

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis .....	5
2. Manfaat Praktis.....	5
E. Kerangka Konsep.....	6
F. Hipotesis Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Remaja Obesitas.....	7
1. Pengertian Obesitas pada Remaja.....	7
2. Penentuan Obesitas .....	8
3. Tipe – tipe Obesitas .....	8
4. Faktor-faktor Penyebab Obesitas.....	9
B. Remaja.....	12
1. Pengertian Remaja .....	12
2. Karakteristik Remaja.....	13
C. Label Pangan Kemasan .....	14
1. Pengertian Label Pangan .....	14
2. Keterangan pada Label Pangan .....	15

D. Label Informasi Nilai Gizi.....	17
1. Pengertian Label Informasi Nilai Gizi.....	17
2. Manfaat Label Informasi Nilai Gizi.....	18
3. Komponen Label Informasi Nilai Gizi.....	18
G. Langkah-langkah Membaca Label Informasi Nilai Gizi .....	19
H. Konsep Pengetahuan.....	21
I. Edukasi Gizi .....	25
J. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Penggunaan Aplikasi Berbasis Android.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>43</b>
A. Jenis Penelitian .....	43
B. Pembuatan Aplikasi Simak Gizi .....	43
C. Alur Penelitian .....	45
D. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	45
E. Populasi dan Sampel.....	46
F. Variabel Penelitian.....	47
G. Definisi Operasional .....	47
H. Instrumen Penelitian.....	48
I. Metode Pengumpulan Data .....	49
J. Pengolahan Data.....	49
K. Analisis Data .....	50
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	52
1. Letak Geografis .....	52
2. Visi dan Misi SMPN 20 Kota Malang .....	52
3. Sarana dan Prasarana .....	53
4. Jumlah Tenaga Pengajar dan Siswa di SMPN 20 Kota Malang .....	53
B. Gambaran Umum Program Kesehatan .....	53
C. Gambaran Umum Responden Penelitian .....	54
D. Pengetahuan Tentang Informasi Nilai Gizi Sebelum dan Sesudah Penggunaan Aplikasi Simak Gizi.....	58
E. Distribusi Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Penggunaan Aplikasi Simak Gizi di SMPN 20 Kota Malang .....	65
F. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Obesitas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aplikasi Simak Gizi di SMPN 20 Kota Malang. ....	70

G. Evaluasi Penggunaan Aplikasi Simak Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa SMPN 20 Kota Malang .....	74
BAB V PENUTUP .....	76
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran .....	76
DAFTAR PUSTAKA .....	78
LAMPIRAN .....	85

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Menurut Umur .....	8
Tabel 2. Keterangan yang Dicantumkan pada Label Pangan Peraturan BPOM Nomor 31 Tahun 2018.....	15
Tabel 3. Ketentuan Pencantuman Informasi Gizi pada Label Pangan sesuai Peraturan BPOM Nomor 26 Tahun 2021 .....	17
Tabel 4. Ketentuan Pencantuman Informasi Nilai Gizi pada Label Pangan sesuai Peraturan BPOM Nomor 26 Tahun 2021 .....	19
Tabel 5. Tabel Definisi Operasional .....	47
Tabel 6. Data Siswa SMPN 20 Kota Malang .....	53
Tabel 7. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Usia di SMPN 20 Kota Malang .....	55
Tabel 8. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SMPN 20 Kota Malang.....	56
Tabel 9. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Riwayat Mendapatkan Informasi di SMPN 20 Kota Malang .....	57
Tabel 10. Distribusi Jawaban Kuesioner <i>Pre Test</i> dan <i>Post Test</i> .....	58
Tabel 11. Distribusi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penggunaan Aplikasi Simak Gizi di SMPN 20 Kota Malang .....	66
Tabel 12. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Obesitas Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aplikasi Simak Gizi di SMPN 20 Kota Malang. ....	70

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian .....	6
Gambar 2. Gambaran Menu Aplikasi Simak Gizi .....	29
Gambar 3. Tampilan <i>Login</i> Aplikasi Simak Gizi .....	30
Gambar 4. Tampilan dalam Melengkapi Akun User.....	31
Gambar 5. Tampilan <i>Dasbord</i> Aplikasi Simak Gizi .....	31
Gambar 6. Tampilan Kalkulator Gizi Aplikasi Simak Gizi .....	32
Gambar 7. Tampilan Perhitungan IMT Aplikasi Simak Gizi.....	32
Gambar 8. Output Perhitungan berat Badan Ideal .....	33
Gambar 9. Output Perhitungan Nilai Gizi Aplikasi Simak Gizi .....	33
Gambar 10. Tampilan Kesimpulan Berat Badan.....	34
Gambar 11. Tampilan Meal Reminder (Peringat Diet) Aplikasi Simak Gizi.....	34
Gambar 12. Tampilan Pengaturan Pola Makan Aplikasi Simak Gizi .....	35
Gambar 13. Tampilan Rekomendasi Menu Diet di Aplikasi Simak Gizi .....	35
Gambar 14. Tampilan Daftar Bahan Makanan yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan .....	36
Gambar 15. Tampilan Makanan Daftar Penukar Aplikasi Simak Gizi.....	36
Gambar 16. Tampilan Daftar Aktifitas Fisik di Aplikasi Simak Gizi .....	37
Gambar 17. Tampilan Materi Edutainment Gizi Aplikasi Simak Gizi .....	37
Gambar 18. Tampilan Quiz Aplikasi Simak Gizi.....	38
Gambar 19. Rancangan Penelitian .....	43
Gambar 20 Kerangka Kerja Pengembangan Aplikasi Simak Gizi.....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian .....	85
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan dan Kebudayaan .....	86
Lampiran 3. Kuesioner Pengetahuan <i>Pre dan Post Test</i> .....	87
Lampiran 4. Uji Fungsionalitas Aplikasi .....	90
Lampiran 5. Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah penggunaan aplikasi Simak Gizi .....	91
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner .....	92
Lampiran 7. Uji Statistik Normalitas Data .....	93
Lampiran 8. Uji Wilcoxon .....	94
Lampiran 9. Hasil Kuesioner Evaluasi Aplikasi Simak Gizi.....	95
Lampiran 10. Tampilan Aplikasi Simak Gizi.....	96
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	104