

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
RINGKASAN	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 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 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat bagi subyek	4
1.4.2 Manfaat bagi masyarakat	4
1.4.2 Manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.....	4

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Stres	5
2.1.1 Pengertian stres	5
2.1.2 Etiologi stres	6
2.1.3 Respon stres	7
2.1.4 Indikator stres	9
2.1.5 Dampak stres	10
2.1.6 Tingkatan stres	11
2.1.7 Mahasiswa	12
2.1.8 Cara mengukur tingkat stres	14
2.2 Asupan Kalori	14
2.2.1 Asupan kalori keluarga	15
2.2.2 Asupan kalori remaja	15
2.3 Perkembangan Remaja	16
2.3.1 Pengertian remaja	16
2.3.2 Fisiologi remaja	17
2.3.3 Gizi remaja	17
2.4 Metode Pengukuran Asupan Kalori	20
2.5 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Asupan Kalori pada Remaja	22
2.5.1 Faktor predisposisi	22
2.5.2 Faktor pendukung	26
2.5.3 Faktor pendorong	28

BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	30
3.1. Kerangka Konseptual	30
3.2. Penjelasan Kerangka Konseptual	31
3.3 Hipotesis Penelitian	31
BAB 4 METODE PENELITIAN	32
4.1. Jenis dan Rancangan Penelitian	32
4.2. Populasi, Sampel, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	32
4.2.1 Populasi.....	32
4.2.2 Sampel.....	32
4.2.3 Besar Sampel	32
4.2.4 Teknik Pengambilan Sampel.....	32
4.3 Variabel Penelitian	33
4.3.1 Klasifikasi variabel.....	33
4.3.2 Definisi operasional variabel.....	33
4.4. Data Penelitian.....	34
4.5. Prosedur Pengambilan atau Pengumpulan Data.....	34
4.6. Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	35
4.6.1 Analisis deskriptif	35
4.6.2 Analisis inferensial.....	35
4.7. Tahapan Proses Operasional Penelitian.....	35
BAB 5 HASIL PENELITIAN	36
5.1 Karakteristik Penelitian	36
5.2 Karakteristik Responden.....	37
5.2.1 Distribusi usia responden	37

5.2.2	Distribusi jenis kelamin	37
5.2.3	Distribusi tingkat stres responden	37
5.2.4	Karakteristik tingkat stres	38
5.2.5	Distribusi asupan kalori responden	38
5.2.6	Karakteristik asupan kalori	38
5.2.7	Distribusi frekuensi makan responden	39
5.2.8	Karakteristik frekuensi makan	39
5.3	Hasil Analisis Inferensial.....	40
BAB 6 PEMBAHASAN		43
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN		50
DAFTAR PUSTAKA		51
LAMPIRAN.....		58

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jumlah porsi makanan yang dianjurkan pada usia remaja.....	16
Tabel 2.2 Kecukupan energi dan protein rata-rata yang dianjurkan pada remaja.....	20
Tabel 2.3 Jenis-jenis aktifitas remaja	27
Tabel 4.1 Definisi operasional variabel	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka konseptual penelitian	30
Gambar 4.1 Alur penelitian.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel rencana kegiatan	43
Lampiran 2. Rencana anggaran kegiatan penelitian	43
Lampiran 3. Kuesioner identitas	44
Lampiran 4. Kuesioner <i>depression anxiety stress scale</i> (DASS)	45
Lampiran 5. Kuesioner <i>food recall</i> 24 jam	48