

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI | iii |
| DAFTAR ISI..... | iv |
| DAFTAR TABEL..... | vi |
| DAFTAR GAMBAR..... | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| ABSTRAK..... | xi |
| ABSTRACT..... | xii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Perumusan Masalah..... | 6 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 6 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 7 |
| E. Keaslian Penelitian | 8 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 12 |
| A. Telaah Pustaka..... | 12 |
| 1. Serat..... | 12 |
| 2. Perilaku konsumsi serat pada mahasiswa..... | 18 |
| 3. Teori perilaku kesehatan individu | 22 |
| 4. Pengaplikasian teori HBM terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa | 28 |
| B. Kerangka Teori..... | 35 |
| C. Kerangka Konsep..... | 36 |
| D. Pertanyaan Penelitian..... | 36 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 37 |
| A. Jenis dan Desain Penelitian | 37 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian..... | 38 |
| C. Subjek Penelitian | 38 |
| D. Tema dan Batasan Penelitian | 41 |
| E. Instrumen Penelitian | 42 |

| | |
|--|------------|
| F. Teknik Pengumpulan Data | 43 |
| G. Cara Analisis Data | 45 |
| H. Keabsahan Data | 47 |
| I. Subjektivitas Peneliti | 48 |
| J. Etika Penelitian..... | 48 |
| K. Keterbatasan Penelitian | 48 |
| L. Jalannya Penelitian | 49 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 53 |
| A. Hasil Penelitian..... | 53 |
| 1. Gambaran umum lokasi penelitian..... | 53 |
| 2. Gambaran umum hasil penelitian..... | 57 |
| B. Pembahasan | 131 |
| 1. Gambaran perilaku konsumsi serat pada mahasiswa | 131 |
| 2. Gambaran persepsi kerentanan terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa | 135 |
| 3. Gambaran persepsi keseriusan terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa | 136 |
| 4. Gambaran persepsi manfaat terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa | 137 |
| 5. Gambaran persepsi hambatan terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa | 139 |
| 6. Gambaran isyarat untuk bertindak terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa | 141 |
| 7. Gambaran efikasi diri terhadap perilaku konsumsi serat mahasiswa.... | 143 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 146 |
| A. Kesimpulan..... | 146 |
| B. Saran..... | 147 |
| DAFTAR PUSTAKA | 150 |
| LAMPIRAN..... | 162 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1 Keaslian penelitian..... | 8 |
| Tabel 2 Karakteristik informan penelitian | 56 |
| Tabel 3 Karakteristik informan pendukung | 57 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|-----|
| Gambar 1 Health belief model dengan contoh kemungkinan meningkatkan konsumsi serat..... | 34 |
| Gambar 2 Kerangka teori penelitian | 35 |
| Gambar 3 Kerangka konsep penelitian | 36 |
| Gambar 4. Kerangka Tema Perilaku Konsumsi Serat | 58 |
| Gambar 5. Oatmeal | 61 |
| Gambar 6. Tori Katsu Don..... | 62 |
| Gambar 7. Smoothies | 62 |
| Gambar 8. Indomaret | 66 |
| Gambar 9. Toko Sayur | 67 |
| Gambar 10. Kerangka Tema Persepsi Kerentanan | 77 |
| Gambar 11. Kerangka Tema Persepsi Keseriusan | 86 |
| Gambar 12. Kerangka tema persepsi manfaat..... | 90 |
| Gambar 13. Buah Semangka dan Pisang | 92 |
| Gambar 14. Kerangka Tema Persepsi Hambatan | 95 |
| Gambar 15. Salad Sayur..... | 104 |
| Gambar 16. Kerangka tema isyarat untuk bertindak..... | 111 |
| Gambar 17. Kerangka Tema Efikasi Diri | 128 |