

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi Remaja (Studi Observasional Pada Siswa Kelas X SMK Kesehatan KH Moch Ilyas Ruhiyat Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2022)”

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan ketulusan hati maka penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak dan Ibu. Selanjutnya penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

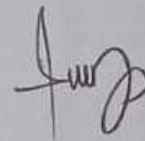
1. Iseu Siti Aisyah, S.P., M.Kes selaku Pembimbing I yang telah memberikan waktu, arahan, masukan serta dukungan dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
2. Taufiq Firdaus Al-Ghifari Atmadja, S.Gz., M.Si selaku Wali Dosen dan sekaligus Pembimbing II saya yang sangat banyak memberikan ilmu, waktu, arahan, bimbingan, dan dukungan kepada penulis sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
3. Dr. Lilik Hidayanti, SKM, M.Si selaku Ketua Prodi S1 Gizi yang memfasilitasi kepada penulis sebagai mahasiswa Prodi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi.
4. Kepala Sekolah serta Staf Guru di SMK Kesehatan KH Moch Ilyas Ruhiyat yang telah membantu saya dalam memberikan informasi yang dibutuhkan.

5. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberi doa dan semangat, serta dukungan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.
6. Sahabat seperjuangan dan seluruh mahasiswa Prodi Gizi dan teman-teman yang lainnya yang tidak dapat disebutkan namanya satu-persatu. Terima kasih atas kerja sama, motivasi, dan dukungan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan sumbang saran dari semua pihak dalam penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini sedikit banyak dapat menambah wawasan bagi pembaca. Atas perhatiannya penulis ucapkan terima kasih.

Tasikmalaya, Desember 2022

Penyusun,



Irna Herawati Adinata

## DAFTAR ISI

|   |     |
|---|-----|
| HALAMAN LEMBAR JUDUL .....                | i   |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                   | ii  |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                   | iii |
| LEMBAR PERNYATAAN .....                   | iv  |
| PEDOMAN PENGGUNAAN SKRIPSI .....          | v   |
| ABSTRAK .....                             | vii |
| KATA PENGANTAR .....                      | vii |
| DAFTAR ISI.....                           | ix  |
| DAFTAR TABEL.....                         | xii |
| DAFTAR GAMBAR .....                       | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                     | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN .....                   | 1   |
| A.Latar Belakang .....                    | 1   |
| B.Rumusan Masalah .....                   | 3   |
| C.Tujuan .....                            | 3   |
| D.Manfaat Penelitian .....                | 4   |
| 1. Bagi Institusi/Subjek Penelitian ..... | 4   |
| 2. Bagi Prodi Gizi .....                  | 4   |
| 3. Bagi Keilmuan Gizi .....               | 4   |
| 4. Bagi Peneliti .....                    | 4   |
| E. RuangLingkup Penelitian.....           | 5   |
| 1.Lingkup masalah .....                   | 5   |
| 2.Lingkup metode.....                     | 5   |
| 3.Lingkup keilmuan .....                  | 5   |
| 4.Lingkup sasaran.....                    | 5   |

|   |           |
|---|-----------|
| 5.Lingkup tempat .....  | 5         |
| 6.Lingkup waktu.....  | 5         |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                             | <b>6</b>  |
| A.Landasan Teoritis .....                                       | 6         |
| 1. Status Gizi .....  | 6         |
| a.Pengertian Status Gizi.....                                   | 6         |
| b.Masa Remaja .....   | 6         |
| c.Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi .....             | 8         |
| d.Masalah Gizi Pada Remaja.....                                 | 9         |
| e.Penilaian Status Gizi.....                                    | 12        |
| 2. Stres .....  | 14        |
| a.Stres pada Remaja.....  | 14        |
| b.Tingkat Stres.....  | 15        |
| c.Tahapan Stres.....  | 17        |
| d.Strategi Koping Stres.....                                    | 19        |
| e.Dampak Stres.....   | 21        |
| f.Cara Penilaian Stres .....                                    | 22        |
| B.Kerangka Teori.....   | 23        |
| C.Kerangka Konsep .....   | 23        |
| D.Hipotesis.....  | 24        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>                           | <b>25</b> |
| A.Desain Penelitian.....  | 25        |
| B. Variabel Penelitian .....                                    | 25        |
| C.Definisi Operasional.....                                     | 26        |
| D.Populasi dan Sampel .....                                     | 27        |
| 1.Populasi .....  | 27        |
| 2.Sampel.....   | 27        |
| E. Instrumen Penelitian.....                                    | 28        |
| 1. Kuesioner <i>Depression Anxiety Stres Scale (DASS)</i> ..... | 27        |
| 2. Antropometri .....   | 27        |
| F. Cara Pengumpulan Data.....                                   | 29        |

|  |           |
|--|-----------|
| 1.Prosedur Pengumpulan Data .....                | 29        |
| 2.Tahap Pengolahan Data.....                     | 30        |
| G.Cara Analisis Data.....                        | 32        |
| 1.Analisis Univariate .....                      | 32        |
| 2.Analisis Bivariate .....                       | 32        |
| H.Lokasi dan Waktu Penelitian .....              | 34        |
| 1.Lokasi Penelitian .....                        | 34        |
| 2.Waktu Penelitian .....                         | 34        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>         | <b>35</b> |
| A.Deskripsi Lokasi Penelitian.....               | 35        |
| 1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....         | 35        |
| B.Hasil Penelitian .....                         | 36        |
| 1.Analisis Univariate .....                      | 36        |
| 2. Analisis Bivariate .....                      | 38        |
| C.Pembahasan.....                                | 38        |
| 1.Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi..... | 38        |
| D.Keterbatasan Penelitian.....                   | 43        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>           | <b>44</b> |
| A.KESIMPULAN .....                               | 44        |
| B.SARAN .....                                    | 44        |

## DAFTAR TABEL

|  | Halaman |
|--|---------|
| Tabel 2.1 Ambang Batas Status Gizi .....                           | 14      |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional .....                               | 26      |
| Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden .....       | 36      |
| Tabel 4.2 Analisis Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi ..... | 39      |

## DAFTAR GAMBAR

|                                  | Halaman |
|----------------------------------|---------|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori.....   | 23      |
| Gambar 2.2 Kerangka Konsep ..... | 23      |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   | Halaman |
|---|---------|
| Lampiran 1 Grafik IMT/U .....   | 51      |
| Lampiran 2 Lembar <i>Informed Consent</i> .....                           | 52      |
| Lampiran 3 Lembar Kuesioner Penelitian .....                              | 53      |
| Lampiran 4 Hasil <i>Output</i> SPSS.....                                  | 56      |
| Lampiran 5 Lembar Surat Keputusan Pembimbing Skripsi .....                | 61      |
| Lampiran 6 Lembar Bimbingan Proposal Penelitian & Skripsi.....            | 62      |
| Lampiran 7 Lembar Berita Acara Seminar Proposal .....                     | 63      |
| Lampiran 8 Lembar Revisi Laporan Seminar .....                            | 64      |
| Lampiran 9 Lembar Surat Pengajuan Persetujuan Etik Penelitian .....       | 65      |
| Lampiran 10 Lembar Surat Persetujuan Etik .....                           | 67      |
| Lampiran 11 Lembar Surat Izin Penelitian dan Pengambilan data.....        | 68      |
| Lampiran 12 Lembar Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....       | 69      |
| Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan Pengambilan Data di Lokasi Penelitian .. | 70      |