

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS

A. Deskripsi Teori.....	7
1. Menu Makanan	7
a. Makanan.....	9
b. Menu Makanan	10
c. Penyusunan Menu Seimbang Untuk Remaja	
1. Cara Memilih Bahan Makanan	12
2. Cara Menyusun Menu	13
3. Manfaat Perencanaan Menu.....	14
4. Tujuan Penyusunan Menu Seimbang Bagi Remaja.....	15
5. Faktor-faktor Yang Memenuhi Menu Seimbang.....	15
2. Tingkat Kecukupan Energi Pada Remaja (usia 13-15 tahun)	
a. Tingkat Kecukupan Energi Pada.....	16
b. Gizi Remaja	18
c. Tingkat Kecukupan Energi Pada Remaja (usia 13-15 tahun)	20
1. Energi.....	21
B. Penelitian Relevan	22
C. Kerangka Berpikir.....	23

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian	25
B. Defenisi Operasinal dan Variable Penelitian	25
1. Defenisi Operasional.....	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian	
1. Populasi Penelitian.....	26
2. Sampel Penelitian.....	26
D. Teknik Pengumpulan Data.....	27
1. Food Recall	27
2. Teknik Analis Data	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	30
I. Karakteristik Responden.....	30
II. Analisis Menu Makanan Anak Remaja	34
1. Beragam	35
2. Bergizi.....	38
3. Seimbang.....	39
4. Aman.....	41
III. Analisis Tingkat Kecukupan Energi	43
IV. Analisis Menu Makanan Dan Tingkat Kecukupan Energi Anak Remaja 13-15 tahun Di SMP Negeri 2 Kabanjahe	45

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	57
B. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA.....	60
----------------------------	-----------

