

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSYARATAN GELAR	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Bagi Masyarakat.....	5
1.4.2 Bagi Organisasi	5
1.4.3 Bagi Peneliti	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Mahasiswa Organisasi	7
2.1.1 Pengertian Mahasiswa	7
2.1.2 Pengertian Mahasiswa Organisasi	7
2.2 Tingkat Stres	8
2.2.1 Definisi Stres	8
2.2.2 Jenis Stres.....	9
2.2.3 Tingkat Stres.....	11
2.2.4 Faktor – Faktor Stres	13
2.2.5 Dampak Stres dalam Organisasi	15

2.2.6	Manajemen Stres	16
2.2.7	Alat ukur Tingkat Stres.....	21
2.2.8	Indikator Penilaian Tingkat Stres.....	22
2.2.9	Hubungan Tingkat Stres dengan perilaku Emotional Eating	22
2.3	Pola Makan	23
2.3.1	Pengertian Pola Makan.....	23
2.4	Metode Pengukuran Pola Makan.....	24
2.4.1	Metode Frekuensi Makanan (<i>Food Frequency</i>)	24
2.4.2	<i>Semi-Quantitatif Food Frequency Questionnaire</i>	24
2.4.3	Metode <i>Food Recall</i> 24 Jam.....	24
2.5	Status Gizi	25
2.5.1	Pengertian Status Gizi	25
2.5.2	Penilaian Status Gizi.....	26
BAB III KERANGKA KONSEP		35
3.1	Kerangka Konsep	35
3.2	Hipotesis	36
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN		37
4.1	Jenis Penelitian.....	37
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian	37
4.2.1	Waktu Penelitian.....	37
4.2.2	Tempat Penelitian	37
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	37
4.3.1	Populasi Penelitian	37
4.3.2	Sampel Penelitian	38
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	38
4.4.1	Variabel Penelitian.....	38
4.5	Definisi Operasional.....	39
4.6	Teknik Pengumpulan Data	41
4.6.1	Jenis Data	41
4.6.2	Cara Pengumpulan Data	42
4.7	Instrumen Penelitian.....	43
4.8	Pengolahan Data.....	44
4.8.1	Editing (Pemeriksaan Data).....	44
4.8.2	Coding (Pembuatan Kode)	44

4.8.3	Entry Data (Memasukkan Data)	46
4.8.4	Cleaning	46
4.9	Analisis Data	46
4.9.1	Analisis Univariat.....	46
4.9.2	Analisis Bivariat	46
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....		47
5.1	Hasil Penelitian	47
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
5.1.2	Karakteristik Responden.....	50
5.1.3	Pola Makan.....	51
5.1.3.1	Jumlah Asupan Kalori	51
5.1.3.2	Jenis Makanan	52
5.1.3.3	Frekuensi makan.....	53
5.1.3.4	Pola Makan.....	54
5.1.4	Tingkat Stres	54
5.1.5.1	Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi Pada mahasiswa organisasi pramuka di Poltekkes Kemenkes Surabaya Tahun 2024	56
5.1.5.2	Hubungan Pola Makan dengan Status Gizi Pada mahasiswa organisasi pramuka di Poltekkes Kemenkes Surabaya Tahun 2024	57
5.2	Pembahasan.....	58
5.2.1	Karakteristik Responden.....	58
5.2.2	Tingkat Stres.....	59
5.2.3	Pola Makan.....	60
5.2.4	Status Gizi	62
5.2.4.1	Status Gizi	62
5.2.4.2	Hubungan Tingkat stres dengan status gizi.....	63
5.2.4.3	Hubungan Pola Makan dengan status gizi	65
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		68
6.1	Kesimpulan	68
6.2	Saran	69
DAFTAR PUSTAKA		70