

**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN ASUPAN MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA
REMAJA DI YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM MIFTAHUSSALAM
MEDAN**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

OLEH:

ZHAFIRA KURNIA ANWAR
NIM. 0801202026

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN ASUPAN MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA
REMAJA DI YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM MIFTAHUSSALAM
MEDAN**

SKRIPSI



Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)

OLEH:

ZHAFIRA KURNIA ANWAR
NIM. 0801202026



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
SUMATERA UTARA MEDAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN ASUPAN MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA
REMAJA DI YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM MIFTAHUSSALAM
MEDAN**

ZHAFIRA KURNIA ANWAR

0801202026

ABSTRAK

Westernisasi dan perilaku sedentari menyebabkan terjadinya perubahan asupan makanan pada masyarakat terutama pada tersedianya *fast food* sehingga meningkatkan risiko terjadinya *overweight* pada remaja. *Overweight* adalah kondisi pada saat seseorang memiliki berat badan berlebih dari berat normal dan sehat untuk ukuran atau tipe tubuh tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku sedentari dan asupan makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *overweight* pada remaja di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis deskriptif analitik pada pendekatan *cross sectional* yang digunakan untuk melihat dan mengukur hubungan perilaku sedentari, asupan makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *overweight* pada remaja di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan. Hasil penelitian menggunakan uji chi square diperoleh hasil p-value = 0,000 yang berarti ada hubungan perilaku sedentari dengan kejadian *overweight* dan dari hasil uji chi square diperoleh nilai p-value = 0,169 menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan asupan *fast food* dengan kejadian *overweight* pada remaja di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan. Nabi Muhammad SAW menjadi teladan bagi seluruh umat Islam tentang keseimbangan hidup antara melakukan aktivitas fisik, tekun dalam bekerja, teguh beribadah, menyisihkan waktu istirahat, dan mengonsumsi makanan halal lagi sehat secukupnya sehingga tidak berlebih-lebihan. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti frekuensi dan jumlah asupan makanan cepat saji pada remaja.

Kata Kunci: *Overweight*, Perilaku Sedentari, Asupan Makanan Cepat Saji

SUMATERA UTARA MEDAN

THE RELATIONSHIP OF SEDENTARIAN BEHAVIOR AND FAST FOOD INTAKE WITH THE INCIDENT OF OVERWEIGHT IN ADOLESCENTS AT THE MIFTAHUSSALAM ISLAMIC EDUCATION FOUNDATION MEDAN

ZHAFIRA KURNIA ANWAR

0801202026

ABSTRACT

Westernization and sedentary behavior cause changes in food intake in society, especially the availability of fast food, thereby increasing the risk of overweight in teenagers. Overweight is a condition when a person is overweight than the normal and healthy weight for a certain body size or type. This study aims to determine the relationship between sedentary behavior and fast food intake with the incidence of overweight in adolescents at the Miftahussalam Islamic Education Foundation, Medan. This research is a quantitative research with a descriptive analytical type using a cross sectional approach which is used to see and measure the relationship between sedentary behavior, fast food intake and the incidence of overweight in teenagers at the Miftahussalam Islamic Education Foundation, Medan. The results of the study using the chi square test obtained a p-value = 0.000, which means there is a relationship between sedentary behavior and the incidence of overweight and from the chi square test results obtained a p-value = 0.169 indicating that there is no relationship between fast food intake and the incidence of overweight in teenagers at the Foundation. Miftahussalam Islamic Education Medan. The Prophet Muhammad SAW became an example for all Muslims regarding the balance of life between doing physical activity, being diligent in work, being persistent in worship, setting aside time for rest, and consuming halal and healthy food in moderation so as not to overdo it.. It is hoped that future researchers can examine the frequency and amount of fast food intake in adolescents.

Keywords: *Overweight, Sedentary Behavior, Fast Food Intake*

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Zhafira Kurnia Anwar
NIM : 0801202026
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tgl Lahir : Pangkalan Susu, 03 Agustus 2002
Judul Skripsi : Hubungan Perilaku Sedentari dan Asupan Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Overweight* pada Remaja di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata I di Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa ini bukan karya asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 23 Juli 2024



Zhafira Kurnia Anwar
NIM. 0801202026

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul

**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN ASUPAN MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA
REMAJA DI YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM MIFTAHUSSALAM
MEDAN**

ZHAFIRA KURNIA ANWAR
0801202026

Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah

Medan, 23 Juli 2024

Disetujui:

Dosen Pembimbing Umum



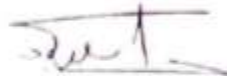
Nadva Ulfa Tanjung, S.K.M., MKM
NIP. 198809132020122012

Dosen Pembimbing Integrasi



Dr. Hj. Nurhanifah, MA
NIP. 197507222006042001

Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU



Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes
NIP. 199006062019031016

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul:

**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN ASUPAN MAKANAN
CEPAT SAJI (*FAST FOOD*) DENGAN KEJADIAN *OVERWEIGHT* PADA
REMAJA DI YAYASAN PENDIDIKAN ISLAM MIFTAHUSSALAM
MEDAN**

Yang disiapkan dan dipertahankan oleh:

ZHAFIRA KURNIA ANWAR
NIM. 0801202026

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Pada tanggal 23 Juli 2024 dan
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji



Dewi Agustina, S.Kep, Ners, M.Kes
NIP. 197008172010012006

Penguji I



Nadva Ulfa Tanjung, S.K.M., M.K.M
NIP. 198809132020122012

Penguji II



Rani Suraya, S.K.M., M.K.M
NIP. 198811102022032004

Penguji Integrasi


UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

Dr. Hj. Nurhanifah, MA
NIP. 197507222006042001
SUMATERA UTARA MEDAN

Medan, 23 Juli 2024

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Dekan,



Prof. Dr. Mesiono, M.Pd
NIP. 197210222007011031

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Zhafira Kurnia Anwar
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/Tgl Lahir : Pangkalan Susu, 03 Agustus 2002
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Golongan Darah : O
Suku Bangsa : Melayu
Alamat : Pangkalan Susu, Bukit Kunci, Jalan Janpun
E-mail : zhafirakurnia03082002@gmail.com
Nomor HP : 082164684114

DATA PENDIDIKAN FORMAL

2007-2008 : TK Ar Ruhama Pangkalan Susu
2009-2014 : SD Swasta Dharma Patra Pangkalan Susu
2015-2017 : SMP Swasta Dharma Patra Pangkalan Susu
2018-2020 : SMA Negeri 1 Pangkalan Susu
2020-2024 : Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Khairil Anwar, SE
Pekerjaan : Karyawan Swasta
Nama Ibu : Murniyanti Surbakti
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Kabupaten Langkat, Pangkalan Susu, Bukit Kunci, Jalan Janpun

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi yang berjudul **“Hubungan Perilaku Sedentari dan Asupan Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Overweight* Pada Remaja di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan”**. Penulisan tugas akhir skripsi ini diusulkan untuk meraih gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM) pada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini, penulis banyak menerima bantuan dan masukan dari berbagai pihak, yang semuanya sangat penting dan bermanfaat dalam penulisan tugas akhir skripsi ini. Sehubungan dengan hal tersebut, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Nurhayati, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono, S.Ag, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, M.A, selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A, selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

5. Bapak Dr. Irwansyah, S.H.I., M.H, selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Nadya Ulfa Tanjung, S.K.M., M.K.M, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak membantu, meluangkan waktu, serta sabar dalam membimbing dan mengajari saya dari awal hingga akhir penulisan tugas akhir skripsi ini.
8. Ibu Dr. Hj. Nurhanifah, MA, selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi dan Keuangan Fakultas Sains dan Teknologi, selaku Dosen Pembimbing Integrasi yang telah banyak membantu dan meluangkan waktunya untuk memberikan arahan kepada saya guna menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
9. Ibu Rani Suraya, S.K.M., M.K.M, selaku Dosen Penguji Seminar Proposal dan Penguji Sidang Munaqasyah yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pertanyaan, arahan dan masukan pada saya terhadap penulisan tugas akhir skripsi ini.
10. Ibu Dewi Agustina, S.Kep, Ners, M.Kes, selaku Ketua Penguji Sidang Munaqasyah yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pertanyaan, arahan dan masukan pada saya terhadap penulisan tugas akhir skripsi ini.
11. Ibu Rahimah S.Ag, S.Pd, selaku Kepala Sekolah SMP Darussalam Medan yang memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian terkait tugas akhir skripsi di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan.

12. Ibu Meutia Handayani, S.Pd, selaku PKS 1 SMP Darussalam Medan yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama saya melakukan penelitian terkait tugas akhir skripsi di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan.
13. Bapak H. Muzakkir M. Adam, S.Ag, selaku Kepala Madrasah MTs Miftahussalam Medan yang telah memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian terkait tugas akhir skripsi di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan.
14. Ibu Gita Kartika, A.Md dan Ibu Wina Wulandari S.Pd, selaku Dewan Guru MTs Miftahussalam Medan yang telah memberikan arahan, bantuan dan bimbingan selama saya melakukan penelitian terkait tugas akhir skripsi di Yayasan Pendidikan Islam Miftahussalam Medan.
15. Ayah saya Bapak Khairil Anwar, SE, laki-laki paling berjasa dalam hidup saya. Terima kasih karena selalu menjadi support system kedua anaknya. Terima kasih atas segala pengorbanan dan perjuangan ayah untuk menyekolahkan kedua anaknya sampai ke perguruan tinggi. Terima kasih atas segala doa yang selalu di panjatkan untuk kedua anaknya. Terima kasih karena selalu mengutamakan anak-anak di atas kepentingan pribadi ayah dan terima kasih karena selalu menjadi garda terdepan bagi kedua anaknya.
16. Ibu saya Ibu Murniyanti Surbakti, perempuan paling berjasa dalam hidup saya. Terima kasih telah menjadi ibu sekaligus sahabat yang tidak pernah bosan mendengarkan cerita dan keluh kesah saya setiap hari. Terima kasih karena selalu menjadi support system kedua anaknya. Terima kasih telah

melahirkan saya ke dunia ini. Terima kasih karena selalu memanjatkan doa yang tiada habisnya kepada kedua anaknya. Terima kasih atas segala dukungan di saat senang, sedih dan ketika saya sedang tidak percaya diri.

17. Abang saya Richi Ananda Ramadhan Anwar, S.T, terima kasih sudah menjadi support system saya. Terima kasih telah bersedia mengikuti dan menemani saya dalam hal-hal yang berhubungan dengan perkuliahan. Terima kasih karena selalu membantu ayah memenuhi semua kebutuhan saya selama kuliah. Terima kasih sudah menjadi contoh abang yang baik buat adiknya.

18. Sahabat seperjuangan saya Yunda Sartika, terima kasih karena selalu ada dan membantu penelitian saya dari awal sampai akhir. Terima kasih telah bersedia menemani saya selama bimbingan tugas akhir skripsi. Terima kasih sudah mau mendengarkan cerita saya setiap hari dan terima kasih selalu ada bersama saya.

19. Sahabat sekaligus teman kost saya Nur Syahidah Hasiyah Nasution, terima kasih karena selalu bersedia menemani saya disaat mengerjakan tugas akhir skripsi. Terima kasih telah membantu ketika saya dalam kesulitan dan selalu bersedia mengikuti kemana pun saya pergi. Terima kasih selalu ada di saat saya senang dan sedih. Terima kasih atas segala dukungannya dan terima kasih karena selalu bersama penulis.

20. Sahabat seperjuangan saya Riska Amelinda, terima kasih atas bantuan dan arahnya dalam mengerjakan tugas akhir skripsi. Terima kasih selalu mendengarkan semua cerita saya setiap hari dari pagi hingga malam. Terima kasih untuk selalu mengingatkan disaat saya salah dan

memberikan semangat di saat saya sedih. Terima kasih karena selalu bersama penulis.

21. Sahabat seperjuangan saya Nur Muthmainah, terima kasih atas dukungan yang diberikan. Terima kasih telah menjadi teman penulis dan terima kasih karena selalu bersama penulis.

22. Zhafira Kurnia Anwar, terima kasih atas perjuangannya selama ini. Terima kasih telah menyelesaikan seluruh proses perkuliahan di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Peminatan Gizi. Terima kasih atas semangat dan kerja keras dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi.

Penulis memahami bahwa penulisan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun penulis harapkan demi menyempurnakan skripsi ini.

Wassalamualaikum Warahmatullahi wabarakatuh

Medan, 23 Juli 2024

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
Zhafira Kurnia Anwar
NIM. 0801202026

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 <i>Overweight</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Overweight</i>	8
2.1.2 Faktor-faktor Penyebab <i>Overweight</i>	9
2.1.3 Dampak Negatif <i>Overweight</i> Pada Remaja.....	9
2.1.4 Perhitungan Antropometri IMT/U Pada Remaja	10
2.2 Perilaku Sedentari.....	11
2.2.1 Definisi Perilaku Sedentari	11
2.2.2 Perilaku Sedentari Pada Remaja	12
2.2.3 ASAQ (<i>Adolescent Sedentary Activity Quistionnaire</i>)	12
2.3 Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>)	13

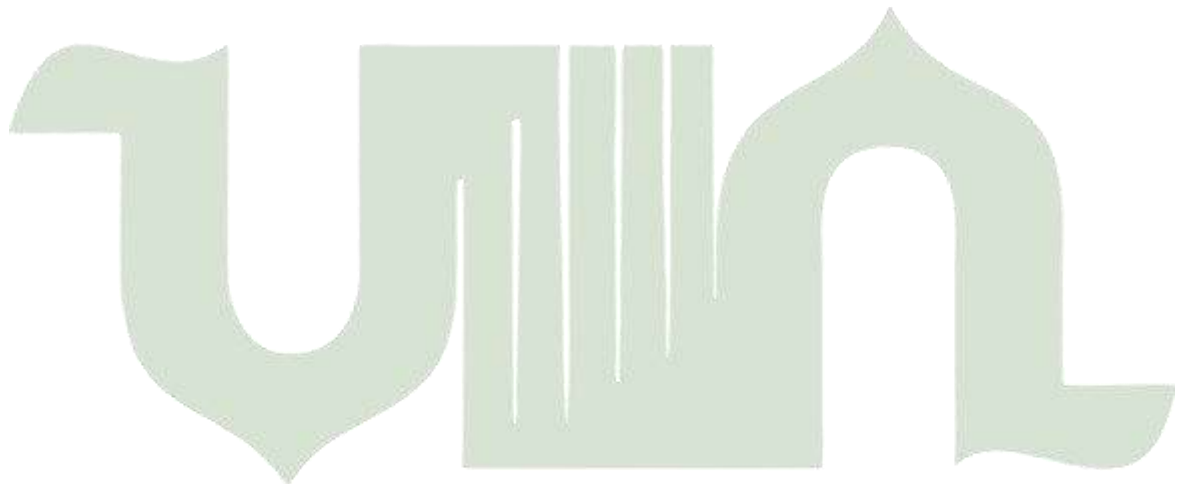
2.3.1	Definisi Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>)	13
2.3.2	Asupan Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) Pada Remaja.....	13
2.3.3	Jenis-jenis <i>Fast Food</i>	14
2.3.4	Dampak Negatif Konsumsi <i>Fast Food</i> Pada Remaja	16
2.3.5	FFQ (<i>Food Frequency Questioinnaire</i>)	16
2.4	Remaja.....	17
2.4.1	Definisi Remaja.....	17
2.4.2	Tahapan Perkembangan Remaja.....	18
2.4.3	Karakteristik Remaja.....	20
2.4.4	Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja	22
2.4.5	Kebutuhan Gizi Pada Remaja	24
2.5	Kajian Integrasi Keislaman	25
2.5.1	Konsep <i>Overweight</i> Menurut Al-Qur'an dan Hadist	25
2.5.2	Konsep Pola Makanan Menurut Al-Qur'an dan Hadist.....	28
2.5.3	Konsep Perilaku Sedentari Menurut Al-Qur'an dan Hadist	31
2.6	Kerangka Teori.....	34
2.7	Kerangka Konsep	35
2.8	Hipotesis Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN		37
3.1	Jenis dan Desain Penelitian	37
3.1.1	Jenis Penelitian.....	37
3.1.2	Desain Penelitian.....	37
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
3.2.1	Lokasi Penelitian.....	37
3.2.2	Waktu Penelitian.....	37
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	38
3.3.1	Populasi Penelitian	38
3.3.2	Sampel Penelitian.....	38
3.4	Teknik Pengambilan Sampel.....	39
3.5	Definisi Operasional.....	39
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas	41
3.6.1	Uji Validitas	41

3.6.2	Uji Reliabilitas	41
3.7	Teknik Pengumpulan Data	41
3.7.1	Jenis Data	42
3.7.2	Instrumen Penelitian.....	42
3.7.3	Prosedur Pengumpulan Data	43
3.8	Analisis Data	46
3.8.1	Analisis Univariat.....	46
3.8.2	Analisis Bivariat.....	46
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	47
4.1	Hasil Penelitian.....	47
4.1.1	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	47
4.1.2	Karakteristik Responden Penelitian	47
4.1.3	Gambaran Perilaku Sedentari pada Remaja.....	48
4.1.4	Gambaran Asupan Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>) pada Remaja	50
4.1.5	Gambaran Kejadian <i>Overweight</i> pada Remaja	53
4.1.6	Hubungan Perilaku Sedentari dengan Kejadian <i>Overweight</i>	53
4.1.7	Hubungan Asupan (<i>Fast Food</i>) dengan Kejadian <i>Overweight</i>	54
4.2	Pembahasan	55
4.2.1	Hubungan Perilaku Sedentari dengan Kejadian <i>Overweight</i>	55
4.2.2	Hubungan Asupan (<i>Fast Food</i>) dengan Kejadian <i>Overweight</i>	60
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	67
5.1	Kesimpulan.....	67
5.2	Saran	68
DAFTAR PUSTAKA		69

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR TABEL

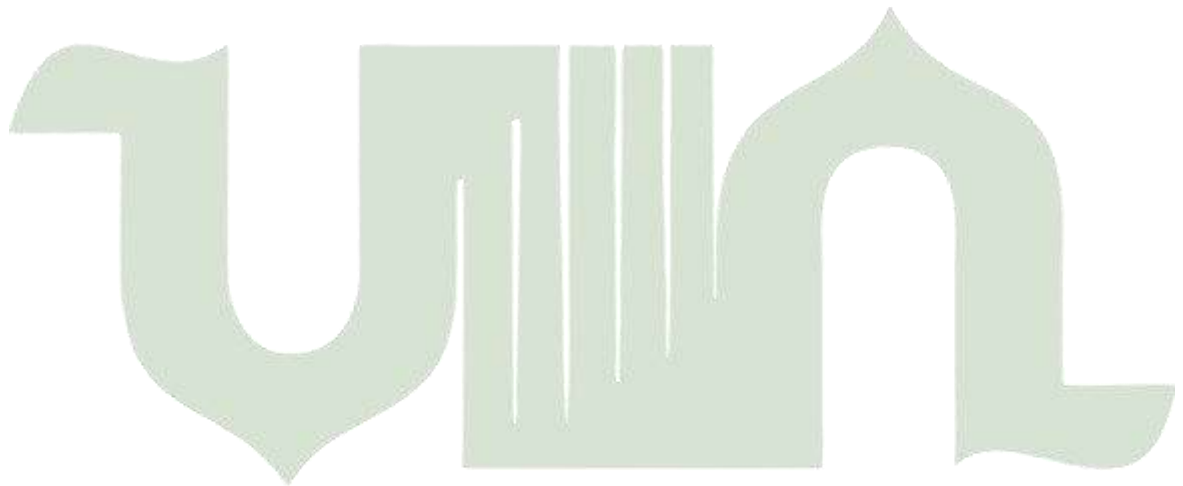
Tabel 3. 1: Definisi Operasional.....	40
Tabel 4. 1: Distribusi Karakteristik Remaja	47
Tabel 4. 2: Distribusi Perilaku Sedentari Remaja	49
Tabel 4. 3: Gambaran Perilaku Sedentari pada Remaja	50
Tabel 4. 4: Distribusi Asupan <i>Fast Food</i> Remaja	50
Tabel 4. 5: Gambaran Asupan <i>Fast Food</i> pada Remaja	52
Tabel 4. 6: Gambaran Kejadian <i>Overweight</i> pada Remaja	53
Tabel 4. 7: Hasil Uji Chi Square Hubungan Perilaku Sedentari dengan Kejadian <i>Overweight</i>	53
Tabel 4. 8: Hasil Uji Chi Square Hubungan Asupan <i>Fast Food</i> dengan Kejadian <i>Overweight</i>	54



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR GAMBAR

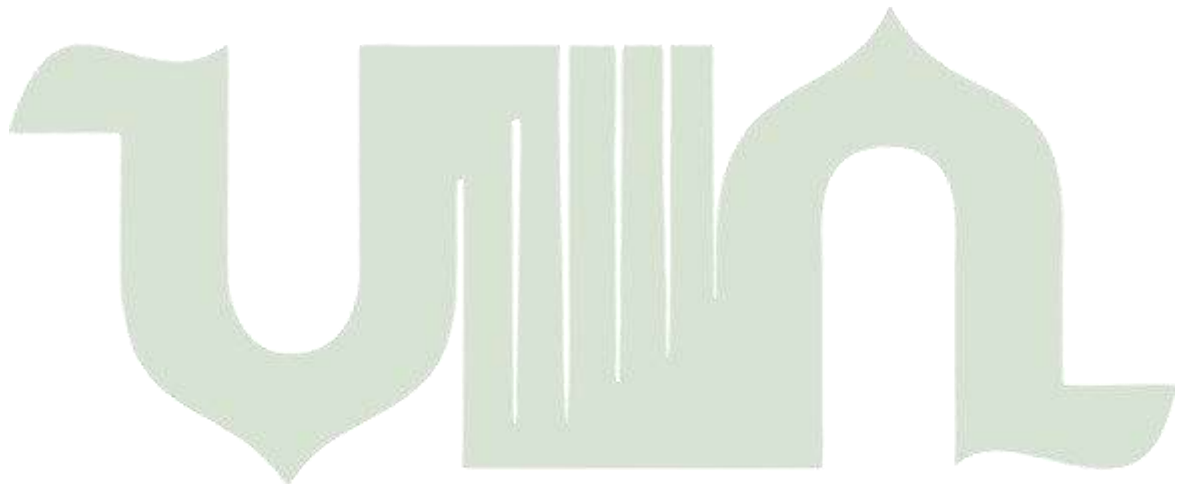
Gambar 2. 1: Kerangka Teori.....	35
Gambar 2. 2: Kerangka Konsep.....	36



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Formulir Informed Consent	77
Lampiran 2: Formulir Frekuensi Makanan.....	78
Lampiran 3: Kuesioner Aktivitas Sedentari Remaja	79
Lampiran 4: Identitas Responden	81
Lampiran 5: Hasil Pengukuran Makanan Formulir FFQ.....	83
Lampiran 6: Hasil Pengolahan Data Responden	85
Lampiran 7: Surat Izin Penelitian SMP Darussalam.....	96
Lampiran 8: Surat Izin Penelitian MTs Miftahussalam	97
Lampiran 9: Surat Balasan Penelitian SMP Darussalam.....	98
Lampiran 10: Surat Balasan Penelitian MTs Miftahussalam	99
Lampiran 11: Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	100



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN