

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Bagi Peneliti.....	6
2. Bagi Institusi	6
3. Bagi Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi	6
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep Stres.....	7
1. Definisi Stres.....	7
2. Penyebab Stres.....	7
3. Tipe-tipe Stres.....	9
4. Tingkat Stres	9
5. Pengelolaan Stres	10
6. Pengukuran Tingkat Stres	11
7. Pengaruh Stres terhadap Pemilihan Makanan.....	12
B. Asupan Makan.....	12
1. Energi.....	12
2. Karbohidrat	13
3. Lemak	14
4. Protein.....	14
5. Pola Makan	15
6. Indeks Massa Tubuh	16
C. Status Gizi	17
1. Definisi Status Gizi.....	17
2. Penelitian Status Gizi.....	17

D. Mahasiswa Tingkat Akhir	19
1. Mahasiswa Tingkat Akhir Ditinjau dari Usia Akademik.....	19
2. Penyebab Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir.....	19
3. Hubungan Proses Penyusunan Skripsi dengan Tingkat Stres	20
E. Penelitian Terkait	20
2.2 Kerangka Berpikir.....	21
2.3 Kerangka Konsep.....	21
1. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Tempat dan Waktu Penelitian	23
B. Desain Penelitian.....	23
C. Teknik Pengumpulan Data	23
1. Jenis Data.....	23
2. Pengumpulan Data.....	24
a. Pengumpulan Antropometri	24
b. Penilaian Status Gizi	24
c. Metode Kuisisioner	24
3. Populasi dan Sampel.....	24
4. Instrumen Penelitian	25
a. Data yang dikumpulkan.....	25
b. Definisi Konseptual.....	25
c. Definisi Operasional.....	26
5. Teknik Analisis Data	28
a. Pengolahan Data.....	28
b. Manajemen Data	29
6. Analisis Data.....	30
a. Analisa Univariat.....	31
b. Analisa Bivariat.....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN	34
A. Gambaran umum lokasi penelitian.....	34
B. Analisa univariat.....	35
C. Analisa bivariat.....	42
BAB V PEMBAHASAN.....	47
A. Karakteristik umum responden.....	47
B. Tingkat stres	48
C. Asupan zat gizi makro.....	50
D. Status gizi	52

E. Hubungan tingkat stres dengan status gizi	52
F. Hubungan asupan energi dengan status gizi.....	54
G. Hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi	54
H. Hubungan protein dengan status gizi	55
I. Hubungan asupan lemak dengan status gizi.....	56
J. Keterbatasan penelitian	57
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan.....	58
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi IMT menurut Depkes RI.....	17
Tabel 3.1	Defenisi oprasional	28
Tabel 4.1	Distribusi umur mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul	35
Tabel 4.2	Distribusi jenis kelamin mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	36
Tabel 4.3	Distribusi jenis penelitian mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	36
Tabel 4.4	Distribusi status gizi mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	37
Tabel 4.5	Distribusi tingkat stres mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	38
Tabel 4.6	Distribusi asupan energi mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	38
Tabel 4.7	Distribusi asupan karbohidrat mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	39
Tabel 4.8	Distribusi asupan protein mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	40
Tabel 4.9	Distribusi asupan lemak mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	41
Tabel 4.10	Hubungan tingkat stres dengan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	42
Tabel 4.11	Hubungan asupan energi dengan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	43
Tabel 4.12	Hubungan asupan karbohidrat dengan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	44
Tabel 4.13	Hubungan asupan protein dengan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	45
Tabel 4.14	Hubungan asupan lemak dengan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir jurusan Ilmu gizi fakultas Ilmu-ilmu kesehatan Universitas Esa Unggul.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2	Kerangka Berpikir.....	20
Gambar 2,3	Kerangka Konsep.....	21