

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	Error! Bookmark not defined.
UCAPAN TERIMA KASIH.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK.....	Er
.....	ror! Bookmark not defined.
ABSTRACT.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	i
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR TABEL	v
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Identifikasi Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Perbatasan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
1.5 Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.6 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.7 Keaslian Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
2.1 Indeks Massa Tubuh	Error! Bookmark not defined.
2.2 Tingkat Stres.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kualitas Tidur	Error! Bookmark not defined.
2.4 Faktor – Faktor yang mempengaruhi Kualitas Tidur.....	Error! Bookmark not defined.
defined.	
2.5 Perilaku Makan.....	Error! Bookmark not defined.
2.6 Faktor Perilaku Makan.....	Error! Bookmark not defined.
2.7 Asupan Zat Gizi Makro.....	Error! Bookmark not defined.
2.8 Aktivitas Fisik.....	Error! Bookmark not defined.
2.9 Faktor-Faktor mempengaruhi aktivitas fisik.....	Error! Bookmark not defined.
2.10 Mahasiswa	Error! Bookmark not defined.
2.11 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.12 Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
2.13 Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.

3.1	Tempat dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2	Jenis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3	Populasi dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.4	Cara Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.5	Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Variabel penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
2.	Definisi Konseptual	Error! Bookmark not defined.
3.	Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
3.6	Alur Dan Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.7	Tatalaksana Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.8	Teknik Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.9	Strategi Pengambilan Data Online.....	Error! Bookmark not defined.
3.10	Organisasi Penelitian Dan Estimasi Biaya ...	Error! Bookmark not defined.
BAB IV		Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN		Error! Bookmark not defined.
4.1	Data Hasil Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
4.2	Data Frekuensi Distribusi karakteristik Usia dan Jenis Kelamin.....	Error! Bookmark not defined.
4.3	Data Frekuensi Distribusi Indeks Massa Tubuh	Error! Bookmark not defined.
4.4	Data Frekuensi Distribusi Tingkat Stres	Error! Bookmark not defined.
4.5	Data Frekuensi Distribusi Kualitas Tidur.....	Error! Bookmark not defined.
4.6	Data Frekuensi Distribusi Perilaku Makan...	Error! Bookmark not defined.
4.7	Data Frekuensi Distribusi Asupan Zat Gizi Makro	Error! Bookmark not defined.
4.8	Data Frekuensi Distribusi Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
4.9	Hubungan Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas esa Unggul Harapan Indah Bekasi.....	Error! Bookmark not defined.
4.10	Hubungan Kualitas Tidur dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.
4.11	Hubungan Perilaku Makan (Emotional Eating, Restrain Eating, Eksternal Eating) dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.
4.13	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.
BAB V		Error! Bookmark not defined.
PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.

5.1	Hubungan Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.2	Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.3	Hubungan Perilaku Makan Emotional Eating dengan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.4	Hubungan Perilaku Makan Restraint Eating dengan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.5	Hubungan Perilaku Makan Eksternal Eating dengan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.6	Hubungan Asupan Zat Gizi Makro (Energi) Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.7	Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro (Protein) Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.8	Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro (Lemak) Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.9	Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro (Karbohidrat) Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi ..	Error! Bookmark not defined.
5.10	Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Bekasi	Error! Bookmark not defined.
5.11	Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....		Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....		Error! Bookmark not defined.
Lampiran 1. 1 PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN		Error! Bookmark not defined.
Lampiran 1. 2 LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN.....		Error! Bookmark not defined.
Lampiran 1. 3 FROM KUESIONER PENELITIAN.....		Error! Bookmark not defined.
Lampiran 1. 4 SKORING PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI).....		Error! Bookmark not defined.
Lampiran 1.5 Hasil Output SPSS		Error! Bookmark not defined.
Lampiran 1.6 Dokumentasi.....		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Rumus IMT	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. 2 Bagan Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. 1 Rumus Uji Hipotesis beda Proporsi 2 kelompok	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. 5 Alur Penelitian Hubungan Tingkat Stres, Kualitas Tidur, Perilaku Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa/i Reguler-Pararel Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.
<i>Gambar 3. 6 Rumus Korelasi Pearson</i>	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. 7 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3. 8 Bagan Organisasi	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 1 Diagram Distribusi Indeks Massa Tubuh.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 2 Distribusi Skor Tingkat Stres Responden	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 3 Distribusi Skor Kualitas Tidur Responden.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 4 Diagram Distribusi Frekuensi Zat Gizi Makro ...	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4. 5 Diagram Skor Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 1 Kategori status IMT.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 2 Pengaruh umur terhadap jumlah kebutuhan tidur	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 3 Angka Kecukupan Energi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 4 Angka Kecukupan Protein	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 5 Angka Kecukupan Lemak.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 6 Angka Kecukupan Karbohidrat.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 1 Hasil Perhitungan Sampel Minimal.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 2 Kategori Aktivitas Fisik berdasarkan Nilai Physical Activity Level (PAL)	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 3 Physical Activity Rate (PAR) berbagai aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Perilaku Makan .	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Tingkat Asupan Zat Gizi Makro	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 8 Distribusi hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 9 Distribusi Hubungan Kualitas Tidur dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 10 Distribusi Hubungan Perilaku Makan (Emotional Eating, Restrain Eating, Eksternal Eating) dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 11 Besaran Pengaruh Asupan Zat Gizi Makro (Energi Lemak) Terhadap Perilaku Makan Eksternal Eating	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 12 Distribusi Hubungan Asupan Zat Gizi Makro (Energi, Protein, Lemak, Karbohidrat) dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 13 Besaran Pengaruh Asupan Energi Zat Gizi Makro Terhadap Indeks Massa Tubuh	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 14 Distribusi Hubungan Aktivitas Fisik dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa/i Prodi Gizi Di Universitas Esa Unggul Harapan Indah Bekasi	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 1. 2 LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 1. 3 FROM KUESIONER PENELITIAN **Error! Bookmark not defined.**

Lampiran 1. 4 SKORING PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI) **Error! Bookmark not defined.**

