

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan Masalah	5
1.4 Perumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian.....	5
1.5.1 Tujuan Umum.....	5
1.5.2 Tujuan Khusus	5
1.6 Manfaat Penelitian.....	6
1.7 Keaslian dan Keterbaruan	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Remaja.....	11
2.1.1 Pengertian Remaja	11
2.1.2 Karakteristik Masa Remaja.....	11
2.1.3 Tahap Perkembangan Remaja	12
2.1.4 Fase Perubahan Remaja	13
2.2 Status Gizi Pada Remaja	13
2.2.1 Pengertian Status Gizi.....	13
2.2.2 Penilaian Status Gizi Pada Remaja.....	14
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi Pada Remaja	16
2.2.4 Masalah Gizi Pada Remaja	17
2.3 Makanan Cepat Saji.....	19
2.3.1 Pengertian Makanan Cepat Saji.....	19
2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja	19
2.3.3 Dampak Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Remaja	21
	x

2.3.4 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Status Gizi.....	23
2.4 Stres Pada Remaja	23
2.4.1 Pengertian Stres	23
2.4.2 Tingkatan Stres	24
2.4.3 Fisologis Stres.....	24
2.4.4 Stres Pada Remaja	25
2.4.5 Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi	26
2.5 Kualitas Tidur Pada Remaja.....	27
2.5.1 Pengertian Tidur	27
2.5.2 Fungsi dan Tujuan Tidur.....	28
2.5.3 Jenis-jenis Tidur.....	28
2.5.4 Kualitas Tidur	29
2.5.5 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Remaja.....	30
2.5.6 Hubungan Kualitas Tidur dengan Status Gizi	31
2.6 Kuesioner.....	32
2.6.1 FFQ	32
2.6.2 ISMA (<i>International Stress Management Association</i>).....	32
2.6.3 PSQI (<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>)	33
2.7 Kerangka Penelitian	35
2.7.1 Kerangka Teori	35
2.7.2 Kerangka Konsep.....	37
2.8 Hipotesis	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	38
3.1.1 Tempat Penelitian	38
3.1.2 Waktu Penelitian.....	38
3.2 Jenis Penelitian	38
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	38
3.3.1 Populasi.....	38
3.3.2 Sampel	38
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	39
3.4 Pengumpulan Data	40
3.4.1 Data Primer	40
3.4.2 Data Sekunder.....	41
3.5 Instrumen Penelitian.....	41
3.5.1 Kuesioner	41
3.5.2 Alat ukur berat badan dan tinggi badan	41
3.6 Cara Pengumpulan Data	41
3.7 Pengolahan Data.....	41
3.7.1 Data Karakteristik Responden	41
3.7.2 Data Makanan Cepat Saji	41

3.7.3 Data Tingkat Stres	42
3.7.4 Data Kualitas Tidur.....	42
3.7.5 Data Status Gizi	42
3.8 Definisi Konseptual	42
3.8.1 Konsumsi Makanan Cepat Saji.....	42
3.8.2 Tingkat Stres	43
3.8.3 Kualitas Tidur	43
3.8.4 Status Gizi.....	43
3.9 Definisi Operasional.....	44
3.10 Manajemen Data.....	45
3.10.1 Editing.....	45
3.10.2 Coding.....	45
3.10.3 Entry.....	45
3.10.4 Tabulating	45
3.10.5 Cleaning	45
3.10.6 Processing	45
3.11 Analisis Data	46
3.11.1 Analisis Univariat	46
3.11.2 Analisis Bivariat	46
3.12 Organisasi Penelitian.....	46
3.13 Biaya Penelitian.....	49
3.14 Rencana Publikasi	49
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	50
4.1 Gambaran Umum	50
4.2 Analisis Univariat.....	51
4.2.1 Karakteristik Responden.....	51
4.2.2 Status Gizi, Konsumsi Makanan Cepat Saji, Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Responden.....	51
4.3 Analisis Bivariat	53
4.3.1 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji, Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Terhadap Status Gizi Remaja Putra	53
BAB V PEMBAHASAN	55
5.1 Karakteristik Responden	55
5.2 Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Status Gizi Remaja Putra.....	55
5.3 Hubungan Tingkat Stres Terhadap Status Gizi Remaja Putra	57
5.4 Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Status Gizi Remaja Putra.....	61
5.5 Keterbatasan Penelitian	64
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	65

6.1 Kesimpulan..... 65
6.2 Saran 66

DAFTAR PUSTAKA..... 67

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian.....	7
Tabel 2.1 Standar Penilaian Status Gizi Umur 5-18 Tahun Berdasarkan IMT/U..	15
Tabel 3.1 Distribusi Responden yang dijadikan Sampel.....	39
Tabel 3.2 Nilai Skor FFQ.....	42
Tabel 3.3 Definisi Operasional.....	44
Tabel 3.4 Rencana Publikasi.....	49
Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....	51
Tabel 4.2 Distibusi Frekuensi Berdasarkan Status Gizi, Konsumsi Makanan Cepat Saji, Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Responden Remaja Putra.....	52
Tabel 4.3 Distribusi Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji, Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Terhadap Status Gizi Remaja Putra.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... 35
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep..... 37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian	81
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP).....	82
Lampiran 3. Identitas Responden.....	83
Lampiran 4. Kuesioner Tingkat Stres	84
Lampiran 5. Kuesioner Kualitas Tidur.....	87
Lampiran 6. Kuesioner FFQ	90
Lampiran 7. Output SPSS	91
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	98
Lampiran 9. Ethical Clearance	100
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian PTSP	101
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan	102
Lampiran 12. Laporan Biaya Penelitian.....	103