

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK TERHADAP PERILAKU  
EMOTIONAL EATING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
DI POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA**



**FRIDA DWI OKTAVIANI**

**P0712021040**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK TERHADAP PERILAKU  
*EMOTIONAL EATING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR  
DI POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan  
Keperawatan



**FRIDA DWI OKTAVIANI**

**P0712021040**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2022**

## **PERSETUJUAN PEMBIMBING**

### **SKRIPSI**

**"HUBUNGAN STRES AKADEMIK TERHADAP PERILAKU *EMOTIONAL EATING* PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA"**

Disusun Oleh :

**FRIDA DWI OKTAVIANI**  
NIM. P07120218040

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

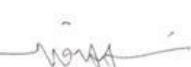
19 April 2022

Menyetujui,

Pembimbing I,

  
Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom  
NIP. 197207161994031005

Pembimbing II,

  
Wittin Khairani, S.Pd., MPH  
NIP. 197011211996032001



ii



Scanned with CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"HUBUNGAN STRES AKADEMIK TERHADAP PERILAKU EMOTIONAL EATING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA"

Disusun Oleh

FRIDA DWI OKTAVIANI  
P07120218040

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Pengaji

Pada tanggal: 22 April 2022

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,  
Dr. Yustiana Olfah, A. Per.Pend., M.Kes .....  
NIP. 196710171990032001

Anggota,  
Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom .....  
NIP. 197207161994031005

Anggota,  
Wittin Khairani, S.Pd., MPH .....  
NIP. 197011211996032001

Yogyakarta, 23 Mei 2022

Ketua Jurusan Keperawatan



Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom  
NIP. 197207161994031005

#### **HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS**

Skripsi ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Frida Dwi Oktaviani

NIM : P07120218040

Tanda Tangan : .....



Tanggal : 23 Mei 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Frida Dwi Oktaviani

NIM : P07120218040

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul :

**"HUBUNGAN STRES AKADEMIK TERHADAP PERILAKU EMOTIONAL EATING PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI POLTEKKES KEMENKES YOGYAKARTA"**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal :

Yang menyatakan



Frida Dwi Oktaviani

NIM. P07120218040

v

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Akademik Terhadap Perilaku *Emotional Eating* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta”. Penulisan skripsi bertujuan untuk memenuhi ketentuan penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan pada program studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam menyusun penelitian ini melibatkan berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian ini pun mendapatkan bimbingan, bantuan, dan dukungan yang berharga. Dalam kesempatan ini, penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberi kesempatan kepada kami untuk menyelesaikan Program Sarjana Terapan
2. Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus sebagai Pembimbing Pendamping yang bersedia memberikan bimbingan, pengarahan, saran dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini
3. Ns. Maryana, S.Si.T., S.Psi., S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Progam Studi Sarjana Terapan Keperawatan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun skripsi.
4. Wittin Khairani, S.Pd., MPH selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan masukan, bimbingan, pengarahan, saran dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini
5. Mahasiswa tingkat akhir Program Studi Diploma III yang mengerjakan Tugas Akhir, selaku subyek penelitian dan pihak yang membantu penelitian
6. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral

7. Sahabat Kesultanan Dwi Widodo, anak Pak Donald, Wen yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini
8. Rekan-rekan seperjuangan Sarjana Terapan Keperawatan angkatan 2018 atas semangat dan dukungannya;
9. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu.

Yogyakarta, Januari 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

Halaman

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II .....</b>	<b>11</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Tinjauan Teori.....	11
1. Stres .....	11
2. Emotional Eating .....	26
3. Mahasiswa Tingkat Akhir.....	32
B. Kerangka Teori.....	34
C. Kerangka Konsep .....	35
D. Hipotesis.....	35
<b>BAB III.....</b>	<b>36</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>

A.	Jenis dan Desain Penelitian.....	36
B.	Populasi dan Sampel Penelitian .....	36
C.	Tempat dan Waktu Penelitian .....	40
D.	Variabel Penelitian.....	40
E.	Definisi Operasional.....	41
F.	Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	43
G.	Instrumen Pengumpulan Data.....	44
H.	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	47
I.	Prosedur Penelitian.....	51
J.	Manajemen Data .....	52
K.	Etika Penelitian .....	58
<b>BAB IV</b>	.....	<b>60</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	.....	<b>60</b>
A.	Hasil .....	60
B.	Pembahasan.....	70
C.	Keterbatasan Penelitian .....	75
<b>BAB V</b>	.....	<b>77</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN</b>	.....	<b>77</b>
A.	Kesimpulan .....	77
B.	Saran.....	77
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	.....	<b>79</b>
<b>LAMPIRAN</b>		

## **DAFTAR GAMBAR**

Halaman

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	34
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	35

## **DAFTAR TABEL**

Halaman

Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	41
Tabel 3. 2 Kisi – kisi Instrumen Stres Akademik .....	46
Tabel 3. 3 Skala alternatif jawaban.....	47
Tabel 3. 4 Kriteria Koefisien Korelasi Reliabilitas Kuesioner .....	50
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Penelitian .....	62
Tabel 4. 2 Deskripsi Data Stres Akademik, Perilaku <i>Emotional Eating</i> Responden .....	64
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Stres Akademik, Perilaku <i>Emotional Eating</i> .....	64
Tabel 4. 4 Ringkasan Hasil Korelasi <i>Pearson Product Moment</i> .....	66
Tabel 4. 5 Gambaran Stres Akademik Berdasarkan Karakteristik Responden.....	66
Tabel 4. 6 Gambaran Perilaku <i>Emotional Eating</i> Berdasarkan Karakteristik Responden.....	67

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian (PSP)
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 4 Identitas Responden
- Lampiran 5 Kuesioner *Student-Life Stress Inventory*
- Lampiran 6 Modifikasi Kuesioner EADES
- Lampiran 7 Prosedur Pengisian Kuesioner *Online* dengan Google Formulir
- Lampiran 8 Jadwal Penelitian
- Lampiran 9 Anggaran Penelitian
- Lampiran 10 Uji Turnitin
- Lampiran 11 Uji Validitas dan Reliabilitas Modifikasi Kuesioner EADES
- Lampiran 12 Uji Normalitas Data
- Lampiran 13 Uji Linearitas
- Lampiran 14 Uji *Pearson Product Moment*
- Lampiran 15 Analisis Deskripsi Data Stres Akademik, Perilaku *Emotional Eating*
- Lampiran 16 Karakteristik Responden
- Lampiran 17 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Stres Akademik, Perilaku *Emotional Eating*
- Lampiran 18 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 19 Surat Layak Etik