripsi.....	118
Lampiran 13 Persetujuan Revisi Proposal	119
Lampiran 14 Revisi Laporan Seminar	120
Lampiran 15 Lembar Surat Pengajuan Etik.....	121
Lampiran 16 Lembar Persetujuan Etik Penelitian	122
Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian.....	123
Lampiran 18 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian	124
Lampiran 19 Output SPSS	125
Lampiran 20 Lembar Revisi Laporan Skripsi/Tugas Akhir	134