

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACK	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Ruang Lingkup	4
1.5 Manfaat Penelitian	4
1.5.1 Bagi Peneliti.....	4
1.5.2 Bagi Responden.....	4
1.5.3 Bagi Institusi.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Depresi.....	6
2.1.1 Pengertian Depresi.....	6
2.1.2 Etiologi Depresi.....	6
2.1.3 Faktor Depresi.....	8
2.1.4 Gejala Depresi.....	10
2.2 Suasana Hati (<i>Mood</i>)	11
2.2.1 Pengertian Suasana Hati (<i>Mood</i>)	11
2.2.2 Ciri – Ciri Suasana Hati (<i>Mood</i>).....	11
2.2.3 Dimensi – dimensi Suasana Hati (<i>Mood</i>)	12
2.2.4 Sumber-sumber Suasana Hati (<i>Mood</i>).....	12

2.3 Vitalitas.....	14
2.3.1 Pengertian Vitalitas.....	14
2.3.2 Aspek-Aspek Vitalitas	14
2.3.3 Faktor- faktor yang Mempengaruhi Vitalitas	15
2.4 Buah.....	16
2.4.1 Pengertian Buah.....	16
2.4.2 Kandungan Gizi pada Buah	16
2.4.3 Anjuran Konsumsi Buah.....	21
2.6 Kerangka Teori.....	22
2.7 Kerangka Konsep	24
2.8 Hipotesis	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	25
3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	25
3.2 Metode Penelitian	25
3.3 Populasi dan Sampel	26
3.3.1 Populasi.....	26
3.3.2. Sampel	26
3.4 Definisi Operational	27
3.5 Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	28
3.5.1 Jenis Data.....	28
3.5.2 Teknik Pengumpulan data	28
3.6 Pengolahan dan Analisis Data.....	32
3.6.1 Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
3.6.2 Analisis Data.....	33
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	34
4.1 Gambaran Umum Pondok Pesantren Assiddiqiyah	34
4.2 Hasil Analisis Data Univariat.....	34
4.2.1 Karakteristik Sampel.....	34
4.2.2 Konsumsi Buah.....	35
4.2.3 Skor Gejala Depresi Pada Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi	36
4.2.4 Suasana Hati (<i>Mood</i>) Pada Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi	36
4.2.5 Vitalitas Pada Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi	37

4.3 Analisis Data Bivariat	37
4.3.1 Gejala Depresi.....	37
4.3.2 Suasana Hati (<i>Mood</i>)	39
4.3.3 Vitalitas.....	40
4.4 Kepatuhan Intervensi.....	41
BAB V PEMBAHASAN	42
5.1 Gambaran Karakteristik Responden	42
5.2 Konsumsi Buah Sebelum dan Sesudah Intervensi	42
5.3 Pengaruh Pemberian Buah Terhadap Skor Gejala Depresi	43
5.4 Pengaruh Pemberian Buah Terhadap Suasana Hati (<i>Mood</i>).....	45
5.5 Pengaruh Pemberian Buah Terhadap Vitalitas	45
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
6.1 Kesimpulan	49
6.2 Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.