

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah	13
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
2.1 Dewasa	16
2.2 Status Gizi Lebih.....	19
2.3 Pola Konsumsi.....	27
2.4 Perubahan Perilaku.....	29
2.5 Kopi.....	32
2.6 Gula.....	39
2.7 Makanan Selingan.....	44
2.8 Durasi Tidur	46
2.9 COVID-19.....	48
2.10 Instrumen Penelitian.....	53

BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN..	57
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	57
3.2 Hipotesis Penelitian.....	61
BAB IV METODE PENELITIAN	62
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	62
4.2 Populasi Penelitian	62
4.3 Sampel, Besar Sampel, dan Cara Pengambilan Sampel.....	62
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	65
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran dan Skala Data	66
4.6 Instrumen Pengumpulan Data	69
4.7 Teknik Pengumpulan Data	72
4.8 Pengolahan dan Analisis Data.....	74
BAB V HASIL PENELITIAN	81
5.1 Gambaran Umum	81
5.2 Karakteristik Responden	84
5.3 Kebiasaan Minum Kopi	90
5.4 Konsumsi Zat Gizi Makro	97
5.5 Kebiasaan Konsumsi <i>Snack</i>	100
5.6 Asupan Gula Dalam Sehari	101
5.7 Dampak Minum Kopi.....	102
5.8 Hubungan Antar Variabel	103
5.9 Pengaruh Antar Variabel.....	112
BAB VI PEMBAHASAN.....	116
6.1 Karakteristik Responden	116
6.2 Kebiasaan Minum Kopi	119
6.3 Kebiasaan Konsumsi <i>Snack</i>	123
6.4 Asupan Gula Dalam Sehari	126
6.5 Dampak Minum Kopi.....	128
6.6 Hubungan Antar Variabel	129
6.7 Pengaruh Antar Variabel.....	145
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	148

7.1 Kesimpulan.....	148
7.2 Saran.....	149
DAFTAR PUSTAKA	150
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 2. 1	Angka Kecukupan Gizi Kelompok Usia Dewasa	19
Tabel 2. 2	Klasifikasi IMT Dewasa Asia Menurut WHO	20
Tabel 2. 3	Kandungan Kafein Pada Kopi.....	33
Tabel 2. 4	Kandungan Asam Klorogenat Pada Biji Kopi	37
Tabel 2. 5	Durasi Tidur Menurut Kelompok Usia	46
Tabel 4. 1	Definisi Operasional, Cara Pengukuran dan Skala Data.....	66
Tabel 5.1	Perubahan Perilaku Konsumen Kedai Kopi Sebelum dan Selama Pandemi COVID-19	83
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal.....	84
Tabel 5.3	Distribusi Deskriptif Usia Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal	85
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Usia Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal	85
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Pekerjaan Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal	86
Tabel 5.6	Distribusi Deskriptif Jumlah Jam Kerja Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	86
Tabel 5.7	Distribusi Frekuensi Jumlah Jam Kerja Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	87
Tabel 5.8	Distribusi Frekuensi Tingkat Aktivitas Fisik Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	87
Tabel 5.9	Distribusi Frekuensi Klasifikasi Perokok Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19.....	88
Tabel 5.10	Distribusi Frekuensi Jenis Rokok Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	88
Tabel 5.11	Distribusi Deskriptif Jumlah Batang Rokok Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	88
Tabel 5.12	Distribusi Frekuensi Jumlah Batang Rokok Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	89
Tabel 5.13	Distribusi Deskriptif Berat Badan, Tinggi Badan dan Indeks Massa Tubuh Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	89
Tabel 5.14	Distribusi Frekuensi Status Gizi Lebih Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19.....	90
Tabel 5.15	Distribusi Frekuensi Jenis Minuman Kopi Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	92

Tabel 5.16	Distribusi Frekuensi Minum Kopi Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	93
Tabel 5.17	Distribusi Deskriptif Volume Kopi Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	93
Tabel 5.18	Distribusi Frekuensi Volume Kopi Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	94
Tabel 5.19	Distribusi Frekuensi Jadwal Minum Kopi Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	95
Tabel 5.20	Distribusi Deskriptif Jumlah Konsumsi Gula Pada Kopi Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	95
Tabel 5.21	Distribusi Frekuensi Jumlah Konsumsi Gula Pasir Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	96
Tabel 5.22	Distribusi Frekuensi Jumlah Konsumsi Gula Cair Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	96
Tabel 5.23	Distribusi Frekuensi Jumlah Konsumsi Gula Merah Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	97
Tabel 5.24	Total Asupan Zat Gizi Makro Pada Hari Kerja Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	98
Tabel 5.25	Total Asupan Zat Gizi Makro Pada Hari Libur Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	99
Tabel 5.26	Distribusi Frekuensi Konsumsi <i>Snack</i> Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	100
Tabel 5.27	Distribusi Deskriptif Asupan Energi Dari <i>Snack</i> Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	100
Tabel 5.28	Distribusi Frekuensi %Energi Dari <i>Snack</i> Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	101
Tabel 5.29	Distribusi Deskriptif Asupan Gula Dalam Sehari Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	101
Tabel 5.30	Distribusi Frekuensi Asupan Gula Dalam Sehari Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	102
Tabel 5.31	Distribusi Deskriptif Durasi Tidur Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	102
Tabel 5.32	Distribusi Frekuensi Durasi Tidur Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	102
Tabel 5.33	Distribusi Frekuensi Buang Air Kecil Konsumen Kedai Kopi Usia Dewasa Awal Selama Pandemi COVID-19	103
Tabel 5.34	Hubungan Jenis Minuman Kopi dengan Gizi Lebih.....	104
Tabel 5.35	Hubungan Frekuensi Minum Kopi dengan Gizi Lebih.....	105
Tabel 5.36	Hubungan Volume Kopi dengan Gizi Lebih	106
Tabel 5.37	Hubungan Jadwal Minum Kopi dengan Gizi Lebih	107

Tabel 5.38 Hubungan Jumlah Konsumsi Gula Pasir Pada Kopi dengan Gizi Lebih	108
Tabel 5.39 Hubungan Jumlah Konsumsi Gula Cair Pada Kopi dengan Gizi Lebih	108
Tabel 5.40 Hubungan Jumlah Konsumsi Gula Merah Pada Kopi dengan Gizi Lebih.....	109
Tabel 5.41 Hubungan Frekuensi Konsumsi <i>Snack</i> dengan Gizi Lebih.....	110
Tabel 5.42 Hubungan %Energi Dari <i>Snack</i> dengan Gizi Lebih.....	110
Tabel 5.43 Hubungan Asupan Gula Dalam Sehari dengan Gizi Lebih	111
Tabel 5.44 Hubungan Durasi Tidur dengan Gizi Lebih.....	112
Tabel 5.45 Pengaruh Antar Variabel.....	113

DAFTAR GAMBAR

<u>Nomor</u>	<u>Judul Gambar</u>	<u>Halaman</u>
Gambar 3. 1	Kerangka Konsep Penelitian	57
Gambar 4. 1	Kerangka Operasional	80

DAFTAR LAMPIRAN

<u>Nomor</u>	<u>Judul Lampiran</u>	<u>Halaman</u>
Lampiran 1.	Keterangan Lolos Uji Etik Penelitian	159
Lampiran 2.	Penjelasan Sebelum Persetujuan.....	160
Lampiran 3.	Pernyataan Persetujuan Ikut Penelitian.....	162
Lampiran 4.	Kuesioner Penelitian	163
Lampiran 5.	Formulir SQ-FFQ.....	168
Lampiran 6.	Formulir <i>Food Recall</i>	169
Lampiran 7.	Formulir Durasi Tidur.....	170
Lampiran 8.	Hasil Uji Statistik SPSS	172
Lampiran 9.	Dokumentasi Penelitian	183

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

&	= dan
≥	= lebih dari sama dengan
≤	= kurang dari sama dengan
>	= lebih dari
<	= kurang dari
%	= persen
g	= gram
ml	= mililiter

Daftar Singkatan

SQ-FFQ	= <i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>
STQ	= <i>Sleep Timing Questionnaire</i>
WHO	= World Health Organization
WNPG	= Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi
AKG	= Angka Kecukupan Gizi
URT	= Ukuran Rumah Tangga
RISKESDAS	= Riset Kesehatan Dasar
IMT	= Indeks Massa Tubuh
ICO	= <i>International Coffee Organization</i>
PSBB	= Pembatasan Sosial Berskala Besar
WFH	= <i>Work From Home</i>
BNPB	= Badan Nasional Penanggulangan Bencana