



**ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU  
MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**SKRIPSI**

**MAYA KARTIKA HADIYUNI**

**1710211136**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN**

**2021**



**ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
VETERAN JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Kedokteran**

**MAYA KARTIKA HADIYUNI**

**1710211136**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN  
2021**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Maya Kartika Hadiyuni

NRP : 1710211136

Tanggal : 27 November 2020

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 27 November 2020

Yang Menyatakan,



Maya Kartika Hadiyuni

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

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maya Kartika Hadiyuni  
NRP : 1710211136  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Analisa Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Makan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2020”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 27 November 2020

Yang Menyatakan,



Maya Kartika Hadiyuni

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Maya Kartika Hadiyuni  
NRP : 1710211136  
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana  
Judul Skripsi : Analisa Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2020

Telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



drg. Nunuk Nugrohowati, MS

Ketua Penguji



dr. Luh Eka Purwani, Sp.GK, M.Kes

Pembimbing



dr. Niniiek Hardim, Sp.PA

Plt. Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Mila Citrawati, M.Biomed

Ketua Program Studi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 27 November 2020

# **ANALISA FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU MAKAN MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**Maya Kartika Hadiyuni**

## **ABSTRAK**

Perilaku makan adalah bagaimana seorang individu berpikir, berilmu, dan memiliki persepsi tentang makanan sehingga akan terlihat dalam tindakan makannya. Perilaku makan menyimpang bisa disebabkan karena berbagai faktor, salah satunya kondisi stres yang sering dialami mahasiswa tingkat terakhir. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku makan mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan studi analitik *cross-sectional* pada 49 responden dengan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner dilakukan secara online melalui *google-form*. Kuesioner yang telah dibuat oleh peneliti sebelumnya telah dilakukan uji validitas dan realibilitas. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan mayoritas responden memiliki jenis kelamin perempuan (73,5%), perilaku makan baik (69.4%), persepsi citra tubuh positif (61.2%), tingkat stress sedang (51%), dan positif *emotional eating* (51%). Berdasarkan analisis bivariat tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin, tingkat stres, dan *emotional eating* terhadap perilaku makan dan terdapat hubungan antara persepsi citra tubuh dengan perilaku makan ( $p = 0.029$ ). Oleh karena itu mahasiswa disarankan untuk membangun kepercayaan diri yang baik agar tercipta persepsi citra tubuh yang positif, sehingga bisa memiliki perilaku makan baik dengan tingkat produktivitas tinggi.

Kata kunci: perilaku makan, stres, mahasiswa tingkat akhir

# **ANALYSIS OF FACTORS RELATED TO THE EATING BEHAVIOR OF FINAL-LEVEL STUDENTS FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**Maya Kartika Hadiyuni**

## **ABSTRACT**

*Eating behavior is the way a person thinks, is knowledgeable, and has views about food which is expressed in the form of eating. Deviant eating behaviors can be caused by a variety of factors, one of which is the stress condition commonly experienced by final-level students. This study aims to determine the factors associated with the eating behavior of final-level students. The study used cross-sectional analytical studies on 49 respondents with stratified random sampling techniques. Data was collected using a questionnaire conducted online via google-form. The questionnaire that has been made by previous researchers has been tested for validity and reliability. The results showed that the majority of respondents had female gender (73.5%), good eating behavior (69.4%), positive body image perception (61.2%), moderate stress level (51%), and positive emotional eating (51%). Based on bivariate analysis there were no relationship between gender, stress level, and emotional eating with eating behavior and there was a relationship between perception of body image and eating behavior ( $p = 0.029$ ). Therefore, students are advised to build good confidence in order to create a positive perception of body image, so that they can have good eating behaviors with high levels of productivity*

*Key words: eating behavior, stress, final year student*

## **KATA PENGANTAR**

Peneliti panjatkan puji syukur sebesar-besarnya kepada Allah SWT yang memberikan rahmat serta hidayahNya, sehingga peneliti bisa menuntaskan skripsi yang berjudul “Analisa Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2020”. Penyusunan karya ilmiah ini dibuat untuk memenuhi syarat dan ketentuan guna meraih gelar Sarjana Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Peneliti sadar bahwa sepanjang proses penulisan karya ilmiah ini telah melibatkan banyak pihak, mulai dari penyusunan proposal hingga menjadi karya ilmiah yang sesungguhnya. Oleh karena itu dalam hal ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat, diantaranya:

1. Dr. Luh Eka Purwani, Sp.GK, M. Kes sebagai dosen pembimbing yang dengan senantiasa meluangkan waktu dan energi untuk membantu, membimbing, mengarahkan dan memberikan saran yang berguna kepada peneliti.
2. Drg. Nunuk Nugrohowati, M.S yang telah memberi waktunya untuk menguji sidang skripsi serta turut memberi masukan dalam pembahasan penelitian sehingga menjadi lebih baik lagi.
3. Ayah dan Mama, terima kasih telah senantiasa memberi dukungan moril maupun materiil yang tidak terhingga pada peneliti. Sehingga peneliti berusaha menuntaskan skripsi ini dengan usaha maksimal untuk mempersembahkan yang terbaik, meski peneliti sadari bahwa tidak ada



satupun di dunia yang mampu membalas kebaikannya. Semoga Allah SWT membalas kebaikan Ayah dan Mama.

4. Adik Fatimah Pusparani Dewi dan Akbar Putra Baskoro, yang selalu mencoba menghibur baik secara langsung ataupun tidak langsung dan memberi semangat.
5. Kakek dan Nenek, yang tidak henti-hentinya memberi dukungan, mengasihi, dan mendoakan yang terbaik untuk cucunya.
6. Azzahra Brenda, Elsa Elvina, Anita Chandra, Khoirunnisa, Ratna Dwi serta teman-teman seperjuangan Departemen Gizi yang sudah banyak membantu dan saling mendukung satu sama lain.
7. Keluarga Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta Angkatan 2017 yang telah mendukung satu sama lain sejak awal perkuliahan, menciptakan banyak kenangan indah, dan bersedia menjadi subjek penelitian.
8. Pihak-pihak terkait yang tidak dapat disebutkan secara detail yang telah membantu kelancaran penyelesaian karya tulis ini.

Peneliti sadar bahwa terdapat banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi, sehingga peneliti sangat terbuka terhadap kritik maupun saran yang membangun terkait skripsi ini.

Jakarta, Desember 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>Abstrak</b> .....	<b>v</b>
<b>Abstract</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori	
1. Definisi Perilaku Makan .....	7

2. Dimensi Perilaku Makan.....	8
3. Faktor yang Memengaruhi Perilaku Makan.....	9
4. Kriteria Makanan Sehat .....	13
5. Mahasiswa Tingkat Akhir.....	14
6. Perilaku Makan dengan Jenis Kelamin.....	16
7. Perilaku Makan dengan Persepsi Citra Tubuh .....	16
8. Perilaku Makan dengan Stres.....	18
9. Perilaku Makan dengan <i>Emotional Eating</i> .....	19
B. Penelitian terkait yang pernah dilakukan .....	19
C. Kerangka Teori .....	22
D. Kerangka Konsep.....	23
E. Hipotesis .....	24

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	25
B. Lokasi Penelitian.....	25
C. Subjek Penelitian.....	25
D. Sampel Penelitian.....	26
E. Identifikasi Variabel Penelitian .....	28
F. Definisi Operasional Variabel .....	29
G. Instrumen Penelitian.....	33
H. Protokol Penelitian .....	35
I. Analisis Data.....	37

## BAB IV PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2020 .....	39
B. Hasil Penelitian	
1. Analisis Univariat	
a. Jenis Kelamin .....	39
b. Perilaku Makan.....	40
c. Persepsi Citra Tubuh.....	41
d. Tingkat Stres .....	42
e. <i>Emotional Eating</i> .....	43
2. Analisis Bivariat	
a. Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Makan.....	44
b. Hubungan Persepsi Citra Tubuh dengan Perilaku Makan .....	45
c. Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku Makan .....	45
d. Hubungan <i>Emotional Eating</i> dengan Perilaku Makan .....	46
C. Pembahasan	
1. Gambaran perilaku makan, jenis kelamin, persepsi citra tubuh, tingkat stress, dan emotional eating mahasiswa tingkat akhir Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta	
a. Perilaku Makan.....	47
b. Jenis Kelamin .....	48
c. Persepsi Citra Tubuh.....	48
d. Tingkat Stres .....	49
e. <i>Emotional eating</i> .....	50

2. Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Makan .....	51
3. Hubungan Persepsi Citra Tubuh dengan Perilaku Makan .....	52
4. Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku Makan .....	53
5. Hubungan <i>Emotional Eating</i> dengan Perilaku Makan .....	55
D. Keterbatasan Penelitian .....	58

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **RIWAYAT HIDUP**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terkait yang Pernah Dilakukan. ....	18
Tabel 3.1 Instrumen Penelitian Variabel Dependen dan Independen.....	27
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	38
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Makan.....	39
Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Persepsi Citra Tubuh.....	40
Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres.....	40
Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan <i>Emotional eating</i> .....	41
Tabel 4.6 Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Perilaku Makan .....	42
Tabel 4.7 Hubungan antara Persepsi Citra Tubuh dengan Perilaku Makan .....	42
Tabel 4.8 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Perilaku Makan .....	43
Tabel 4.9 Hubungan antara <i>Emotional eating</i> dengan Perilaku Makan .....	44

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori Perilaku Makan .....	20
Bagan 2.2 Kerangka Konsep Perilaku Makan .....	21

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat Persetujuan Proposal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Pengantar Etik
- Lampiran 3. Surat Ethical Clearance
- Lampiran 4. Surat Bebas Plagiarism
- Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7. Distribusi Responden berdasarkan jawaban pertanyaan kuesioner
- Lampiran 8. Hasil Uji Turnitin