

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN UNGGAH TUGAS AKHIR	
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	
PERSETUJUAN TIM PENGUJI AKHIR	
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	14
1.2 Rumusan Masalah	16
1.3 Tujuan Penelitian	17
1.3.1 Tujuan Umum	17
1.3.2 Tujuan Khusus	17
1.4 Pertanyaan Penelitian	17
1.5 Hipotesis	18
1.6 Manfaat Penelitian	18

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kerangka Konseptual atau Teori	20
2.2 Tinjauan Teori	20
2.2.1 Pola Makan	20
2.2.2 Aktivitas Fisik	21
2.2.3 Kesehatan Mental	22
2.3 Definisi Konseptual dan Definisi Operasional	23
2.4 Kajian Literatur Terkini	24
2.5 Ringkasan	25

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	26
3.2 Pertimbangan Etik	26
3.3 Populasi dan Sampel	27
3.3.1 Populasi	27
3.3.2 Sampel	27
3.4 Tempat dan Waktu Penelitian	28

3.5 Instrumen Penelitian.....	29
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	30
3.7 Prosedur Pengumpulan Data	32
3.8 Pengelolaan Data	32
3.9 Analisis Data.....	34
3.10 Keterbatasan Penelitian	34

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	35
4.1.1 Karakteristik Demografi	35
4.1.2 Tingkat Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Kondisi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Keperawatan tahun Pertama.....	36
4.1.4 Uji Hipotesis Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kondisi Kesehatan Mental Mahasiswa Keperawatan.....	38
4.2.1 Hubungan Pola Makan terhadap kondisi Kesehatan Mental pada mahasiswa keperawatan.	38
4.2.2 Hubungan antara Pola Makan dengan Aktivitas Fisik pada Mahasiswa Keperawatan	41

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan.....	43
5.2 Saran.....	43

DAFTAR PUSTAKA..... 45

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Konseptual dan Teori	20
--	----



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Definisi Konseptual dan Definisi Operasional.....	23
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama (n= 268)	35
Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Pola Makan, Aktifitas Fisik, dan Kesehatan Mental pada Mahasiswa Keperawatan Tahun Pertama (n= 268)	36
Tabel 4.3 Hasil Uji Hipotesis Variabel Pola Makan dengan Kesehatan Mental (n= 268).....	37
Tabel 4.4 Hasil Uji Hipotesis Aktivitas Fisik dengan Kesehatan Mental (n= 268).....	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Surat Kaji Etik Penelitian	50
Lampiran 2: Surat Uji Validitas dan Reliabilitas (VR) dan Ijin Penelitian	51
Lampiran 3: Persetujuan Penggunaan Kuesioner	52
Lampiran 4: Lembar Penjelasan Penelitian	55
Lampiran 5: Persetujuan Penelitian (Informed Consent).....	58
Lampiran 6: Kuesioner Penelitian.....	59
Lampiran 7: Lembar Monitoring Bimbingan Skripsi	64
Lampiran 8: Hasil Uji VR	65
Lampiran 9: Hasil Analisis Data	67
Lampiran 10: Hasil Uji Turnitin.....	71

