

# Daftar Isi

BAB 6	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>BAB 1</b>	
<b>PENILAIAN KONSUMSI PANGAN DAN MASALAH GIZI DI DUNIA... 1</b>	
PENDAHULUAN.....	1
POLA KONSUMSI PANGAN PENDUDUK INDONESIA.....	5
<b>BAB 2</b>	
<b>FOOD PHOTOGRAPH DAN FOOD UTENSIL..... 7</b>	
PRINSIP DAN KEGUNAAN.....	7
PELAKSANAAN SURVEI KONSUMSI PANGAN.....	8
CARA MEMBUAT <i>FOOD PHOTOGRAPH</i> .....	9
<b>BAB 3</b>	
<b>FOOD WEIGHING ..... 13</b>	
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN.....	13
PERHITUNGAN BERAT MENTAH MASAK.....	13
FAKTOR PENYERAPAN MINYAK.....	25
PENIMBANGAN MAKANAN ( <i>FOOD WEIGHING</i> ).....	30
<b>BAB 4</b>	
<b>FOOD RECALL ..... 33</b>	
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN.....	33
PENGUNAAN METODE <i>FOOD RECALL</i> .....	34
TEKNIK <i>RECALL</i> KONSUMSI 24 JAM.....	37
<b>BAB 5</b>	
<b>FOOD RECORD ..... 39</b>	
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN.....	39
TEKNIK <i>FOOD RECORDS</i> .....	42
.....	114
.....	122
.....	131

<b>BAB 6</b>	
<b>FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE</b> .....	45
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	45
PENGEMBANGAN INSTRUMEN FFQ.....	48
Survei <i>data base</i> .....	48
Pengembangan FFQ.....	48
Formulir FFQ final.....	49
TEKNIK <i>FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE</i> .....	50
<b>BAB 7</b>	
<b>DIETARY HISTORY</b> .....	53
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	53
TEKNIK <i>DIETARY HISTORY</i> .....	57
<b>BAB 8</b>	
<b>FOOD ACCOUNT</b> .....	59
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	59
TEKNIK <i>FOOD ACCOUNT</i> .....	61
<b>BAB 9</b>	
<b>NERACA BAHAN MAKANAN DAN POLA PANGAN HARAPAN</b> .....	63
NERACA BAHAN MAKANAN .....	63
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	64
TEKNIK PENYUSUNAN NBM .....	65
Jenis Bahan Makanan (Kolom 1) .....	65
Produksi (Kolom 2 dan 3) .....	66
Perubahan Stok (Kolom 4).....	66
Impor (Kolom 5) .....	66
Persediaan dalam negeri/daerah sebelum ekspor (Kolom 6).....	66
Ekspor (Kolom 7).....	66
Persediaan dalam negeri/daerah (Kolom 8) .....	66
Pemakaian/penggunaan dalam negeri/daerah (Kolom 9-14).....	66
Ketersediaan untuk konsumsi per kapita (Kolom 15-19) .....	66
POLA PANGAN HARAPAN .....	67
Dasar Penyusunan Pola Pangan Harapan .....	68
Metodologi.....	70
Jenis dan sumber .....	70
Metode analisis .....	71
Evaluasi Skor PPH Aktual.....	71
Proyeksi Skor PPH.....	71
Penyusunan Target Ketersediaan dan Konsumsi Pangan.....	71
Penetapan Strategi dan Langkah Implementasi .....	72

<b>BAB 10</b>	
<b>PENGUKURAN KONSUMSI DAN KECUKUPAN GIZI INDIVIDU.....</b>	<b>73</b>
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	73
CARA KERJA PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA DARI BERBAGAI METODE .....	73
Food Recall.....	73
Cara manual.....	73
Cara komputerisasi.....	74
Food Frequency Questionaire.....	75
Cara komputerisasi.....	75
Food Weighing.....	76
Cara manual.....	76
Food Records.....	76
Dietary History .....	76
<b>MENENTUKAN KECUKUPAN GIZI INDIVIDU.....</b>	<b>79</b>
Kecukupan Energi.....	80
Kategori Penerimaan Makanan .....	85
Kecukupan Protein.....	87
Kecukupan Vitamin dan Mineral.....	87
<b>BAB 11</b>	
<b>PENGUKURAN KONSUMSI DAN KECUKUPAN GIZI KELUARGA.....</b>	<b>89</b>
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	89
CARA KERJA.....	89
<b>BAB 12</b>	
<b>MONITORING DAN EVALUASI ASUPAN GIZI .....</b>	<b>93</b>
PRINSIP DASAR DAN KEGUNAAN .....	93
TEKNIK MONITORING DAN EVALUASI ASUPAN GIZI.....	94
<b>LAMPIRAN A</b>	
<b>DAFTAR BAHAN MAKANAN PENUKAR.....</b>	<b>95</b>
<b>LAMPIRAN B</b>	
<b>ANGKA KECUKUPAN GIZI 2004 .....</b>	<b>99</b>
ANGKA KECUKUPAN GIZI ORANG INDONESIA TAHUN 2004 .....	100
<b>LAMPIRAN C</b>	
<b>DAFTAR KOMPOSISI BAHAN MAKANAN .....</b>	<b>105</b>
<b>KELOMPOK BAHAN MAKANAN.....</b>	<b>106</b>
Golongan: Buah-buahan .....	106
Golongan: Daging dan hasil olahannya.....	112
Golongan: Ikan, kerang, udang dan hasil olahannya .....	114
Golongan: Kacang-kacangan, biji-bijian, dan hasil olahannya .....	122
Golongan: Lemak dan minyak .....	130

Golongan: Sayuran .....	130
Golongan: Serba-serbi.....	142
Golongan: Sereal, umbi, dan hasil olahannya.....	144
Golongan: Susu dan hasil olahannya .....	152
Golongan: Telur.....	152
<b>KELOMPOK MAKANAN PRODUK INDUSTRI .....</b>	<b>154</b>
Golongan: Daging dan hasil olahannya .....	154
Golongan: Ikan, kerang, udang, dan hasil olahannya.....	154
Golongan: Kacang-kacangan, biji-bijian, dan hasil olahannya .....	154
Golongan: Sereal, umbi, dan hasil olahannya.....	156
Golongan: Susu dan hasil olahannya .....	156
<b>KELOMPOK MAKANAN SIAP SANTAP.....</b>	<b>158</b>
Golongan: Buah-buahan .....	158
Golongan: Daging dan hasil olahannya .....	158
Golongan: Ikan, kerang, udang, dan hasil olahannya.....	162
Golongan: Kacang-kacangan, biji-bijian, dan hasil olahannya .....	166
Golongan: Sayuran .....	170
Golongan: Serba-serbi.....	174
Golongan: Sereal, umbi, dan hasil olahannya .....	184
Golongan: Susu dan hasil olahannya .....	190
Golongan: Telur.....	190
<b>LAMPIRAN D</b>	
<b>TABEL NERACA BAHAN MAKANAN .....</b>	<b>193</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>200</b>
<b>INDEKS .....</b>	<b>203</b>