

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
HALAMAN PERNYATAAN	xi
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
1. Masalah Umum.....	7
2. Masalah Khusus.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
1. Tujuan Umum.....	8
2. Tujuan Khusus	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
1. Bagi Institusi.....	9
2. Bagi Prodi	9
3. Bagi Keilmuan Gizi	9
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	9
E. Ruang Lingkup Penelitian	10
1. Lingkup Masalah	10
2. Lingkup Metode	10
3. Lingkup Keilmuan.....	10

4. Lingkup Sasaran	10
5. Lingkup Tempat.....	10
6. Lingkup Waktu	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Tinjauan Pustaka.....	11
1. Status Gizi Santri Putri	11
2. Stres	18
3. Kualitas Tidur	30
B. Kerangka Teori	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Kerangka Konsep	37
B. Hipotesis Penelitian	37
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	39
1. Variabel Penelitian.....	39
2. Definisi Operasional	39
D. Desain Penelitian	40
E. Populasi dan Sampel Penelitian.....	41
1. Populasi	41
2. Sampel	42
F. Instrumen Penelitian	45
1. Kuesioner PSS-10 (<i>Preceived Stres Scale-10</i>)	45
2. Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	45
3. Alat antropometri.....	46
4. SPSS (<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>).....	46
5. WHO <i>AnthroPlus</i>	46
6. <i>Nutrisurvey 2007</i>	47
7. Formulir <i>Food recall 24 jam</i>	47
8. Buku Foto Bahan Makanan	48
G. Prosedur Penelitian	48
1. Tahap Persiapan.....	48
2. Tahap Pelaksanaan.....	49

H. Pengolahan dan Analisis Data	53
1. Pengolahan Data	53
2. Analisis Data.....	58
BAB IV HASIL PENELITIAN	62
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	62
B. Analisis Univariat	63
a. Gambaran Karakteristik Responden.....	63
b. Analisis Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	64
C. Analisis Bivariat	73
a. Uji Normalitas	73
b. Uji <i>Pearson Product Moment</i>	74
c. Uji <i>Spearman Rank</i>	78
BAB V PEMBAHASAN	83
A. Hubungan Stres dengan Status Gizi (IMT/U)	83
B. Hubungan Kualitas Tidur dengan Status Gizi (IMT/U)	85
C. Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur	86
D. Hubungan Stres dengan Asupan Energi	88
E. Hubungan Kualitas Tidur dengan Asupan Energi	89
F. Hubungan Asupan Energi dengan Status Gizi (IMT/U).....	90
G. Keterbatasan Penelitian	92
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	93
A. Kesimpulan.....	93
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA.....	95
LAMPIRAN	105

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	39
Tabel 3. 2 Jumlah Santri Putri berdasarkan Asrama dan Sekolah.....	41
Tabel 3. 3 Jumlah Sampel Tiap Asrama	43
Tabel 3. 4 Penilaian Skor Kuesioner <i>Perceived Stress Scale – 10</i> (PSS-10)	54
Tabel 3. 5 Penilaian Skor Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	55
Tabel 3. 6 Hasil Penyajian Data Analisis Univariat	58
Tabel 3. 7 Pengkategorian Variabel Penelitian.....	59
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden.....	64
Tabel 4.2 Data Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	65
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Skoring Kuesioner PSS-10.....	66
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi dan Persentase Skoring Kuesioner PSQI	68
Tabel 4. 5 Data Statistik Deskriptif Asupan Energi	70
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi dan Persentase Status Gizi (IMT/U)	73
Tabel 4. 7 Uji Normalitas Variabel Penelitian.....	73
Tabel 4. 8 Hasil Uji <i>Pearson Product Moment</i>	74
Tabel 4. 9 Hasil Uji <i>Spearman Rank</i>	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	36
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep.....	37
Gambar 4. 1 Distribusi Frekuensi Jenis-Jenis Makanan Utama Santri.....	71
Gambar 4. 2 Distribusi Frekuensi Jenis-Jenis Jajanan Santri	72
Gambar 4. 3 Grafik <i>Scatter Plot</i> Stres dengan Status Gizi (IMT/U)	75
Gambar 4. 4 Grafik <i>Scatter Plot</i> Stres dengan Asupan Energi	76
Gambar 4. 5 Grafik <i>Scatter Plot</i> Asupan Energi dengan Status Gizi (IMT/U).....	77
Gambar 4. 6 Grafik <i>Scatter plot</i> Stres dengan Kualitas Tidur	79
Gambar 4. 7 Grafik <i>Scatter Plot</i> Kualitas Tidur dengan Asupan Energi	80
Gambar 4. 8 Grafik <i>Scatter Plot</i> Kualitas Tidur dengan Status Gizi (IMT/U)	81

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)	105
Lampiran 2 Hasil Formulir Skrining Responden	107
Lampiran 3 <i>Informed Consent</i>	108
Lampiran 4 Hasil Formulir Identitas Responden dan Antropometri.....	109
Lampiran 5 Hasil kuesioner <i>Perceived Stress Scale – 10</i> (PSS-10).....	110
Lampiran 6 Hasil Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	111
Lampiran 7 Hasil Formulir <i>Food recall</i> 24 Jam	112
Lampiran 8 Buku Foto Bahan Makanan	114
Lampiran 9 Lembar Persetujuan Revisi Seminar Proposal.....	115
Lampiran 10 Lembar Persetujuan Revisi Seminar Hasil	116
Lampiran 11 Lembar Persetujuan Revisi Sidang Skripsi.....	117
Lampiran 12 Lembar Surat Izin Penelitian	118
Lampiran 13 Lembar Surat Etik Penelitian.....	119
Lampiran 14 Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian	120
Lampiran 15 Lembar Surat Keterangan telah Melaksanakan Penelitian	121
Lampiran 16 <i>Output</i> SPSS	122