



TUGAS AKHIR - 33412301030

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRESS AKADEMIK DENGAN PERILAKU
EMOTIONAL EATING PADA MAHASISWA BARU JURUSAN KESEHATAN
ANGKATAN 2025**

SYALSADILA DWI WAHYUNI
NRP. 33412301030

Dosen Pembimbing 1:

Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.

Dosen Pembimbing 2:

Ns.Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.Kes., M.Kep.

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
TAHUN 2026**

TUGAS AKHIR



HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRESS AKADEMIK DENGAN PERILAKU *EMOTIONAL EATING* PADA MAHASISWA JURUSAN KESEHATAN POLITEKNIK NEGERI MADURA TAHUN 2026

Laporan ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Diploma 3
Program Studi Keperawatan di Jurusan Kesehatan

Oleh:
Syalsadila Dwi Wahyuni
33412301030

PROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA 20

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Program Studi : Diploma 3 Keperawatan
Jurusan : Kesehatan
Tahun Akademik : 2025-2026

Dengan ini menyatakan bahwa tugas akhir dengan judul "Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku *Emotional eating* pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025" adalah original, belum pernah dibuat oleh pihak lain dan bebas dari plagiarisme.

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan literatur hasil kuliah, survei lapangan, bimbingan dengan dosen pembimbing dan pembimbing penelitian, melalui tanya jawab maupun asistensi serta buku-buku jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada Tugas Akhir ini.
2. Bukan merupakan duplikasi yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas/Perguruan Tinggi lain, kecuali pada bagian-bagian tertentu digunakan referensi pendukung untuk melengkapi informasi dan sumber informasi dengan dicantumkan melalui referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya tulis terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera dalam referensi pada Tugas Akhir ini.

Jika terbukti saya tidak memenuhi apa yang telah saya nyatakan seperti apa yang di atas, maka Tugas Akhir saya ini dibatalkan.

Sampang, 4 Januari 2026
Peneliti,



Syalsadila Dwi Wahyuni
33412301030

LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR

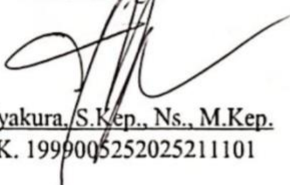
Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku *Emotional eating* pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

Penulis : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Program Studi : Diploma 3 Keperawatan
Jurusan : Kesehatan

Tugas akhir ini telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.
Ditandatangani di Politeknik Negeri Madura

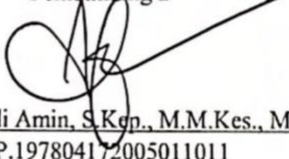
Menyetujui,

Pembimbing 1



Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIPPPK. 1999005252025211101

Pembimbing 2



Ns.Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.Kes., M.Kep.
NIP.197804172005011011

Mengetahui,

Ketua

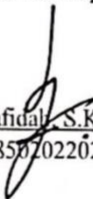
Jurusan Kesehatan



Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIPPPK. 1999005252025211101

Koordinator

Program Studi D3 Keperawatan



Ns. Lailatul Hafidah, S.Kep., M.Kes.
NIPPPK.198507022025212061

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRESS AKADEMIK
DENGAN PERILAKU *EMOTIONAL EATING*
PADA MAHASISWA BARU JURUSAN KESEHATAN
ANGKATAN 2025

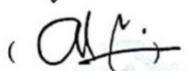
Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan
Pada
Jurusan Kesehatan
Politeknik Negeri Madura

Oleh:
Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP 33412301030

Tugas Akhir ini telah disidangkan pada Tanggal 9 Februari 2026 dan telah sesuai dengan ketentuan.

Disetujui Tim Penguji Tugas Akhir:

1. Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep
2. Ns. Edi Suryadi Amin., S.Kep., M.Kes., M.Kep
3. Agoesta Pralita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
4. Mukhlis Hidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
5. H. Taufiqur Rahman, S.ST., M.MKes

()
()
()
()
()

SAMPANG,
9 Februari 2026

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRESS DENGAN PERILAKU *EMOTIONAL EATING* PADA MAHASISWA BARU JURUSAN KESEHATAN ANGKATAN 2025

Nama Mahasiswa : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Prodi : D3 Keperawatan
Pembimbing 1 : Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.
Pembimbing 2 : Ns.Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.Kes., M.Kep.

ABSTRAK

Pendahuluan: Mahasiswa baru merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akibat tuntutan akademik, penyesuaian lingkungan, dan perubahan pola hidup. Salah satu respons terhadap stres yang sering muncul adalah perilaku *emotional eating*, yaitu kecenderungan mengonsumsi makanan sebagai pelampiasan emosi negatif. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan perilaku *emotional eating* pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan angkatan 2025. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian adalah mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 menggunakan teknik *total sampling* sebanyak 215 responden. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner PSS (*Pereceived Stress Scale*), sedangkan perilaku *emotional eating* diukur menggunakan kuesioner *DEBQ* (*Dutch Eating behaviour Questionnaire*). Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel menggunakan *Rank Spearman*. **Hasil:** Hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar .914. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan perilaku *emotional eating* pada mahasiswa baru. **Kesimpulan:** Dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan perilaku *emotional eating* pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025.

Kata Kunci: *Emotional eating*, Mahasiswa, Stress Akademik

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND EMOTIONAL EATING BEHAVIORS IN FRESH HEALTH STUDENTS IN THE CLASS OF 2025

Name : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Study Program : Diploma 3 Nursing
Supervisor 1 : Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.
Supervisor 2 : Ns. Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.Kes., M.Kep.

ABSTRACT

Introduction: New college students are a group vulnerable to stress due to academic demands, environmental adjustments, and lifestyle changes. One common response to stress is emotional eating, the tendency to consume food as an outlet for negative emotions. **Objective:** This study aims to determine the relationship between stress levels and emotional eating behavior in new students of the Health Department, class of 2025. **Method:** This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 215 new students from the Health Department, class of 2025, selected using a total sampling technique. Stress levels were measured using the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire, while emotional eating behavior was measured using the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ). Data analysis was performed using statistical tests to determine the relationship between the two variables using Spearman's Rank. **Results:** The analysis results obtained a correlation coefficient value of .914. Therefore, it can be concluded that there is no significant relationship between stress levels and emotional eating behavior in new students. **Conclusion:** From this study, there is no relationship between the level of academic stress and emotional eating behavior in new students of the Health Department, class of 2025.

Keywords: Academic Stress, Emotional eating, Students

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji syukur kepada Allah Yang Maha Esa yang telah memberi kekuatan, kemampuan, dan kesabaran kepada peneliti, sehingga penulis dapat menyusun tugas akhir ini dengan baik. Tujuan penulisan tugas akhir adalah memenuhi salah satu persyaratan bagi mahasiswa untuk dapat menyelesaikan pendidikan Diploma-3 Program Studi Keperawatan Jurusan Kesehatan di Politeknik Negeri Madura.

Peneliti dalam penulisan tugas akhir ini, telah berhasil Menyusun karya ilmiah. Berdasarkan karya tersebut, peneliti menyusun tugas akhir yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku *Emotional eating* pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025”

Tugas akhir ini tidak akan selesai dengan baik tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari orang-orang yang berada di sekitar peneliti. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Laily Ulfiyah, M.T., selaku Direktur Politeknik Negeri Madura.
2. M. Musta'in, M.T., selaku Wakil Direktur Bidang Akademik.
3. Abdan Syakura, Ns., M.Kep selaku Ketua Jurusan Kesehatan sekaligus pembimbing I.
4. Hilmah Noviandry R, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Sekretaris Jurusan Kesehatan.
5. Lailatul Hafidah, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Koordinator Program Studi D3 Keperawatan.
6. Ns.Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.Kes., M.Kep, selaku Pembimbing II.
7. Segenap dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran untuk kesempurnaan dan kelancaran tugas akhir peneliti
8. Dosen dan tenaga kependidikan Politeknik Negeri Madura yang telah melayani mahasiswa selama penulis menempuh pendidikan di sini.
9. Responden yang telah bersedia membantu peneliti untuk kelancaran hasil penelitian.
10. Bapak Misdan S.E (Alm) dan seluruh CS yang senantiasa memberikan motivasi, semangat dan menghibur peneliti.
11. Kepada bapak Sukarno Putra dan ibu Nafisah sebagai orang tua peneliti, Penulis persembahkan setiap langkah perjuangan ini. Terimakasih atas pengorbanan dan ketulusan yang diberikan. Meskipun bapak dan Ibu tidak pernah merasakan pendidikan dibangku perkuliahan, namun selalu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, mengusahakan, memberikan dukungan, baik secara moral maupun finansial, serta memprioritaskan pendidikan dan kebahagiaan anak-anaknya. Semoga dengan pencapaian kecil ini membuat ayah dan ibu lebih bangga karena telah berhasil menyandang gelar sarjana seperti yang diharapkan. Besar harapan penulis semoga ayah dan ibu selalu sehat, panjang umur, dan bisa menyaksikan keberhasilan lainnya yang akan Penulis raih dimasa yang akan datang.
12. Kepada Moh Ilham Fadilah sebagai saudara laki-laki peneliti, yang selalu memberikan support kepada saudaranya yang paling mungil ini, dan selalu membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian. Menjadi tempat keluh kesah peneliti saat peneliti sedang dalam kesusahan menyusun penelitian.

13. Kepada Moh Lailur Abror sebagai tunangan peneliti, seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, yang selalu menjadi support system. Terima kasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis hingga penyusunan penelitian. Berkontribusi banyak baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, menghibur penulis dalam kesedihan, menjadi pendengar yang baik, mendengarkan keluh kesah dan senantiasa sabar menghadapi penulis serta meyakinkan penulis untuk pantang menyerah meraih apa yang menjadi impian penulis. Semoga Allah SWT selalu memberikan kemudahan dalam segala hal yang kita lalui dan kita impikan berdua.
14. Teman-teman satu bimbingan memberikan semangat dan bantuan peneliti untuk menyelesaikan tugas akhir sekalipun sama-sama memiliki masalah kehidupan masing-masing.
15. Teman-teman dan adik-adik HMJ Kesehatan yang selalu menghidupkan suasana untuk menghibur peneliti.

Peneliti menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan tugas akhir ini. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun untuk lebih sempurnanya tugas akhir ini.

Sampang, 4 Januari 2026

Syalsadila Dwi Wahyuni NRP.
33412301030

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR.....	iii
ABSTRAK.....	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Tujuan.....	3
1.5 Manfaat.....	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Landasan teori.....	4
2.2 Tingkat stress.....	5
2.3 Sterssakademik.....	6
2.4 <i>Emotional eating</i>	7
2.5 Penelitian sebelumnya.....	8
2.6 Kerangka konsep.....	10
2.7 Deskripsi Kerangka Konsep.....	11
2.8 Hipotesis.....	11

BAB 3 METODE PENELITIAN.....	12
3.1 Desain/ Rancangan Penelitian.....	12
3.2 Kerangka Kerja.....	13
3.3 Populasi, Sampel dan <i>Sampling</i>	14
3.4 Identifikasi Variabel.....	14
3.5 Definisi Operasional.....	14
3.6 Pengumpulan dan Analisa Data.....	15
3.7 Etika Penelitian.....	19
3.8 Keterbatasan.....	19
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	20
4.1 Hasil dan penelitian.....	20
4.2 Pembahasan.....	24
BAB 5 PENUTUP.....	27
5.1 Kesimpulan.....	27
5.2 Saran.....	27
DAFTAR PUSTAKA.....	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konsep Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku <i>Emotional Eating</i> Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025.....	10
Gambar 3.1	Kerangka Kerja Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku <i>Emotional Eating</i> Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025.....	10
Gambar 4.1	Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura.....	21
Gambar 4.2	Distribusi Frekuensi Kelas Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura.....	22
Gambar 4.3	Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura.....	22
Gambar 4.4	Distribusi Frekuensi <i>Emotional Eating</i> Akademik Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura.....	23
Gambar 4.5	Tabulasi Silang Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku <i>Emotional Eating</i> Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura.....	23
Gambar 4.5	Uji Statistik Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku <i>Emotional Eating</i> Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Permohonan menjadi Responden
Lampiran 2	Lembar Kesediaan menjadi Responden
Lampiran 3	Surat Permohonan Pengambilan Data Awal
Lampiran 4	Surat Balasan Pengambilan Data Awal
Lampiran 5	Surat Permohonan Penelitian
Lampiran 6	Surat Balasan Penelitian
Lampiran 7	Surat telah Melaksanakan Penelitian
Lampiran 8	Jumlah Mahasiswa Tingkat 1
Lampiran 9	Lembar Pengumpulan Data Umum
Lampiran 10	Lembar Pengumpulan Data Khusus
Lampiran 11	Data Umum Responden
Lampiran 12	Data Khusus Responden
Lampiran 13	Data Khusus Uji Statistik
Lampiran 14	Dokumentasi
Lampiran 15	Kisi-Kisi Kuesioner
Lampiran 16	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing I
Lampiran 17	Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing II
Lampiran 18	Lembar Revisi Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Penguji I
Lampiran 19	Lembar Revisi Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Penguji I
Lampiran 20	Lembar Revisi Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Penguji I
Lampiran 21	Turnitin
Lampiran 22	Biodata Penulis

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2	Penelitian terdahulu terkait hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku emotional eating pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Angakatan 2025.....	5
Tabel 3.1	Definisi Operasional hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku emotional eating pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Angakatan 2025.	13

DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG

1. Daftar Singkatan

- 1) I-NAMHS : Indonesia National *Adolescent Mental Health Survey*
- 2) TP : Tidak pernah
- 3) HTP : Hampir tidak pernah
- 4) KD : Kadang-kadang
- 5) CS : Cukup sering
- 6) TS : Terlalu sering
- 7) JR : Jarang
- 8) S : Sering
- 9) SL : Selalu
- 10) WHO : *World Health Organization*

2. Daftar Lambang

- 1) % : Persentase
- 2) < : Kurang dari
- 3) = : Sama dengan
- 4) > : Lebih dari
- 5) α : Tingkat kesalahan
- 6) T : Skor total
- 7) n : Jumlah sampel
- 8) N : Jumlah populasi
- 9) M : Mean (rata – rata)

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah suatu kelompok usia remaja yang memiliki aktifitas kompleks dibanding dengan remaja pada umumnya. Mahasiswa adalah fase dewasa awal merupakan fase transisi dari remaja menuju dewasa. Fase transisi ini berpotensi menyebabkan stress akibat adanya perubahan yang mengharuskan individu untuk beradaptasi (Santrock, 2022 dalam (Rais, 2022)). Fase mahasiswa merupakan fase yang berpotensi menyebabkan stress akibat dari tingginya tekanan akademik maupun tekanan sosial (Rizqi, 2022). Beban akademik yang tinggi, ujian yang lebih susah, jadwal yang lebih padat, ekspektasi yang meningkat dari orang tua, dan pola mengajar dosen yang berbeda dari SMA merupakan hal-hal yang dapat menimbulkan stress pada mahasiswa, Mahasiswa baru harus beradaptasi dengan kehidupan baru di bangku kuliah seperti tugas yang semakin banyak, pola istirahat tidur semakin terganggu, hal ini cenderung menyebabkan mahasiswa baru memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dengan mahasiswa yang sudah lama, cara mahasiswa mengontrol stress sangat beragam, ada yang positif dan ada yang negative. Salah satu yang bersifat negatif adalah perubahan pola yang sangat jauh berbeda, Pola makan yang awalnya stabil menjadi tidak menentu, ditandai dengan waktu makan yang tidak teratur, Frekuensi makan pun dapat berubah-ubah dari hari ke hari, bergantung pada aktivitas, kondisi emosional. Selain itu, jenis makanan yang dikonsumsi cenderung kurang terkontrol, lebih banyak memilih makanan cepat saji, instan, atau camilan sebagai pengganti makanan utama. Ketidakmenentuan pola makan ini seringkali berhubungan dengan kondisi psikologis, termasuk *emotional eating*, di mana mahasiswa lebih mudah mengonsumsi makanan sebagai respons terhadap stress, kelelahan, atau tekanan akademik, bukan berdasarkan rasa lapar yang sebenarnya. Akibatnya, perilaku makan menjadi semakin tidak teratur dan kurang sehat.

Menurut WHO stress menjadi prevalensi terbanyak nomor 4 di dunia. Mahasiswa yang menderita stress di dunia adalah 0,71 juta sedangkan pravelensi stress di Asia adalah 0,613 Juta dan pravelensi stress di Indonesia adalah 8.750 Juta. Tingkat stress yang paling banyak dialami mahasiswa adalah stress sedang dengan kisaran 0,716 juta (Agusmar et al , 2019 dalam (Muktar,dkk 2025)). *World Health Organization* menyatakan sekitar 0,2 juta remaja di dunia mengalami stress setiap tahun. Dalam data tersebut, mendapat prevalensi stress pada remaja usia di atas 15 tahun mencapai 0,06 Juta Sedangkan, prevelensi tingkat stress remaja di Jawa Timur mencapai 0,022 Juta (2,2%) (Yuliana, 2023 dalam (Muktar,dkk 2025)). Indonesia National *Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS), survei kesehatan mental nasional pertama yang mengukur angka kejadian gangguan mental pada remaja 17 – 21 tahun di Indonesia, menunjukkan bahwa satu dari tiga remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental yang diantaranya adalah stress sementara satu dari dua puluh remaja Indonesia memiliki gangguan mental dalam 12 bulan terakhir. Angka ini setara dengan 15,5 juta dan 2,45 juta remaja. Remaja dalam kelompok ini adalah remaja yang terdiagnosis dengan gangguan mental salah satunya adalah stress sesuai dengan panduan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Edisi Kelima (DSM-5) yang menjadi panduan penegakan diagnosis gangguan mental di

Indonesia. Sumber stress dapat berasal dari beberapa hal, antara lain krisis, frustrasi, konflik, dan tekanan. Stress yang dialami mahasiswa tingkat pertama kebanyakan bersumber dari stress

akademik, yaitu stres yang disebabkan karena pengaruh proses pembelajaran atau perkuliahan

di kampus (Bayantari *et al.*, 2022). Data stress yang di dapat dari mahasiswa baru Jurusan Kesehatan didapatkan 0,4 (20%) dari 10 mahasiswa baru yang di wawancara menyatakan tingkat stress bertambah pada saat mereka mamulai kehidupan baru di bangku kuliah. . Berdasarkan studi awal penelitian terhadap mahasiswa tingkat 1 Jurusan Kesehatan Prodi D3 Keperawatan Politeknik Negeri Madura sebanyak 216 yang akan diteliti.

Mahasiswa sering menghadapi berbagai tuntutan akademik seperti ujian, serta tekanan dalam mengatur waktu dan kehidupan sosial. Jika tekanan tersebut meningkat sebagian mahasiswa mengalami stress yang ditandai dengan rasa cemas, tegang, dan kelelahan mental. Mahasiswa harus beradaptasi dengan kehidupan baru di bangku kuliah yang berbeda dengan kehidupan di masa SMA, sehingga mahasiswa lebih sulit untuk beradaptasi dengan kehidupan kampus, maka dari itu mahasiswa mengalami stress berlebih mulai dari stress tugas yang berbeda dengan SMA dan ditambah dengan stress adaptasi Stress yang tidak dikelola dengan baik kemudian dapat memicu perilaku *Emotional eating* yaitu kebiasaan makan berlebih atau mengonsumsi makanan tertentu bukan karena lapar fisik, melainkan untuk meredakan emosi negative. Di tahap awal, mahasiswa mungkin mulai mencari makanan manis atau berlemak untuk memberikan rasa nyaman sesaat. Jika pola ini terus berulang, dapat berkembang menjadi kebiasaan *emotional eating*, mahasiswa berisiko mengalami berbagai dampak negatif baik secara fisik maupun psikologis. Emotional eating membuat individu makan bukan berdasarkan rasa lapar fisiologis, tetapi sebagai respons terhadap stres, kecemasan, tekanan akademik, atau emosi negatif lainnya. Dalam jangka panjang, perilaku ini dapat menyebabkan peningkatan konsumsi makanan tinggi gula, garam, dan lemak, yang pada akhirnya memengaruhi kesehatan tubuh seperti penambahan berat badan, kelelahan, gangguan pencernaan, dan penurunan energi. Secara emosional, kebiasaan makan untuk meredakan stres justru dapat memperkuat siklus emosi negatif karena muncul rasa bersalah, penyesalan, atau kehilangan kontrol setelah makan berlebihan. Ketika pola makan tidak teratur semakin terikat dengan kondisi emosional, mahasiswa menjadi lebih sulit membedakan rasa lapar fisik dan emosional, sehingga stres yang dialami justru semakin meningkat. Keseluruhan pola ini kemudian membentuk lingkaran berulang yang membuat kondisi psikologis, perilaku makan, dan kesehatan fisik semakin memburuk.

Faktor motivasi perkuliahan menjadi faktor perbedaan sikap mahasiswa selanjutnya. Mahasiswa yang perkuliahan dan memilih jurusan tersebut atas keinginan diri sendiri akan melakukan kewajibannya sebagai mahasiswa dengan penuh tanggung jawab serta kesungguhan (Rizki *et al.*, 2025). Mahasiswa yang telah mampu menyesuaikan diri dengan berbagai faktor tersebut akan membuat kehidupan mereka sebagai mahasiswa baru akan lebih terasa nyaman dan sehat. Dalam mencegah terjadinya *emotional eating*, mahasiswa perlu mengembangkan strategi pengelolaan stres yang lebih sehat. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah melatih keterampilan manajemen waktu agar beban akademik tidak menumpuk dan menimbulkan tekanan berlebih. Selain itu, mahasiswa dianjurkan untuk menyalurkan emosi melalui aktivitas fisik, seperti berolahraga atau sekadar berjalan santai, karena aktivitas ini dapat membantu menurunkan hormon stres. Membiasakan diri melakukan teknik relaksasi, seperti pernapasan dalam atau meditasi, juga bermanfaat untuk menenangkan pikiran tanpa harus bergantung pada makanan. Dukungan sosial dari teman sebaya maupun keluarga menjadi faktor penting dalam mengurangi rasa tertekan. Dengan cara ini, mahasiswa dapat mengendalikan dorongan makan berlebih yang dipicu oleh emosi serta menjaga keseimbangan kesehatan fisik dan mental. Berdasarkan uraian diatas, maka

peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana Hubungan Antara Tingkat Stress Mahasiswa Baru Dengan Perilaku *Emotional eating* mahasiswa baru jurusan kesehatan angkatan 2025.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimanakah gambaran tingkat stress mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025?
2. Bagaimanakah gambaran *emotional eating* mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025?
3. Adakah hubungan antara tingkat stress mahasiswa dengan perilaku *emotional eating* mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025?

1.3 Batasan Masalah

1. Penelitian ini tidak mencakup stress akibat hal lain, selain stress akademik
2. Mahasiswa yang diteliti adalah mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk hubungan antara tingkat stress mahasiswa dengan perilaku *emotional eating* mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stress mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025
2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *emotional eating* mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025
3. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stress mahasiswa dengan perilaku *emotional eating* mahasiswa baru angkatan 2025

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pembaca atau peneliti lain dengan landasan teori di dalamnya yang membahas tentang Tingkat Stress dan *Emotional eating* Mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura angkatan 2025.

1.5.2 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat kepada:

1. Responden
Responden dapat meningkatkan pengetahuannya tentang meningkatkan *emotional eating* dengan tingkat stress akademik sehingga mahasiswa dapat menerapkan pengetahuan baru yang dipeoleh dengan cara menerapkannya pada kehidupan sehari-hari.
2. Peneliti
Peneliti mendapatkan ilmu dari hasil penelitian yang dilakukan sehingga peneliti dapat menyebarkan pengetahuan yang diperoleh kepada orang lain tentang pentingnya *Emotional Eating* dengan Tingkat Stress Akademik.
3. Tempat penelitian
Tempat penelitian dapat memberikan seminar pada mahasiswa baru tersebut untuk menjaga Tingkat Stress selain untuk menjaga tingkat stress juga dapat menjaga *Emotional eating*.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.2.1 Definisi mahasiswa

Mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi atau institusi akademik, yang telah melewati tahap pendidikan menengah dan memiliki kewajiban akademik serta tanggung jawab sosial sebagai bagian dari civitas akademika. Sebagai anggota komunitas akademik, mahasiswa juga diharapkan mampu berpikir kritis, mengembangkan kemampuan intelektual dan profesional, serta berperan aktif dalam penelitian, pengabdian masyarakat, dan pengembangan karakter sebagai persiapan menjadi tenaga ahli atau profesional di bidangnya (Articles, 2023).

Mahasiswa keperawatan merupakan sekumpulan orang yang menuntut ilmu tentang keperawatan untuk kebutuhan profesi dimasa depan. Mahasiswa keperawatan dituntut untuk menguasai semua ilmu kesehatan karena profesinya yang berhubungan dengan kesehatan dan dibantu oleh *clinical instructor* yang merupakan perawat profesional yang akan membimbing di lapangan praktik untuk memberikan arahan tata kelola keperawatan saat berada di lahan praktik. Profesi keperawatan berhubungan erat dengan manusia mahasiswa mempelajari seputar ilmu yang berhubungan dengan manusia baik secara fisik maupun psikis. Mahasiswa keperawatan untuk meningkatkan kompetensinya diadakannya Praktik Klinik Keperawatan (PKK) oleh instansi pendidikan sebelum menyandang profesi perawat yang akan menjadi profesinya di masa depan.

2.2.2 Ciri-ciri mahasiswa

Mahasiswa memiliki ciri-ciri yang berbeda dengan siswa menurut Mita & Widya (2018) mengatakan ciri-ciri mahasiswa sebagai berikut:

1. Memiliki kesempatan menuntut ilmu di perguruan tinggi dan sering disebut sebagai kaum intelegensi.
2. Mahasiswa memiliki kesempatan yang luas untuk mengeksplor dunia dengan kompetensi yang diperoleh dari bangku perkuliahan.
3. Mahasiswa memiliki kesempatan untuk mengembangkan potensi dirinya dengan memanfaatkan ilmu-ilmu yang diperoleh dari perkuliahan,
4. Mahasiswa dapat menjadi generasi harapan bangsa untuk mengikuti standar perkembangan zaman.
5. Mahasiswa dapat menjadi tenaga profesional di dalam dunia pekerjaan sehingga dapat menjadi daya tarik bagi tempat kerja.

2.2.3 Peran mahasiswa

Mahasiswa memiliki peran dan tanggung jawab untuk menuntut ilmu di jenjang perguruan tinggi selain berkewajiban di dalam kampus mahasiswa juga memiliki peranan di masyarakat sebagai bukti generasi untuk kemajuan bangsa sebagai manusia intelegensi generasi pencetus inovasi baru dan memajukan bangsa. Berikut peran mahasiswa menurut (Fahira, 2023) 1. Peran *iron stock*

Mahasiswa merupakan generasi bangsa yang harus mengembangkan *value* masingmasing individu karena selain mendapat bekal pengetahuan untuk masa depan mahasiswa juga dapat meningkatkan ideal dirinya dengan memiliki konsep pemikiran yang kritis dan tanggap dalam menyelesaikan suatu permasalahan. *Value* yang dimiliki

oleh mahasiswa membuat mereka mudah diterima di lingkungan baik lingkungan dalam kampus maupun lingkungan di luar kampus.

2. Peran *social control*

Pengalaman yang diperoleh mahasiswa selama proses pembelajaran internal dan eksternal kampus membuat mahasiswa dapat berkolaborasi dengan mudah di lingkungan masyarakat untuk merencanakan sesuatu inovasi baru atau menyelesaikan masalah di lingkungan sosial.

3. Peran *guardian of value*

Mahasiswa dikenal sebagai individu yang dianggap memiliki moral etika yang baik sehingga mahasiswa memiliki peran untuk tetap menjunjung nilai etika dan budi pekerti luhur supaya tetap dilestarikan.

2.2 Tingkat Stress

2.2.1 Definisi tingkat stress

Definisi stres yang sangat beragam menunjukkan bahwa stres bukanlah suatu hal yang sederhana. Salah satu definisinya adalah stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan (*Buku Ajar*, n.d.2023).

Respon atau tindakan ini termasuk respon fisiologis dan psikologis. Stresor adalah stimulus yang mengawali atau mencetuskan perubahan.

1. Stresor internal berasal dari dalam diri seseorang (demam, kondisi seperti kehamilan, menopause atau suatu keadaan emosi seperti rasa bersalah)
2. Stresor eksternal berasal dari luar diri seseorang (perubahan bermakna dalam suhu lingkungan, perubahan peran dalam keluarga atau sosial, atau tekanan dari pasangan) Stres merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan. Pendekatan ini telah dibatasi sebagai "model psikologi". Model psikologi ini menggambarkan stres sebagai suatu proses yang meliputi stresor dan ketegangan (strain). Interaksi antara individu dengan lingkungannya yang saling mempengaruhi itu dinamakan dengan interaksi transaksional yang di dalamnya terdapat proses penyesuaian. Stres bukan hanya stimulus atau respon tetapi juga agen aktif yang dapat mempengaruhi stresor melalui strategi perilaku, kognitif dan emosional. Individu akan memberikan reaksi yang berbeda terhadap stresor yang sama.

2.2.2 Faktor-faktor yang dipengaruhi tingkat stress

Konsep ini dapat mempengaruhi beberapa faktor menurut Mendrofa *et al* (2024) sebagai berikut:

1. Faktor Lingkungan

Stres muncul karena suatu stimulus menjadi semakin berat dan berkepanjangan sehingga individu tidak lagi bisa menghadapinya. Ada tiga tipe konflik yaitu mendekat-mendekat (approach - approach), menghindar - menghindar (avoidance - avoidance) dan mendekat-menghindar (approach-avoidance). Frustrasi terjadi jika individu tidak dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Stres dapat muncul akibat kejadian besar dalam hidup maupun gangguan sehari-hari dalam kehidupan individu.

2. Faktor Kognitif

Lazarus percaya bahwa stres pada individu tergantung pada bagaimana mereka membuat penilaian secara kognitif dan menginterpretasi suatu kejadian. Penilaian kognitif adalah istilah yang digunakan Lazarus untuk menggambarkan interpretasi individu terhadap kejadian-kejadian dalam hidup mereka sebagai suatu yang berbahaya, mengancam, atau menantang (penilaian primer) dan keyakinan mereka apakah mereka memiliki kemampuan

untuk menghadapi suatu kejadian dengan efektif (penilaian skunder). Strategi “pendekatan” biasanya lebih baik dari pada strategi “menghindar”.

3. Faktor Kepribadian

Pemilihan strategi mengatasi masalah yang digunakan individu dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian seperti kepribadian optimis dan pesimis. Individu yang memiliki kepribadian optimis lebih cenderung menggunakan strategi mengatasi masalah yang berorientasi pada masalah yang dihadapi. Individu yang memiliki rasa optimis yang tinggi lebih mensosiasikan dengan penggunaan strategi coping yang efektif. Sebaliknya, individu yang pesimis cenderung bereaksi dengan perasaan negatif terhadap situasi yang menekan dengan cara menjauhkan diri dari masalah dan cenderung menyalahkan diri sendiri.

2.2.3 Komponen Tingkat Stress

Komponen tingkat stres dapat dibagi menjadi beberapa aspek yang lebih spesifik.

1. Faktor Internal

Faktor internal meliputi kepribadian individu, seperti sifat dan karakteristik yang dapat mempengaruhi tingkat stres. Selain itu, kemampuan mengelola emosi dan respons terhadap stres juga berperan penting. Strategi dan mekanisme coping yang digunakan untuk menghadapi stres juga termasuk dalam faktor internal.

2. Faktor Eksternal
Faktor eksternal meliputi lingkungan kerja, seperti tekanan kerja, beban tugas, dan hubungan dengan rekan kerja. Hubungan interpersonal, seperti konflik dengan keluarga, teman, atau rekan kerja, juga dapat mempengaruhi tingkat stres. Kehidupan sehari-hari, seperti masalah keuangan, kesehatan, dan lain-lain, juga dapat menjadi sumber stres.

3. Gejala Stress

Gejala stres dapat berupa gejala fisik, seperti sakit kepala, insomnia, dan kelelahan. Gejala emosi, seperti kecemasan, depresi, dan iritasi, juga umum terjadi. Perilaku juga dapat berubah, seperti perubahan pola makan, kebiasaan buruk, dan lain-lain.

Untuk mengelola stres, beberapa cara yang dapat dilakukan adalah dengan berolahraga teratur, meditasi, dan relaksasi. Mengatur waktu dan prioritas, membangun hubungan yang sehat, dan mencari dukungan dari orang lain juga dapat membantu.

2.3 Stress Akademik

Stres pada mahasiswa terdiri dari faktor akademik dan non-akademik seperti faktor sosio-kultural, lingkungan, dan atribut psikologis (Bedewy & Gabriel, 2015). Stres akademik adalah suatu bentuk stres yang terjadi akibat stresor akademik dalam proses belajar mengajar atau hal-hal yang berhubungan dengan kegiatan belajar, misalnya: tekanan untuk naik kelas, durasi belajar, kecemasan menghadapi ujian, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, mendapat nilai ulangan yang jelek, birokrasi yang rumit, keputusan untuk menentukan masa depan, dan manajemen waktu. Stres akademik muncul ketika proses belajar terasa tidak nyaman, sulit, atau menyebabkan individu tidak termotivasi. Stres akademik terjadi ketika siswa tidak dapat menghadapi tuntutan akademik dan mempersepsikan tuntutan-tuntutan akademik yang diterima sebagai gangguan (Barseli & Idfil, 2017).

2.3.1 Dimensi Stres Akademik

Pada skala *Perceived Sources of Academic Stress* yang dikembangkan oleh Bedewy & Gabriel (2015), stres akademik terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu:

1. Stres terkait ekspektasi akademis

Stres dijelaskan sebagai akibat dari ekspektasi akademis seperti persaingan nilai dengan mahasiswa lainnya, kritik dari dosen terkait performa akademis, dan ekspektasi orang tua terhadap performa akademis.

2. Stres terkait tugas dan ujian

Stres dijelaskan sebagai akibat dari beban akibat banyaknya tugas yang diberikan, kurikulum yang padat, banyaknya waktu yang teralokasikan untuk kelas, dan adanya ujian yang menilai performa akademis.

3. Stres terkait persepsi diri dalam hal akademis

Stres dijelaskan sebagai akibat dari persepsi yang dimiliki mahasiswa itu sendiri terkait masa depan sebagai mahasiswa dan karir di masa mendatang.

2.4 *Emotional eating*

Emotional eating merupakan pola makan yang mencerminkan adanya emosinegatif seperti marah, khawatir, takut, dan depresi. *Emotional eating* adalah usaha untuk mengonsumsi makanan dengan tujuan mengurangi stres individu dengan mengabaikan sinyal lapar dari dalam tubuh (Perangin-angin & Othman, 2024), ini menyebabkan seseorang akan makan dan menggunakan makanan sebagai akibat dari reaksi emosional, dan individu tersebut akan mengonsumsi makanan dalam jumlah berlebihan saat mengalami emosi yang intens (Trisnawati & Wicaksono, 2022).

2.4.1 Faktor-faktor yang mempengaruhi *Emotional eating*

Faktor-Faktor Yang mempengaruhi *Emotional eating* Gavin (2022) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *emotional eating* yaitu :

1. Stres

Stres didefinisikan sebagai ketidakmampuan individu dalam menghadapi tekanan yang diterima. Tekanan ini dapat berasal dari dalam diri individu itu sendiri maupun dari lingkungan sekitar. Stres yang dialami oleh individu dapat memunculkan perasaan lapar, bukan hanya dalam pikiran. Ketika stres kronis, seperti perasaan kacau akan meningkatkan hormon stres (kortisol) yang memicu keinginan untuk makan.

2. *Coping*

Makan menjadi salah satu strategi coping untuk meredakan emosi sementara yang tidak nyaman, termasuk marah, takut, sedih, cemas, kesepian, kebencian dan rasa malu yang membuat seseorang ingin mengonsumsi makanan saat pikiran dan perasaan sedang penat.

3. Kebosanan atau perasaan hampa

Rasa ingin makan dilakukan untuk menghilangkan kebosanan, atau sebagai cara untuk mengisi kekosongan, makanan sebagai cara untuk memenuhi keinginan mulut. Individu saat merasa kesepian atau sedang bosan memiliki kecenderungan untuk memunculkan pikiran untuk mengonsumsi makanan.

4. Kebiasaan makan masa kecil

Pikiran akan kenangan masa kecil saat makan seperti ketika mendapatkan nilai bagus selalu diberikan penghargaan berupa coklat atau permen. Kebiasaan makan pada masa kanak-kanak yang melibatkan emosi seringkali terbawa hingga dewasa. Sehingga saat individu tumbuh dewasa kebiasaan-kebiasaan masa kecil tersebut terbawa sampai dewasa.

5. Pengaruh sosial
Menghabiskan waktu bersama dengan orang lain untuk makan adalah cara yang baik untuk menghilangkan stres, tetapi juga menyebabkan makan berlebihan. Sangat mudah untuk terpengaruh hanya karena makanan yang disediakan, atau karena melihat orang lain makan.

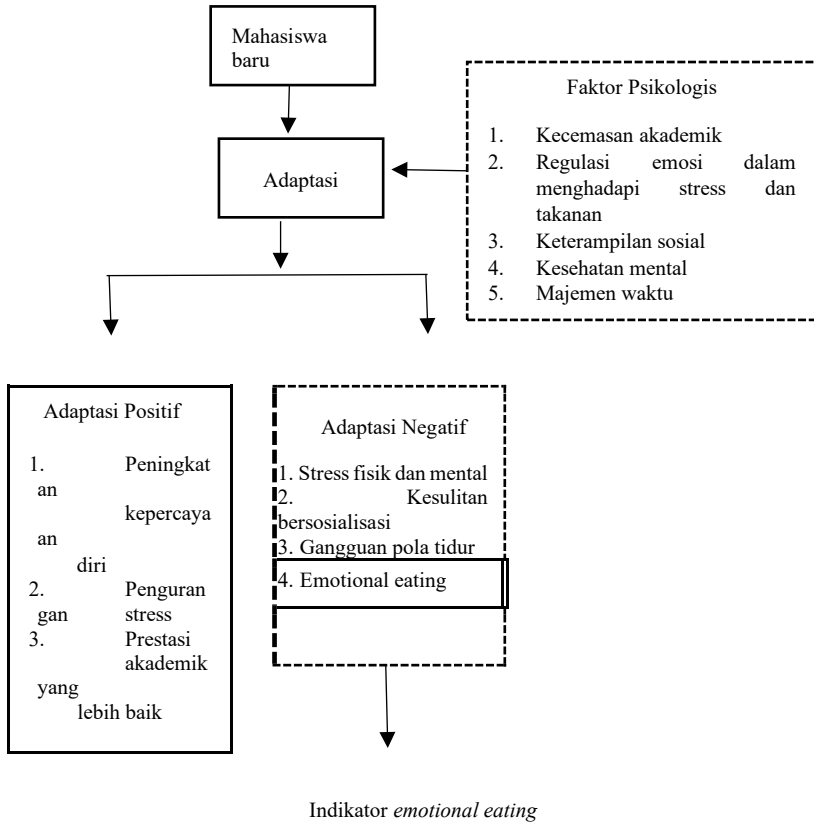
2.5 Penelitian sebelumnya

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu Terkait Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Perilaku *Emotional Eating* pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

Judul penelitian, Tahun terbit	Variabel	Metode	Hasil	Novelty
Gambaran Tingkat Stress Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan (Vania et al., 2024)	Tingkat Stress Mahasiswa	D:Kuantitatif Deskriptif S: 160 Responden V: independen (X1) Tingkat stress Akademik I:Observasi Pengukuran Antopometri A:Kuantitatif Dengan teknik Analisi univariat	Penelitian ini memperoleh hasil bahwa Tingkat Stress Mahaiswa Kesehatan sebagian besar sedang dengan hasil 57,4% hal ini terjadi karena usia mereka telah memasuki usai remaja akhir 2021 tahun.	Perbedaan dari penelitian ini adalah tingkat stress pada penelitian ini sampelnya mahasiswa kesehatan khususnya Mahasiswa Baru. Menggunakan metode penarikan sample <i>ProbabilityTotal sampling</i> dan menggunakan instrumen PSS.
Hubungan Tingkat Stres Dengan <i>Emotional eating</i> Saat Pandemi COVID-19.(Luh et al., 2022)	Tingkat Stress Dan <i>Emotional eating</i>	D: kuantitatif Deskriptif S: 100 Responden V: independent (X) Tingkat stress Dependent (Y) <i>Emotional Eating</i> I: Pengisian Kuesioner A: Kuantitatis <i>Cross sectinal</i>	Penelitian ini memperoleh hasil bahwa Tingkat Stress dan <i>Emotional eating</i> mahasiswa sedang.	Penelitian ini meneliti tentang Tingkat Stress dan perilaku <i>Emotional eating</i> menggunakan instrumen penelitian PSS dan DEBQ.

Hubungan antara stress akademik	Stress akademik dan	D;kuantitatif Deskriptif S: 150	Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat	Penelitian ini meneliti hubungan antara Stress
dengan <i>Emotional eating</i> pada mahasiswa (Rizqi, 2022)	<i>Emotional eating</i>	Partisipan V: independent (X1) Stress akademik Dependen (Y) <i>Emotioanl eating</i> I: Observasi Pengukuran antropometri A:Kuantitatif Dengan Teknik Analisis <i>Univariate</i> dan <i>bivariate</i>	hubungan positif antara Tingkat Stress dengan <i>Emotional eating</i>	Akademik dengan <i>Emotional eating</i> mahasiswa dengan menggunakan instrumen peneltian DEBQ untuk <i>Emotional eating</i> .

2.6 Kerangka Konsep



1. *External eating*
2. *Restrained Eating*

Keterangan:

- : diteliti
- : tidak diteliti
- : → garis hubungan

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Perilaku *Emotional Eating* pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

2.7 Deskripsi kerangka konsep

Mahasiswa adalah *agent of change* atau bisa dibilang dengan agen perubahan, Banyak dari beberapa orang mengatakan kalau mahasiswa adalah penerus bangsa, dan cerminan bangsa di masa depan. (Zenitha Muktar*, Ita Apriliyani, 2025). Mahasiswa harus menjaga pola makan agar penyakit sistemik tidak dapat menyerang dan dapat mengganggu aktivitas yang dilakukan oleh mahasiswa. Pola makan sehat merupakan perilaku mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang dalam takaran yang cukup dan tidak berlebihan. Dalam konteks ini, faktor psikologis mahasiswa baru yang beradaptasi di bangku kuliah meliputi beberapa hal:

1. Kecemasan akademik akibat tuntutan kuliah yang baru
 2. Regulasi emosi dalam menghadapi stress dan tekanan
 3. Keterampilan sosial seperti kesulitan berinteraksi dan merasa tidak percaya diri
 4. Kesehatan mental yang dipengaruhi oleh kemampuan mengatasi tekanan dan memiliki dukungan sosial
 5. Manajemen waktu : keterampilan pengelolaan waktu untuk menyeimbangkan tugas
- Mahasiswa sering menghadapi berbagai tuntutan akademik seperti ujian, serta tekanan dalam mengatur waktu dan kehidupan sosial. Ketika tekanan tersebut meningkat sebagian mahasiswa mengalami stress yang ditandai dengan rasa cemas, tegang, dan kelelahan mental. Mahasiswa harus beradaptasi dengan kehidupan baru di bangku kuliah yang berbeda dengan kehidupan di masa SMA, sehingga mahasiswa lebih sulit untuk beradaptasi dengan kehidupan kampus, maka dari itu mahasiswa mengalami stress berlebih mulai dari stress tugas yang berbeda dengan SMA dan ditambah dengan stress adaptasi Stress yang tidak dikelola dengan baik kemudian dapat memicu perilaku *Emotional eating* yaitu kebiasaan makan berlebih atau mengkonsumsi makanan tertentu bukan karena lapar fisik, melainkan untuk meredakan emosi negative. Pada tahap awal, mahasiswa mungkin mulai mencari makanan manis atau berlemak untuk memberikan rasa nyaman sesaat. Jika pola ini terus berulang, tingkat stress yang tinggi dapat semakin memperkuat kebiasaan *Emotional eating*, sehingga membentuk lingkaran yang sulit diputus, stress memicu makan berlebih, dan pola makan yang tidak sehat justru dapat menambah rasa bersalah serta memperburuk kondisi psikologis mahasiswa.

2.8 Hipotesis

Hipotesis adalah sebuah dugaan atau jawaban sementara pada sebuah penelitian yang akan diteliti. Hipotesis dapat ditolak atau diterima dengan syarat diadakannya uji statistik dalam sebuah penelitian (Yam & Taufik, 2021).

H1: Ada hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku emotional eating pada mahasiswa Jurusan Kesehatan angkatan 2025.

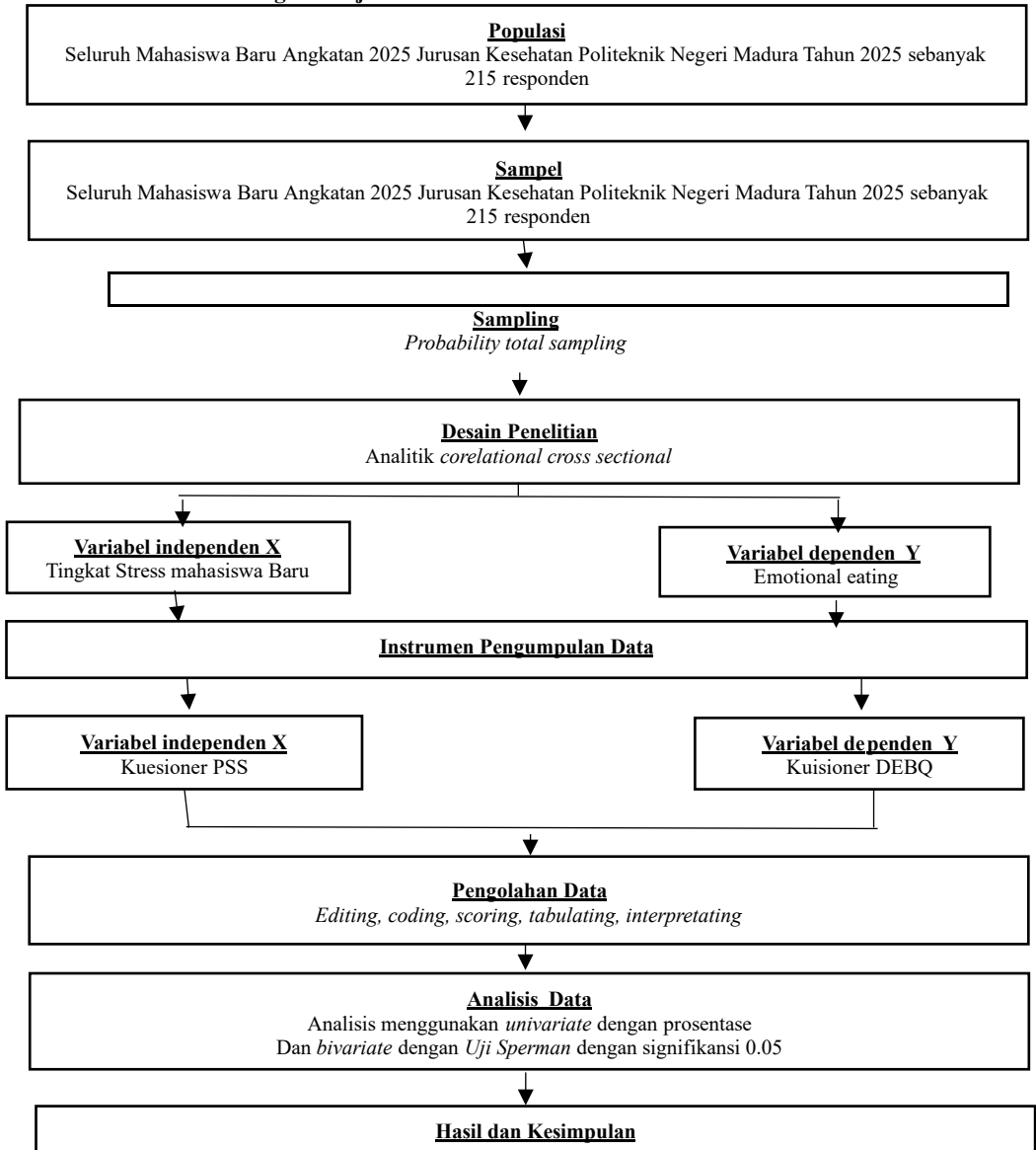
H0: Tidak ada hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku emotional eating pada mahasiswa Jurusan Kesehatan angkatan 2025.

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain/ Rancangan Penelitian

Desain penelitian adalah struktur perencanaan dari sebuah penelitian yang meliputi dari penentuan populasi, sampel yang akan diteliti, pengolahan data hingga sampai ke hasil penyajian data. Desain penelitian harus terstruktur secara sistematis karena dapat mempengaruhi validasi dari hasil penelitian (Kerja & Kinerja, 2024). Peneliti dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian Analitik *corelational cross sectional* yaitu metode penelitian yang menguji hubungan antara dua variabel independen dan dependen (Prof. Sugiono, 2021.)

3.2 Kerangka Kerja



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Hubungan Antara Tingkat Stress Mahasiswa dengan *Emotional Eating* pada Mahasiswa Baru Angkatan 2025

3.3 Populasi, Sampel dan Sampling

3.3.1 Populasi

Populasi merupakan sekelompok elemen atau objek yang menjadi sumber informasi utama dalam sebuah penelitian sehingga dapat diperolehnya suatu hasil dari penelitian yang dilakukan (Susanto *et al.*, 2024). Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Angkatan 2025 sebanyak 216 responden.

3.3.2 Sampel

Sampel merupakan sebagian dari jumlah populasi keseluruhan yang telah diidentifikasi dengan karakteristik khusus oleh peneliti sehingga dapat digunakan dalam penelitian yang dilakukan (Susanto *et al.*, 2024). Sampling Insidental yaitu siapa yang ditemui Peneliti ini menggunakan *Probability Sampling*. Teknik pengambilan Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2025 sebanyak 216 responden

Sampling merupakan teknik pemilihan populasi untuk mendapatkan sampel sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Metode pemilihan teknik sampling untuk menentukan jumlah dan kualitas sampel dapat mempengaruhi validitas dan generalitas dari hasil penelitian (Yam & Taufik, 2021). Penelitian ini menggunakan *Probability sampling Total sampling*, yaitu memilih sampel dengan cara mengambil seluruh anggota populasi sebagai sampel (Iii, 2019)

3.4 Identifikasi Variabel

Peneliti menggunakan dua variabel dengan dua jenis variabel yaitu:

1. Variabel independen yang ber lambangkan X adalah variabel yang bersifat bebas atau mempengaruhi variabel dependen atau terikat (Agustian *et al.*, 2019). Variabel independen yang digunakan pada penelitian ini adalah tingkat stress akademik pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan angkatan tahun 2025.
2. Variabel dependen yang ber lambangkan Y adalah variabel terikat atau variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen (Agustian *et al.*, 2019). Variabel dependen yang digunakan pada penelitian ini yaitu emotional eating mahasiswa baru 2025.

3.5 Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku *Emotional Eating* pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

No	Variabel	Definisi operasioal	Indikator	Instrumen	Skala Data	Skoring
1	Independen	tingkat stres adalah	1. persepsi terhadap stress	PSS	Ordinal	Skor tiap item
	Tingkat stress akademik	tingkatan atau	2. persepsi terhadap kemampuan mengatasi stress			jawaban
	pada mahasiswa baru	lev el stres ya ng diakibatKan dari berbagai perasaan yang memicu ketegangan				1. TP= 0 2. HTP = 1 3. KD = 2 4. CS = 3 5. TS = 4
						Sebaliknya untuk pertanyaan negatif

secara
emosional

maupun fisik.

- 1. 0 – 13 =
Stress
rendah
- 2. 14-26 =
Stress
sedang
- 3. 26-40 =
Stress
tinggi

2	Independen <i>Emotional eating.</i>	<i>Emotional eating</i> menurut 2. Braden dkk. (2018) merupakan tendensi makan seseorang yang dipengaruhi oleh kondisi emosional alih- alih kebutuhan fisik atau biologis untuk makan.	1. <i>External (Dutch Restrained Eating Behavior Questionnaire)</i>	DEBQ <i>eating</i> Ordinal	Skor tiap item jawaban 1. TP= 0 2. JR = 1 3. KD = 2 4. SR = 3 5. SL = 4 Sebaliknya untuk pertanyaan negatif
---	--	--	---	----------------------------	---

3.6 Pengumpulan dan Analisa Data
3.6.1 Pengumpulan data

1. Waktu Penelitian
 Penelitian ini telah dilaksanakan pada 19-21 Januari 2026.
 2. Tempat
 Penelitian ini dilakukan di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura 2025.
 3. Instrumen penelitian
 - 1) Kuesioner Tingkat Stress
 Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui tingkat stress mahasiswa menggunakan PSS (*Pereceived Stress Scale*). Terdapat 10 pertanyaan dalam kuesioner PSS yang terdiri dari 5 pertanyaan positif dan 5 pertanyaan negatif (Iii, 2019)
 - 2) Kuesioner *Emotional Eating*
 Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui *Emotional eating* mahasiswa untuk melakukan olahraga yaitu DEBQ (*Dutch Eating behaviour Questionnaire*). DEBQ versi ini terdiri dari 33 pertanyaan yang terbagi menjadi 13 item pertanyaan emotional eating, 10 item pertanyaan external eating, dan 10 item pertanyaan restrained eating. Kuesioner ini dinilai berdasarkan skala Likert (Snoek et al. 2013).
 - 3) Proses pengumpulan data
 Peneliti mengumpulkan data dimulai sejak peneliti mendapat persetujuan penulisan karya tulis ilmiah dari pembimbing dan penguji, kemudian mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada Ketua Jurusan Kesehatan dan Sub Koordinator Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) Politeknik Negeri Madura. Peneliti mendapat surat balasan perizinan penelitian kemudian membagikan kuesioner menggunakan *google form* di *whatsapp* kepada responden yaitu Mahasiswa Jurusan Kesehatan Angkatan 2025. Peneliti memberikan lembar persetujuan menjadi responden kepada responden untuk dibaca dan ditandatangani oleh responden. Peneliti memberikan intruksi kepada responden tentang cara pengisian yang benar kemudian responden mengisi *google form* tersebut. *Google form* yang sudah terisi kemudian akan diolah oleh peneliti melalui proses perhitungan persentase data. Kemudian hasil dari penilaian tersebut akan disajikan dalam bentuk tabel dan analisa deskripsi. Data yang sudah diolah oleh peneliti akan dibuat pembahasan dan penarikan kesimpulan hasil penelitian kemudian dikonsultasikan kepada dosen pembimbing.
- 3.6.2 Pengolahan data
1. *Editing*
 Proses editing data dilakukan untuk memastikan keakuratan dan kelengkapan data yang telah dikumpulkan melalui kuesioner. Peneliti melakukan pemeriksaan menyeluruh terhadap setiap kuesioner yang telah dijawab untuk memastikan bahwa data yang diperoleh sesuai dengan standar yang telah ditetapkan dan memenuhi kriteria kelengkapan yang diperlukan (Ulumik and Purnamasari, 2023).
 2. *Coding*
 Tahap *coding* merupakan tahap pemberian kode yang merubah bentuk huruf menjadi angka agar mudah dilakukan proses komputerisasi statistika. Penelitian ini menggunakan *coding* sebagai berikut:
 - 1) Jenis kelamin
 (1) Laki-laki : diberi kode 1

- (2) Perempuan : diberi kode 2
- 2) Umur Responden
 - (1) <20 tahun : diberi kode 1
 - (2) 20-25 tahun : diberi kode 2
- 3) Jenis tingkat stress yang dilakukan
 - (1) Rendah : diberi kode 1
 - (2) Sedang : diberi kode 2
 - (3) Tinggi : diberi kode 3
- 4) *emotional eating*
 - (1) YA. : diberi kode 1
 - (2) TIDAK : diberi kode 2

3. *Scoring*

Scoring dalam penelitian merupakan tahap untuk menentukan nilai pada tiap item pertanyaan yang berada pada lembar kuesioner atau pun pada lembar observasi untuk mempermudah dalam penghitungan di tahap berikutnya.

1) Variabel independen (X) Skor jawaban positif:

- (1) Tidak Pernah : 0
- (2) Hampir Tidak Pernah : 1
- (3) Kadang-Kadang : 2
- (4) Cukup Sering : 3
- (5) Sangat Sering : 4

Skor jawaban Negatif:

- (1) Tidak Pernah : 4
- (2) Hampir Tidak Pernah : 3
- (3) Kadang-Kadang : 2
- (4) Cukup Sering : 1
- (5) Sangat Sering : 0

2) Variabel dependen (Y) Skor jawaban Positif:

- (1) Tidak Pernah : 0
- (2) Jarang : 1
- (3) Kadang-Kadang : 2
- (4) Sering : 3
- (5) Selalu : 4

Skor jawaban Negatif:

- (1) Tidak Pernah : 4
- (2) Jarang : 3
- (3) Kadang-Kadang : 2
- (4) Sering : 1
- (5) Selalu : 0

4. *Tabulating*

Tabulating merupakan proses pemindahan data dari kuesioner ke dalam tabel data dasar

5. *Interpretating*

Hasil penelitian diinterpretasikan dengan persentase:

$$P = \frac{\Sigma f}{n} \times 100\%$$

n

Keterangan:

- 1) P : Persentase
- 2) $\sum f$: Jumlah kelompok
- 3) n : nilai skor maksimal

Hasil penelitian data dalam bentuk persentase dengan menggunakan skala kuantitatif sebagai berikut:

- 1) 100% : Seluruh
- 2) 76%-99% : Hampir seluruh
- 3) 51%-75% : Sebagian besar
- 4) 50% : Setengahnya
- 5) 26%-49% : Hampir setengahnya
- 6) 1%-25% : Sebagian kecil
- 7) 0% : Tidak satupun

3.6.3 Analisa Data

Analisa data adalah tahapan metode penelitian untuk menganalisa hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti (Widyaiswara, 2022). Penelitian ini menggunakan analisa data *analytic correlational* yang merupakan hubungan antara variabel independen dan dependen dengan menggunakan PSS, DEBQ dan skala *likert*. Analisa data dalam penelitian ini Analisis menggunakan uji statistik *Rank Spearman* dengan signifikansi 0.05 dengan interpretasi sebagai berikut:

1. Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengevaluasi distribusi frekuensi dari variabel independen dan variabel dependen (Arifin *et al.*, 2022). Variabel dalam penelitian ini adalah:

- 1) Tingkat stress mahasiswa baru sebagai variabel independen (bebas) X menggunakan PSS
- 2) *Emotional eating* sebagai variabel dependen (terikat) Y menggunakan DEBQ

2. Bivariat

Bivariat dalam penelitian ini digunakan uji statistik loglinier Uji Korelasi Spearman adalah uji statistik untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variable berskala Ordinal. Koefisien korelasi spearman adalah statistik non-parametrik, karena data yang didapat tidak berdistribusi normal. Simbol dari koefisien korelasi ini adalah (ρ). Menggunakan pengukuran dengan koefisien korelasi Spearman digunakan untuk mengevaluasi seberapa baik fungsi monotonik dari suatu fungsi yang sesuai dengan perintah menggambarkan hubungan antara dua variabel tanpa membuat asumsi tentang distribusi frekuensi variabel yang diteliti. Nilai Koefisien korelasi dan kriteria untuk menilai kekuatan hubungan antara dua variabel sama dengan yang digunakan dalam korelasi Pearson. Keuntungan dari korelasi Spearman adalah analisis berbasis peringkat lebih mudah dihitung dari pada analisis numerik dan juga dapat digunakan untuk menentukan korelasi non linear. Metode korelasi ini menghitung peringkat korelasi mulai dari -1 yang berarti korelasi sempurna dalam derajat kemiringan negatif dan +1 dimana yang berarti korelasi sempurna dalam derajat kemiringan sempurna. Selain nilai -1 dan +1, nilai diantara kedua angka tersebut, jika angka di atas 0,5 atau di bawah 0,5 maka itu dinamakan dengan hubungan yang moderat atau cukup kuat.

3.7 Etika Penelitian

3.7.1 *Anonymity*

Anonymity adalah etika dalam sebuah penelitian dengan menjaga kerahasiaan identitas responden yang tercantum pada kuesioner penelitian. Merahasiakan segala sesuatu yang berkaitan dengan subjek penelitian. Identitas responden tidak dicantumkan lengkap hanya dicantumkan berupa inisial (Faiqul *et al.*, 2024).

3.7.2 *Informed Consent*

Informed consent adalah persetujuan antara peneliti dengan orang yang akan dijadikan subjek penelitian atau disebut dengan responden dapat berupa lembar persetujuan, secara lisan, maupun dengan suatu perjanjian yang harus diberitahukan kepada responden yang akan diteliti dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun (Widjaja, 2021).

3.7.3 *Confidentiality*

Confidentiality adalah etika dalam penelitian seorang peneliti harus tetap menjaga kerahasiaan data responden dari pihak luar yang tidak berkepentingan atau dari pihak yang seharusnya tidak terlibat dalam suatu penelitian (Putra *et al.*, 2023)

3.8 Keterbatasan Penelitian

Sejumlah responden harus dihubungi secara personal saat pengisian kuesioner, karena beberapa di antaranya kurang mengikuti group.

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian merupakan penyajian dari hasil pengumpulan dan analisa data, meliputi aspek geografi, demografi, sarana pra sarana, SDM, data umum, serta data khusus. Hasil pengumpulan dan analisa data disajikan dalam bentuk tabel untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif terkait hasil penelitian (Rongcai *et al.*, 2023).

4.1.1 Data umum tempat penelitian

1. Geografis

Politeknik Negeri Madura terletak di Jalan Raya Taddan Km.4 Camplong, Camplong, Sampang, Kabupaten Sampang, dengan kode pos 69213. Kampus ini memiliki batas-batas wilayah yang strategis, yaitu sebelah utara berbatasan dengan permukiman warga, sebelah selatan dengan laut, sebelah barat dengan persawahan, dan sebelah timur dengan permukiman warga. Fasilitas kesehatan terdekat dengan Politeknik Negeri Madura berjarak sekitar 4,9 km. Pembangunan gedung Politeknik Negeri Madura dimulai pada tahun 2012, dengan luas lahan 10 hektar. Peletakkan batu pertama dilaksanakan pada tanggal 11 November 2012, Secara geografis, Politeknik Negeri Madura berbatasan dengan ;

- (1) Sebelah Utara : Permukiman warga
- (2) Sebelah Selatan : Laut Madura
- (3) Sebelah Barat : Persawahan
- (4) Sebelah Timur : Pemukiman Warga

Lokasi kampus yang strategis dan aksesibilitas yang baik memberikan potensi bagi pengembangan kegiatan akademik dan penelitian yang terkait dengan lingkungan dan sumber daya alam. Dengan demikian, Politeknik Negeri Madura memiliki potensi untuk menjadi institusi pendidikan tinggi yang berkualitas dan berkelanjutan, dengan dukungan lokasi yang strategis dan fasilitas yang memadai (Poltera, 2025).

2. Demografi

Politeknik Negeri Madura merupakan instansi pendidikan tinggi yang berlokasi di Pulau Madura, dengan sumber daya manusia yang terdiri dari direktur, dosen, tenaga kependidikan, dan mahasiswa yang memiliki karakteristik unggul dan pola pikir berkualitas. Melalui jaringan yang luas dengan industri dan dunia usaha, Politeknik Negeri Madura berkolaborasi dalam membangun industri dan tata kelola yang efektif, serta menerapkan ilmu terapan yang relevan. Saat ini, Politeknik Negeri Madura memiliki empat jurusan, salah satunya adalah Jurusan Kesehatan, yang dirancang untuk menghasilkan lulusan yang kompeten dan berintegritas, siap berkontribusi dalam bidang kesehatan. Pada tahun 2025, Jurusan Kesehatan memiliki dua program studi, yaitu Diploma 3 (D3) Keperawatan dan Diploma 4 (D4) Promosi Kesehatan, dengan total mahasiswa sebanyak 474 orang, dengan demikian, Politeknik Negeri Madura memiliki potensi untuk menghasilkan lulusan yang berkualitas dan berkontribusi dalam bidang kesehatan (Poltera, 2025).

3. Sarana dan prasarana

Politeknik Negeri Madura memiliki dua gedung utama, yaitu Gedung A dan Gedung B, yang dilengkapi dengan berbagai fasilitas untuk mendukung kegiatan belajarmengajar. Gedung A terdiri dari dua lantai, dengan lantai dasar yang meliputi ruang direktur, ruang keuangan, ruang umum, ruang BAAK, dan ruang Infokom. Lantai dua Gedung A dilengkapi dengan musholla, ruang dosen teknik, laboratorium bahasa, laboratorium komputer, dan beberapa ruang kuliah yang juga terdapat di lantai tiga untuk mahasiswa jurusan teknik. Gedung B juga terdiri dari dua lantai, dengan lantai dasar yang meliputi ruang laboratorium kesehatan (laboratorium dasar dan KMB, laboratorium gawat darurat, laboratorium jiwa dan gerontik, laboratorium anak dan laboratorium maternitas), perpustakaan, dan ruangan ketua jurusan kesehatan dan TMAB. Lantai dua Gedung B dilengkapi dengan ruangan dosen kesehatan dan dosen teknik, serta musholla. Selain kedua gedung utama, Politeknik Negeri Madura juga memiliki fasilitas tambahan, yaitu tiga bengkel (bengkel dasar, bengkel tenaga, dan bengkel konstruksi), taman, kantin, dan parkir yang terletak di setiap gedung A dan B. Dengan demikian, Politeknik Negeri Madura memiliki fasilitas yang memadai untuk mendukung kegiatan belajar-mengajar dan kegiatan lainnya (Poltera, 2025).

4.1.2 Data umum responden

1. Data umum jenis kelamin

Tabel 4.1 Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentasi
1	Laki-Laki	21	10%
2	Perempuan	194	90%
Total		215	100%

Sumber: Data Primer 2026

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 194 orang (90%) berjenis kelamin, dan sebagian kecil responden sebanyak 21 orang (10%) berjenis kelamin laki-laki.

6. Data Umum kelas

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kelas Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura

No.	Program Studi	Frekuensi	Presentasi
1	A Kep	34	11%
2	B Kep	38	20%
3	C Kep	37	20%
4	D Kep	30	9%
5	A Promkes	38	20%
6	B Promkes	38	20%
Total		215	100%

Sumber: Data Primer 2026

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi mahasiswa baru angkatan berdasarkan kelas di Program Studi D3 Keperawatan dan D4 Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Madura Angkatan 2025 sebagian kecil sebanyak (20%) berada di kelas B Kep, C Kep, A Promkes, B Promkes dan sebagian kecil sebanyak 30 orang (9%) berada di kelas D Kep.

4.1.2 Data Khusus responden

1. Tingkat Stress Akademik

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura

No.	Tingkat Stress	Frekuensi	Presentasi
1	Ringan	20	9%
2	Sedang	188	87%
3	Tinggi	7	3%
Total		215	100%

Sumber: Data Primer 2026

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden sebanyak 188 orang (87%) memiliki tingkat stress akademik yang sedang, dan sebagian kecil responden sebanyak 7 orang (3%) memiliki tingkat stress akademik yang tinggi.

2. *Emotional eating*

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi *Emotional Eating* Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura

No.	Emotional eating	Frekuensi	Presentasi
1	Ringan	15	7%
2	Sedang	79	37%
3	Tinggi	121	56%
Total		215	100%

Sumber: Data Khusus 2026

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 121 orang (56%) memiliki *emotional eating* yang tinggi, dan sebagian kecil responden sebanyak 15 orang (7%) memiliki *emotional eating* yang ringan.

4.1.3 Tabulasi silang dan uji statistic hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku *emotional eating*

1. Uji Tabulasi Silang hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku *emotional eating*

Tabel 4.5 Tabulasi Silang Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku *Emotional Eating* Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura

Tingkatstress * Emotionaleating Crosstabulation

Count

		Emotionaleating			Total
		Ringan	Sedang	Tinggi	
Tingkatstress	Ringan	0	5	7	12
	Sedang	4	23	51	78
	Tinggi	2	11	0	13
Total		6	39	58	103

Tabel 4.5 berdasarkan data tersebut, dari 12 responden yang memiliki tingkat stress yang ringan 5 orang sedang, dan 7 orang memiliki *emotional eating* yang tinggi. Dari 78 orang memiliki tingkat stress yang sedang, 4 orang memiliki perilaku *emotional eating* ringan, 23 orang sedang, dan 51 orang memiliki *emotional eating* yang tinggi. Dari 13 orang memiliki tingkat stress yang tinggi, 2 orang memiliki perilaku *emotional eating* ringan, 11 orang sedang.

2. Uji Statistik hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku *emotional eating*

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi *Bivariate* Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku *Emotional Eating* Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025 Politeknik Negeri Madura

Correlations				
		VariabelX		VariabelY
Spearman's rho	VariabelX	Correlation Coefficient	1.000	-.014
		Sig. (2-tailed)	.	.914
		N	58	58
	VariabelY	Correlation Coefficient	-.014	1.000
		Sig. (2-tailed)	.914	.
		N	58	215

Sumber: Data Khusus 2026

Tabel 4.5 Menunjukkan hasil uji statistik menggunakan range sperman spss memperoleh hasil Sig.(2-tailed) = 0.914 > 0,05, hipotesis ditolak artinya tidak ada hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku *emotional eating*.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Gambaran Tingkat Stress Akademik

Data hasil tingkat stres pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura berada pada tabel 4.3 dengan hampir seluruh mahasiswa baru Jurusan Kesehatan mengalami stres dengan kategori sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh FatimatuZahrah (2024), yang menyatakan bahwa tingkat stres dengan kategori sedang mendominasi pada mahasiswa baru dengan persentase 74,1%. Berbeda pendapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2024) yang menyatakan bahwa pada mahasiswa baru banyak mengalami stres berat dengan persentase 73%. Menurut Sakinah (2023), mahasiswa yang berada di semester awal biasanya mengalami kelelahan secara fisik, mental, dan emosional akibat proses yang lebih berat dari masa sma ke masa perkuliahan. Situasi penuh tekanan ini sering kali muncul karena proses adaptasi. Selain itu, masalah dari luar seperti isu di lingkungan sosial, masalah dalam keluarga, dan hubungan dengan orang lain ditambah dengan tuntutan akademis yang semakin tinggi tingkatannya, maka semakin sulit juga mata kuliah yang dijalani. Maka dari itu, banyak penelitian lain yang menemukan adanya stres berat yang mendominasi pada mahasiswa baru karena adanya beban pikiran dan tanggung jawab tersendiri. Fakta menunjukkan bahwa mahasiswa baru dominan mengalami stres sedang dikarenakan belum sepenuhnya memiliki cara menangani stres yang efektif, seperti tidak menjalani gaya hidup sehat, tidak mengatur waktu dengan baik, serta tidak terbiasa dengan tekanan yang pernah dialami sebelumnya sehingga memandangnya sebagai suatu beban pikiran yang berat.

4.2.2 Gambaran *Emotional eating*

Berdasarkan hasil penelitian terhadap pada tabel 4.4 didapatkan hasil sebagian besar responden berada pada kategori *emotional eating* tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian milik Auliannissaa (2023) yang menyatakan bahwa mahasiswa baru memiliki *emotional eating* yang tinggi dengan persentase 79 %. Hasil yang tinggi tersebut menunjukkan bahwa asupan makanan responden yang selalu dipengaruhi oleh stres. Artinya, ada beberapa individu yang menggunakan makanan sebagai cara untuk mengatasi emosi/stres. Stres tidak hanya dapat meningkatkan keinginan makan seseorang, tetapi juga bisa menurunkan nafsu makannya. Hal ini terjadi karena beberapa orang melampiaskan perasaan negatif mereka seperti marah, cemas, takut, atau sedih dengan cara makan secara berlebihan yang disebut dengan *emotional eating*. Individu yang melakukan *emotional eating* cenderung mengonsumsi makanan bukan karena lapar, tetapi untuk mengurangi rasa stres atau perasaan buruk yang mereka alami (Azzahra, 2025). Berbeda pendapat dengan penelitian milik Gryzela (2021), yang menyatakan bahwa pada mahasiswa baru memiliki *emotional eating* yang mengarah pada kategori sedang dengan persentase 37,8%. Temuan lain milik Rahim (2022) yang menyatakan bahwa *emotional eating* pada mahasiswa baru berada pada kategori rendah dengan persentase 31%. Hal ini terjadi karena beberapa orang melampiaskan perasaan positif. Sebagian orang memiliki cara dalam mengatasi stres yang dapat menekan perilaku makan yang dipicu oleh emosi, seperti berolahraga, bermain permainan, dan melakukan aktivitas yang membantu menurunkan stres mereka (Tyas & Siregar, 2024).

4.2.3 Hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku *emotional eating*

Hasil uji tabulasi silang pada tabel 4.4 menyatakan hasil bahwa mahasiswa baru memiliki tingkat stress akademik yang Ringan menjadikan *emotional eating*nya tinggi, namun tingkat stress mahasiswa Sedang menyebabkan *emotional eating*nya ada yang rendah, sedang, dan tinggi. Jadi dari uji tabulasi silang tersebut menyatakan bahwa tingkat stress tidak selalu berhubungan dengan *emotional eating*, bisa saja ada faktor lain yang mempengaruhi *emotional eating* selain dari tingkat stress. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian milik zahaya (2022) yang menyatakan bahwa tidak hubungan antara tingkat stress dengan *emotional eating* pada mahasiswa baru.

Uji statistik menggunakan *rank spearman* pada tabel 4.5 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan *emotional eating* pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura dengan signifikansi (2-tailed)=0,914>0,05 dan kekuatan korelasi negatif -,014. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan negatif yang cukup kuat antara tingkat stres dengan *emotional eating*. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat stres yang dialami, maka semakin tinggi pula tingkat *emotional eating* yang terjadi. Hasil ini mengindikasikan bahwa hampir sebagian mahasiswa baru jurusan kesehatan pada saat stres dirinya merespon dengan cara *emotional eating*. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian milik Khaerunnisa (2025) yang menyatakan bahwa adanya korelasi antara stress dengan *emotional eating* pada mahasiswa tingkat akhir (p-value = 0,003). Setiap individu memiliki cara yang berbeda-beda dalam mengatasi dan merespon stres. Namun *emotional eating* bukan suatu cara untuk mengatasi dan merespon stress. (Made *et al.*, 2023).

BAB 5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa:

1. Sebagian besar mahasiswa angkatan 2025 Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura memiliki tingkat stress akademik yang tinggi
2. Sebagian besar mahasiswa angkatan 2025 Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura memiliki *emotional eating* yang tinggi
3. Tidak ada hubungan antara tingkat stress akademik dengan perilaku *emotional eating* pada mahasiswa baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

5.2 Saran

5.2.1 Untuk Peneliti dan penelitian selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan sampel yang berbeda dan lebih bervariasi sehingga data yang diperoleh lebih spesifik. Serta disarankan untuk meneliti hubungan *emotional eating* dengan variabel yang lain agar lebih mengetahui beberapa faktor lain yang dapat menyebabkan *emotional eating*.

5.2.2 Untuk Responden

Bagi mahasiswa baru Jurusan Kesehatan disarankan untuk melakukan strategi koping stres tidak dengan cara makan secara berlebihan. Hal lain yang dapat digunakan untuk strategi koping stres yaitu dengan berolahraga, memasak, mendengarkan musik, bermain *game*, serta aktivitas positif lainnya.

5.2.3 Untuk Instansi

Bagi Institusi Pendidikan diperlukan upaya untuk mendukung mahasiswa dalam mengatasi stres agar tidak berujung pada makan berlebihan secara emosional yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental dalam jangka panjang. Institusi pendidikan juga bisa berkontribusi dengan menawarkan program untuk manajemen stres, yang mencakup layanan konseling dan aktivitas relaksasi, guna membantu mahasiswa menciptakan strategi koping yang lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Articles, O. (2023). *But, is it Adult Education? Disciplinary Boundaries of Adult Education and Higher Education*. 0(0). <https://doi.org/10.1177/10451595231159430>
- Barseli, M., & Ifdil, I. (2017). *Jurnal Konseling dan Pendidikan Konsep Stres Akademik Siswa*. 2005, 143–148.
- Bayantari, N. M., Indonesiani, S. H., Indah, P., & Apsari, B. (2022). *Regulasi Diri dalam Belajar dan Hubungannya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran*. 6, 609–618.
- Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). *Examining perceptions of academic stress and its sources among university students : The Perception of Academic Stress Scale*. <https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Fahira, H. (2023). *Budaya Sekitar Bagi Peserta Didik*. 1(3).
- Fariza, 2023. (2008). *kontrol diri*.
- Fukui, S. H. A. (2024). *Analisis Respon Stres Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Fkip Universitas Siliwangi*. 8.
- Humaedi, S. (2025). *Stres Dan Strategi Emotion-Focused Coping Anak*. 134, 126–134.
- Iii, B. A. B. (2019). *Metode Penelitian*. 1–17.
- Kerja, S., & Kinerja, P. (2024). *Nobel managment review*. 5(3), 282–291.
- Konseling, B., Pendidikan, F. I., Surabaya, U. N., Naqiyah, P. N., & Pd, M. (n.d.). *Profil Loneliness Sebagai Implikasi Program Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Smp Aufa Azmi Rafida Abstrak*.
- Luh, P., Devi, M., Primatanti, P. A., & Pratiwi, A. E. (2022). *Hubungan Tingkat Stres dengan Emotional Eating saat Pandemi COVID - 19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa*. 2(1), 63–68.
- Mendrofa, J. K., Damanik, H. R., Munthe, M., & Foera-era, J. (2024). *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Konsep Diri Positif Peserta Didik*. 4. <https://doi.org/10.55352/bki.v4i2.1107>
- Perangin-angin, M. S. B., & Othman, L. (2024). *Purchasing Decisions At E- Commerce Shopee (Study On Riau University Students Who Pengaruh Social Media Marketing Dan Electronic Word Of Mouth (E-WoM) Terhadap Keputusan Pembelian Pada E-Commerce Shopee (Studi Pada Mahasiswa Universitas Riau Pengguna E-Commerce Shopee)*. 5(2), 5596–5611.
- Rais, M. R. (2022). *Kepercayaan Diri (Self Confidence) Dan Perkembangannya Pada Remaja*. 12(1), 40–47. <https://doi.org/10.30829/alirsyad.v12i1>.
- Resiliensi, D., & Menuju, J. (n.d.). *Persepsi Stress*.
- Rizki, A., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). *Hubungan Adaptasi Diri dengan Tingkat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang*. 3.
- Rizqi, R. I. (2022). *Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Emotional Eating Pada Mahasiswa*.
- Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., & Panatap, J. (2024). *Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi , Sampel , dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)*. 3(1), 1–12.

Tingkat, H., Dengan, S., Eating, E., Relationship, T. H. E., Stress, B., Eating, E., Students, A., The, O. F., & Education, M. (2025). *Indonesian Journal of Nursing and Health*

28

Sciences. 6, 139–146.

Trisnawati, E. A., & Wicaksono, D. A. (1851). *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental Hubungan antara Gangguan Emosional dengan Emotional Eating dan External Eating pada Masa Pandemi COVID-19. 1*(2), 1282–1289.

Vania, M. A. L., Maulana, M. A., & Rahmawati, N. (2024). *Tanjungpura Journal OF Nursing Practice and Education, Volume 6 No. 2, Desember 2024 E ISSN. 6*(2), 1–5.

Wahyudi, A. (n.d.). *Pernyataan diatas diungkapkan oleh Leonard Greenhalgh sebagaimana dikutip oleh A. Dale Timpe dalam bukunya. 1–15.*

Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif. 3*(2), 96–102.

Zenitha Muktar*, Ita Apriliyani, W. E. K. (2025). *Hubungan keaktifan berorganisasi dengan tingkat stress pada mahasiswa. 7*, 241–248.

Lampiran 1 Lembar permohonan menjadi responden
Informed Consent

Yang terhormat, calon responden penelitian. Perkenalkan nama saya “Syalsadila Dwi Wahyuni” saya adalah mahasiswa tingkat akhir prodi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura.

Saat ini saya sedang menyusun penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku *Emotional eating* Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025”, saya sangat membutuhkan bantuan bapak/ ibu/ saudara untuk berpartisipasi dalam proses penelitian ini untuk menjadi responden penelitian, sebagai bentuk etika penelitian, saya menjamin kerahasiaan data yang bapak/ ibu berikan. Data yang diterima dari bapak/ ibu akan disampaikan sebagai laporan hasil penelitian tanpa menyebutkan nama bapak ibu.

Besar harapan saya bapak/ ibu/ saudara berkenan untuk menjadi responden dalam penelitian ini serta bersedia mengisi form pernyataan bersedia menjadi responden. Atas kebaikan dan perkenaan bapak/ ibu/ saudara kami sampaikan terimakasih.

Hormat saya
Peneliti

Syalsadila Dwi Wahyuni
33412301030

Lampiran 2 Lembar kesediaan menjadi responden

LEMBAR PERNYATAAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN

Setelah saya membaca dengan jelas ***informed consent*** yang sudah diberikan, maka dengan ditandatanganinya pernyataan ini, saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Perilaku Emotional eating Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025”

Demikian surat pernyataan ini saya isi dengan sebenarnya dari kemauan saya sendiri tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Hormat saya,
Responden

Nama

Lampiran 3 Surat Permohonan Pengambilan Data Awal



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 2947/PL34.1/DV.01.18/2025
Perihal : Permohonan Izin Pengambilan Data Awal Penelitian

23 Oktober 2025

Kepada

- Yth. 1. Ketua Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura
2. Koordinator Program Studi D3 Keperawatan Politeknik Negeri Madura
3. Koordinator Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Politeknik Negeri Madura

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Pengambilan Data Awal Penelitian
Judul TA : Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Baru Dengan Perilaku Emotional Eating Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan:

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah dibundelkan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BNSI.

Lampiran 4 Surat Balasan Pengambilan Data Awal



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI

POLITEKNIK NEGERI MADURA
JURUSAN KESEHATAN

Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

07 November 2025

Nomor : 3265/PL.34.D4/DV.01.17/2025

Perihal : Surat Ijin Pengambilan Data Awal

Sehubungan dengan surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik dan Kemahasiswaan nomor 2947/PL.34.1/DV.01.18/2025 tentang Surat Pengantar Penelitian, kami dari Jurusan Kesehatan dengan ini menyatakan bahwa kami tidak berkeberatan dan memberikan ijin kepada 1 (satu) mahasiswa berikut:

Nama	: Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP	: 33412301030
Jurusan	: Kesehatan
Program Studi	: D3 Keperawatan
Kegiatan	: Pengambilan Data Awal
Judul TPPA	: Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku <i>Emotional Eating</i> Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

Untuk melaksanakan pengambilan data awal di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura, dengan mempertimbangkan aspek etik dan kesopanan pada saat pelaksanaan pengambilan data awal.

Atas perhatian dan kerja sama yang baik kami mengucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Kesehatan



POLTERA
No. Abdul Syakura, S.Kep., M.Kep
NIK. 4110181023

Lampiran 5 Surat permohonan penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

Nomor : 0040/PL34.1/DV.01.18/2026
Perihal : Permohonan Izin Melakukan Penelitian

11 Januari 2026

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Kesehatan

Di Tempat

Sehubungan dengan keperluan Penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) mahasiswa Politeknik Negeri Madura (POLTERA), maka bersama ini kami merekomendasikan 1 (Satu) mahasiswa berikut:

Nama : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Melakukan Penelitian
Judul TA : Hubungan Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa Baru Angkatan 2025.

Untuk melakukan penelitian di tempat yang Bapak/Ibu pimpin. Demikian surat pengantar ini dibuat, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik



M. Musta'in, M.T.
NIP. 198201252014041001



Catatan :

1. UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti yang sah."
2. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSSE

Lampiran 6 Surat balasan penelitian



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
JURUSAN KESEHATAN**

Jalan Raya Camplong Km. 4 Taddan Camplong Sampang Jawa Timur 69281
Telepon : (0323) 3281671 - HP : 081360034040
Laman: www.poltera.ac.id

SURAT KETERANGAN IZIN PENELITIAN

Nomor : 0226/PL34.D4/DV.01.17/2026

Perihal : Surat Ijin Penelitian

Berdasarkan surat pengantar penelitian Politeknik Negeri Madura nomor: 0040/PL34.1/DV.01.18/2026, dengan ini kami memberikan ijin kepada:

Nama : Syalsadila Dwi Wahyuni
NRP : 33412301030
Program Studi : D3 Keperawatan
Keperluan : Melaksanakan penelitian
Judul TA : Hubungan Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa Baru Angkatan 2025.

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Mentaati tata tertib, keamanan, kesopanan dan kesusilaan serta menghindari pernyataan – pernyataan baik dengan lisan, tulisan, yang dapat melukai / menghina Agama, Institusi dan Negara.
2. Mematuhi peraturan kampus Politeknik Negeri Madura.
3. Rekomendasi ini berlaku 3 (tiga) bulan sejak dikeluarkan surat ini.
4. Surat Rekomendasi ini akan dicabut dan dianggap tidak berlaku apabila pemegang keterangan ini tidak memenuhi ketentuan – ketentuan sebagaimana tersebut di atas.
5. Melaporkan hasil penelitian, sebelum melaksanakan proses publikasi dan penyusunan laporan.



Sampang, 30 Januari 2026

Ketua Jurusan Kesehatan

Abdian Syakura, S.Kep.,Ns.M.Kep
NIP. 199005252025211101

Lampiran 7 Surat telah melakukan penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
POLITEKNIK NEGERI MADURA
 JURUSAN KESEHATAN
 HIMPUNAN MAHASISWA
 Jalan Raya Camplong KM. 4, Taddan, Camplong, Sampang, Madura 69281
 Tlp : (0323) 3281671 – Hp : 08563055045
 Laman : www.poltera.ac.id



Sampang, 4 Februari 2026

Perihal : Surat keterangan telah melaksanakan penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep
 Jabatan : Ketua Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura
 Instansi : Politeknik Negeri Madura

Menerangkan bahwa :

Nama : Syalsadila dwi wahyuni
 NRP : 33412301030
 Jurusan : Kesehatan
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Kegiatan : Telah melaksanakan penelitian
 Judul Tugas Akhir : Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku
Emotional Eating pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan
 2025

Telah melaksanakan penelitian tugas akhir mulai dari tanggal 19 Januari 2026 s.d 21 Januari 2026
 di Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Ketua Jurusan Kesehatan

 PO
 Ns. Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep
 NIDPPK. 199005252025211101

Lampiran 8 Jumlah Mahasiswa Angkatan 2025

Tabel Jumlah Mahasiswa Angkatan 2025 Program Studi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura Tahun 2025

Kelas	Total
Keperawatan A	38 Mahasiswa
Keperawatan B	38 Mahasiswa
Keperawatan C	38 Mahasiswa
Keperawatan D	37 Mahasiswa
Promkes A	33 Mahasiswa
Promkes B	32 Mahasiswa

LEMBAR PENGUMPULAN DATA UMUM PENELITIAN

“Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku Emotional eating PPada Mahasiswaa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025”

Petunjuk: Mohon diisi/dicentang(sesuai petunjuk) pada kolom di bawah ini. Informasi yang anda berikan bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Inisial Responde :
Tanggal Penelitian :
Nomor Penelitian :

A. Data Umum

1. Jenis Kelamin

= Laki-laki

= Perempuan

2. Asal

Program Studi

= D3 Keperawatan A

Keperawatan B

Keperawatan C

Keperawatan D

Promkes A

Promkes

Lampiran 10 Lembar pengumpulan data khusus

LEMBAR PENGUMPULAN DATA KHUSUS VARIABEL X

“Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Perilaku Emotional eating pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025”

Petunjuk pengisian:

- 1 Bacalah dengan seksama tulisa dari angket yang sudah kami berikan
- 2 Jawab pertanyaan/pertanyaan tersebut dengan cara memberi tanda (√) Pada kotak yang sesuai dengan persepsi anda, dengan kriteria:
 - 1) TP : Tidak Pernah
 - 2) HTP : Hampir Tidak Pernah
 - 3) KD : Kadang-Kadang
 - 4) CS : Cukup Sering
 - 5) SS : Sangat Sering
- 3 Periksa kembali jawaban anda.

Skala Likert Tingkat Stress

No	Pernyataan	TP	HTP	KD	CS	SS
1	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga	27	11	139	38	0
2	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol halhal yang penting dalam kehidupan anda	20	29	125	41	0
3	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan	20	24	133	38	0
4		27	24	47	117	0

	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi					
5	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda	22	31	7	155	0
6	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan	23	40	129	23	0
7	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan anda	27	14	124	50	0
8	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain	24	16	123	52	0
9	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan	14	19	116	66	0
10	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya	34	43	107	31	0

LEMBAR PENGUMPULAN DATA KHUSUS VARIABEL Y

“Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Perilaku Emotional eating pada Mahasiswa Baru
Jurusan Kesehatan Angkatan 2025”

Petunjuk pengisian:

- 1 Bacalah dengan seksama tulisa dari angket yang sudah kami berikan
- 2 Jawab pertanyaan/pertanyaan tersebut dengan cara memberi tanda (√) Pada kotak yang sesuai dengan presepsi anda, dengan kriteria:
 - 1) TP : Tidak Pernah
 - 2) JR : Jarang
 - 3) KD : Kadang-Kadang
 - 4) S : Sering
 - 5) SL: Selalu
2. Periksa kembali jawaban anda.

Lembar Kuesioner *Emotional eating*

No	Pernyataan	TP	JR	KD	S	SL
1	Apakah Kamu ingin makan ketika kamu kesal?	65	40	74	27	9
2	Ketika makanannya terasa enak, apakah Kamu akan makan lebih banyak dari biasanya?	10	14	85	64	39
3	Keinginan untuk makan, jika sedang tidak ada aktivitas apapun ?	6	38	92	73	6
4	Ketika berat badan Kamu bertambah, apakah Kamu akan makan lebih sedikit dari biasanya?	31	22	100	48	14
5	Apakah Kamu ingin makan ketika Kamu merasa depresi atau sedih?	61	50	72	66	2
6	Ketika makanan terasa dan tercium enak, apakah Kamu	11	25	85	53	37

	akan makan lebih banyak dari biasanya?					
7	Seberapa sering Kamu menolak makanan atau 10 minuman karena khawatir dengan berat badan Kamu?	65	40	74	27	9
8	Apakah Kamu ingin makan ketika merasa kesepian?	10	14	85	64	39
9	Ketika Kamu melihat atau mencium sesuatu yang lezat, apakah Kamu ingin memakannya?	6	38	92	73	6
10	Apakah Kamu ingin makan ketika seseorang membuat Kamu kecewa?	31	22	100	48	14
11	Di waktu makan, apakah Kamu mencoba untuk makan lebih sedikit dari yang sebetulnya Kamu inginkan?	65	40	74	27	9
12	Jika Kamu punya makanan yang lezat, apakah Kamu akan segera memakannya?	10	14	85	64	39
13	Apakah Kamu ingin makan ketika seseorang membuat Kamu marah?	6	38	92	73	6
14	Apakah Kamu betul - betul memperhatikan (melihat) apa yang Kamu makan?	31	22	100	48	14
15	Ketika Kamu sedang berjalan melewati toko makanan, apakah Kamu merasa ingin membeli sesuatu yang enak?	61	50	76	22	6

16	Apakah kamu berkeinginan untuk tetap makan pada saat sedang tidak enak ?	65	40	74	27	9
17	Apakah Kamu dengan sengaja memakan makanan yang dapat 11 menguruskan badan?	10	14	85	64	39
18	Ketika melihat orang lain makan, apakah Kamu juga merasa ingin makan ?	6	38	92	73	6
19	Ketika kamu makan banyak, apakah kamu makan lebih sedikit di hari -hari berikutnya?	65	40	74	27	9
20	Apakah Kamu menjadi ingin makan ketika gelisah, khawatir, dan tegang?	6	38	92	73	6
21	Apakah Kamu merasa sulit menolak makanan yang lezat ?	6	38	92	73	6
22	Apakah Kamu dengan sengaja makan lebih sedikit karena tidak ingin bertambah berat badan?	31	22	100	48	14
23	Apakah Kamu merasa ingin makan ketika sesuatu berjalan tidak sesuai dengan keinginan atau berjalan tidak semestinya?	61	50	76	22	6
24	Ketika melewati toko atau warung makanan yang menyediakan makanan enak, apakah Kamu ingin membelinya?	11	25	85	53	37

25	Apakah Kamu ingin makan ketika sedang emosi?	65	40	74	27	9
26	Apakah kamu pernah tidak makan karena sedang DIET ?	10	14	85	64	39
27	Apakah Kamu ingin makan lebih banyak dari biasanya, ketika melihat orang lain orang lain makan ?	6	38	92	73	6
28	Keinginan untuk makan karena sedang bosan ?	31	22	100	48	14
29	Seberapa sering Kamu menghindari makan malam karena Kamu sedang menjaga berat badan?	65	40	74	27	9
30	Apakah Kamu merasa ingin makan ketika merasa takut?	10	14	85	64	39
31	Apakah Kamu mengkaitkan berat badan Kamu dengan apa yang Kamu makan?	8	38	92	73	6
32	Apakah Kamu ingin makan ketika Kamu merasa kecewa?	31	22	100	48	14
33	Apakah kamu makan, pada saat sedang menyiapkan makanan?	61	50	75	22	6

Lampiran 11 data umum responden

NO.RESP	Data Umum	
	Jenis kelamin	Kelas
1	1	4
2	2	6
3	2	6
4	2	1
5	2	4
6	2	3
7	2	5
8	2	6
9	2	1
10	2	2
11	2	4
12	1	2
13	2	5
14	2	6
15	2	2
16	2	6
17	2	2
18	2	2
19	2	5
20	2	2
21	2	4
22	2	5
23	2	4
24	2	3
25	2	6
26	2	3
27	2	5
28	2	1
29	2	3
30	2	1
31	2	5
32	2	3
33	2	1
34	2	2
35	2	2
36	2	3
37	2	3
38	2	5
39	2	5

40	2	3
41	2	5
42	2	5
43	2	2
44	2	2
45	2	3
46	2	2

47	2	5
48	2	1
49	2	6
50	1	2
51	1	2
52	1	2
53	2	3
54	2	1
55	2	6
56	2	3
57	1	3
58	2	1
59	2	4
60	2	4
61	2	3
62	1	2
63	2	1
64	1	6
65	2	4
66	2	6
67	2	6
68	2	1
69	2	4
70	2	3
71	2	5
72	2	6
73	2	1
74	2	2
75	1	4
76	2	2
77	2	5
78	2	6
79	2	2
80	2	6
81	2	2
82	2	2
83	2	5

84	2	2
85	2	4
86	2	5
87	2	4
88	2	3
89	2	6
90	2	3
91	2	5
92	2	1
93	2	3
94	2	1
95	2	5
96	2	3

97	2	1
98	2	2
99	2	2
100	2	3
101	2	3
102	2	5
103	2	5
104	2	3
105	2	5
106	2	5
107	2	2
108	2	2
109	2	3
110	2	2
111	2	5
112	2	1
113	1	6
114	1	2
115	1	2
116	2	2
117	2	3
118	2	1
119	2	6
120	1	3
121	2	3
122	2	1
123	2	4
124	2	4
125	1	3
126	2	2
127	2	1

128	2	6
129	2	4
130	2	6
131	2	6
132	2	1
133	2	4
134	2	3
135	2	5
136	2	6
137	2	1
138	2	2
139	2	4
140	2	2
141	2	5
142	2	6
143	2	2
144	2	6
145	2	2
146	2	2

147	2	5
148	2	2
149	2	4
150	2	5
151	2	4
152	2	3
153	2	6
154	2	3
155	2	5
156	2	1
157	2	3
158	2	1
159	2	5
160	2	3
161	2	1
162	2	2
163	1	2
164	1	3
165	1	3
166	2	5
167	2	5
168	2	3
169	2	5
170	1	5
171	2	2

172	2	2
173	2	3
174	2	2
175	1	5
176	2	1
177	1	6
178	2	2
179	2	2
180	2	2
181	2	3
182	2	1
183	2	6
184	2	3
185	2	3
186	2	1
187	2	4
188	1	4
189	2	3
190	2	2
191	2	1
192	2	6
193	2	4
194	2	6
195	2	6
196	2	1
197	2	4
198	2	3
199	2	5
200	2	6
201	2	1
202	2	2
203	2	4
204	2	2
205	2	5
206	2	6
207	2	2
208	2	6
209	2	2
210	2	2
211	2	5
212	2	2
213	2	4
214	2	5
215	2	4

Lampiran 12 Data Khusus responden

1. Data Khusus Tingkat Stress Akademik Responden

No. Resp	Data Khusus Tingkat Stress Akademik												
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	TOTAL	Kategori	Kode
1	2	3	2	3	3	1	2	0	3	0	19	Sedang	2
2	2	1	0	0	3	1	1	1	1	1	11	Ringani	1
3	2	3	2	1	0	1	2	1	3	1	16	Sedang	2
4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	0	21	Sedang	2
5	0	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21	Sedang	2
6	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	21	Sedang	2
7	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
8	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	27	Tinggi	3
9	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
10	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	Sedang	2

11	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18	Sedang	2
12	0	2	2	3	3	0	0	2	2	2	16	Sedang	2
13	2	1	2	1	2	0	0	0	2	1	11	Ringani	1
14	2	3	0	0	3	1	0	3	3	3	18	Sedang	2
15	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	21	Sedang	2

16	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
17	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	23	Sedang	2
18	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	17	Sedang	2
19	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	2
20	0	0	0	3	1	3	2	3	3	3	18	Sedang	2
21	0	2	3	0	1	1	2	0	0	1	10	Ringani	1
22	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
23	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
24	3	3	3	3	3	2	0	0	2	2	21	Sedang	2
25	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	23	Sedang	2
26	2	0	2	1	1	2	2	3	3	3	19	Sedang	2

27	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	20	Sedang	2
28	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	20	Sedang	2
29	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	25	Sedang	2
30	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	17	Sedang	2
31	3	1	2	3	3	1	3	3	2	0	21	Sedang	2
32	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	23	Sedang	2
33	2	0	0	2	3	2	3	3	3	0	18	Sedang	2
34	2	1	1	2	3	1	2	2	1	1	16	Sedang	2
35	2	3	3	1	1	3	0	2	2	3	20	Sedang	2
36	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	23	Sedang	2
37	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	25	Sedang	2
38	3	3	3	2	0	0	3	3	3	0	20	Sedang	2
39	2	2	2	2	0	0	0	0	0	0	8	Ringani	1
40	2	2	1	3	3	2	3	2	1	1	20	Sedang	2
41	1	1	2	3	0	2	3	2	2	2	18	Sedang	2
42	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
43	0	2	3	0	1	1	3	3	2	3	18	Sedang	2
44	0	0	2	2	3	2	2	3	2	2	18	Sedang	2
45	3	3	3	3	3	0	3	3	3	2	26	Sedang	2
46	1	1	1	1	3	1	1	1	1	0	11	Ringani	1

47	3	2	3	3	3	2	2	3	3	0	24	Sedang	2
48	2	2	3	0	3	0	2	2	2	0	16	Sedang	2
49	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	23	Sedang	2
50	2	3	1	3	1	3	3	1	3	2	22	Sedang	2
51	2	2	1	2	3	3	3	2	1	1	20	Sedang	2
52	2	2	1	2	3	3	3	2	1	1	20	Sedang	2
53	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	23	Sedang	2
54	0	0	2	3	1	2	2	1	0	1	12	Ringani	1
55	3	2	3	3	2	2	0	2	2	2	21	Sedang	2

56	2	1	2	3	3	1	1	2	1	1	17	Sedang	2
57	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	23	Sedang	2
58	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
59	2	1	1	3	3	0	3	1	2	1	17	Sedang	2
60	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
61	1	3	0	3	3	3	0	3	2	3	21	Sedang	2
62	3	2	2	0	3	0	2	2	3	2	19	Sedang	2
63	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	20	Sedang	2
64	1	1	1	3	0	1	2	3	1	1	14	Sedang	2

65	2	3	2	3	3	1	2	0	3	0	19	Sedang	2
66	2	1	0	0	3	1	1	1	1	1	11	Ringani	1
67	2	3	2	1	0	1	2	1	3	1	16	Sedang	2
68	3	2	2	3	3	2	2	2	2	0	21	Sedang	2
69	0	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21	Sedang	2
70	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	21	Sedang	2
71	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
72	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	27	Tinggi	3
73	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
74	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	Sedang	2
75	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18	Sedang	2

76	0	2	2	3	3	0	0	2	2	2	16	Sedang	2
77	2	1	2	1	2	0	0	0	2	1	11	Ringani	1
78	2	3	0	0	3	1	0	3	3	3	18	Sedang	2
79	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	21	Sedang	2
80	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
81	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	23	Sedang	2
82	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	17	Sedang	2
83	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	2

84	0	0	0	3	1	3	2	3	3	3	18	Sedang	2
85	0	2	3	0	1	1	2	0	0	1	10	Ringani	1
86	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
87	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
88	3	3	3	3	3	2	0	0	2	2	21	Sedang	2
89	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	23	Sedang	2
90	2	0	2	1	1	2	2	3	3	3	19	Sedang	2
91	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	20	Sedang	2
92	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	20	Sedang	2
93	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	25	Sedang	2
94	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	17	Sedang	2
95	3	1	2	3	3	1	3	3	2	0	21	Sedang	2

96	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	23	Sedang	2
97	2	3	2	3	3	1	2	0	3	0	19	Sedang	2
98	2	3	2	1	0	1	2	1	3	1	16	Sedang	2
99	3	2	2	3	3	2	2	2	2	0	21	Sedang	2
100	0	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21	Sedang	2
101	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	21	Sedang	2
102	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2

103	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	27	Tinggi	3
104	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
105	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	Sedang	2
106	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18	Sedang	2
107	0	2	2	3	3	0	0	2	2	2	16	Sedang	2
108	2	1	2	1	2	0	0	0	2	1	11	Ringani	1
109	2	3	0	0	3	1	0	3	3	3	18	Sedang	2
110	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	21	Sedang	2
111	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
112	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	23	Sedang	2
113	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	17	Sedang	2
114	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	2
115	0	0	0	3	1	3	2	3	3	3	18	Sedang	2
116	0	2	3	0	1	1	2	0	0	1	10	Ringani	1
117	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
118	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
119	3	3	3	3	3	2	0	0	2	2	21	Sedang	2
120	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	23	Sedang	2
121	2	0	2	1	1	2	2	3	3	3	19	Sedang	2

122	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	20	Sedang	2
123	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	20	Sedang	2
124	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	25	Sedang	2
125	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	17	Sedang	2
126	3	1	2	3	3	1	3	3	2	0	21	Sedang	2
127	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	23	Sedang	2
128	2	3	2	3	3	1	2	0	3	0	19	Sedang	2
129	2	1	0	0	3	1	1	1	1	1	11	Ringani	1
130	2	3	2	1	0	1	2	1	3	1	16	Sedang	2
131	3	2	2	3	3	2	2	2	2	0	21	Sedang	2
132	0	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21	Sedang	2
133	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	21	Sedang	2
134	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
135	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	27	Tinggi	3

136	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
137	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	Sedang	2
138	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18	Sedang	2
139	0	2	2	3	3	0	0	2	2	2	16	Sedang	2
140	2	1	2	1	2	0	0	0	2	1	11	Ringani	1

141	2	3	0	0	3	1	0	3	3	3	18	Sedang	2
142	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	21	Sedang	2
143	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
144	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	23	Sedang	2
145	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	17	Sedang	2
146	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	2
147	0	0	0	3	1	3	2	3	3	3	18	Sedang	2
148	0	2	3	0	1	1	2	0	0	1	10	Ringani	1
149	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
150	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
151	3	3	3	3	3	2	0	0	2	2	21	Sedang	2
152	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	23	Sedang	2
153	2	0	2	1	1	2	2	3	3	3	19	Sedang	2
154	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	20	Sedang	2
155	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	20	Sedang	2

156	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	25	Sedang	2
157	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	17	Sedang	2
158	3	1	2	3	3	1	3	3	2	0	21	Sedang	2
159	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	23	Sedang	2

160	2	3	2	3	3	1	2	0	3	0	19	Sedang	2
161	2	1	0	0	3	1	1	1	1	1	11	Ringani	1
162	2	3	2	1	0	1	2	1	3	1	16	Sedang	2
163	3	2	2	3	3	2	2	2	2	0	21	Sedang	2
164	0	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21	Sedang	2
165	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	21	Sedang	2
166	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
167	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	27	Tinggi	3
168	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
169	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	Sedang	2
170	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18	Sedang	2
171	0	2	2	3	3	0	0	2	2	2	16	Sedang	2
172	2	1	2	1	2	0	0	0	2	1	11	Ringani	1
173	2	3	0	0	3	1	0	3	3	3	18	Sedang	2
174	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	21	Sedang	2
175	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2

176	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	23	Sedang	2
177	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	17	Sedang	2
178	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	2

179	0	0	0	3	1	3	2	3	3	3	18	Sedang	2
180	0	2	3	0	1	1	2	0	0	1	10	Ringani	1
181	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
182	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
183	3	3	3	3	3	2	0	0	2	2	21	Sedang	2
184	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	23	Sedang	2
185	2	0	2	1	1	2	2	3	3	3	19	Sedang	2
186	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	20	Sedang	2
187	2	2	1	3	3	2	2	2	2	1	20	Sedang	2
188	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	25	Sedang	2
189	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	17	Sedang	2
190	3	1	2	3	3	1	3	3	2	0	21	Sedang	2
191	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	23	Sedang	2
192	2	3	2	3	3	1	2	0	3	0	19	Sedang	2
193	2	1	0	0	3	1	1	1	1	1	11	Ringani	1
194	2	3	2	1	0	1	2	1	3	1	16	Sedang	2
195	3	2	2	3	3	2	2	2	2	0	21	Sedang	2

196	0	2	2	2	3	3	3	2	2	2	21	Sedang	2
197	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	21	Sedang	2

198	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
199	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	27	Tinggi	3
200	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
201	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	25	Sedang	2
202	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	18	Sedang	2
203	0	2	2	3	3	0	0	2	2	2	16	Sedang	2
204	2	1	2	1	2	0	0	0	2	1	11	Ringani	1
205	2	3	0	0	3	1	0	3	3	3	18	Sedang	2
206	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	21	Sedang	2
207	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Sedang	2
208	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	23	Sedang	2
209	2	2	2	2	3	2	2	2	0	0	17	Sedang	2
210	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	2
211	0	0	0	3	1	3	2	3	3	3	18	Sedang	2
212	0	2	3	0	1	1	2	0	0	1	10	Ringani	1
213	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
214	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	22	Sedang	2
215	2	0	2	0	0	2	2	2	3	2	15	Sedang	3

2. Data Khusus Emotional Eating Responden

No. Res P	Data Khusus Emotional eating Responden Jurusan Kesehatan Angkatan 2025																																				
	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 1 0	P 1 1	P 1 2	P 1 3	P 1 4	P 1 5	P 1 6	P 1 7	P 1 8	P 1 9	P 2 0	P 2 1	P 2 2	P 2 3	P 2 4	P 2 5	P 2 6	P 2 7	P 2 8	P 2 9	P 3 0	P 3 1	P 3 2	P 3 3	TO TA L	Kat egori	ko de	
1	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	1	1	1	1	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	41	Ting gi	3
2	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	3	4	3	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	96	Seda ng	2	
3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	79	Seda ng	2	
4	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	57	Ting gi	3	
5	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	63	Ting gi	3	
6	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	1	3	3	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	69	Seda ng	2	
7	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	0	2	2	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	48	Ting gi	3	
8	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	1	2	3	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	58	Ting gi	3	
9	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	50	Ting gi	3	
10	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	54	Ting gi	3	
11	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	2	4	2	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	72	Seda ng	2	
12	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	52	Ting gi	3	
13	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	0	2	1	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	49	Ting gi	3	
14	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	0	3	3	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	74	Seda ng	2	
15	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	3	4	2	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	87	Seda ng	2	
16	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	1	3	1	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	51	Ting gi	3	
17	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	67	Seda ng	2	
18	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	80	Seda ng	2	
19	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	56	Ting gi	3	

20	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	73	Seda ng	2
21	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	17	Ting gi	3		
22	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	0	3	2	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	59	Ting gi	3	
23	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	76	Seda ng	2			
24	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3	2	4	113	Ring an	1	
25	2	3	3	2	0	4	2	3	3	2	2	3	3	2	0	2	3	3	2	3	3	2	0	4	2	3	3	2	2	3	3	2	0	76	Seda ng	2					
26	1	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	2	1	4	3	1	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	2	2	82	Seda ng	2				
27	1	3	2	2	0	3	1	3	2	2	1	3	2	2	0	1	3	2	1	3	2	2	0	3	1	3	2	2	1	3	2	2	0	60	Ting gi	3					
28	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	1	0	2	1	2	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	0	45	Ting gi	3			
29	0	2	4	2	0	3	0	2	4	2	0	2	4	2	0	0	2	4	0	2	4	2	0	3	0	2	4	2	0	2	4	2	0	60	Ting gi	3					
30	1	3	1	3	0	1	1	3	1	3	1	3	1	3	0	1	3	1	1	3	1	3	0	1	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	0	55	Ting gi	3			
31	2	4	3	0	2	2	2	4	3	0	2	4	3	0	2	2	4	3	2	4	3	0	2	2	2	4	3	0	2	4	3	0	2	4	3	0	2	75	Seda ng	2	
32	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	2	1	3	1	54	Ting gi	3	
33	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	Ting gi	3		
34	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	3	78	Seda ng	2	
35	1	3	3	0	2	3	1	3	3	0	1	3	3	0	2	1	3	3	1	3	3	0	2	3	1	3	3	0	1	3	3	0	2	63	Ting gi	3					
36	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	72	Seda ng	2	
37	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	0	3	3	3	3	0	3	3	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	0	3	3	3	3	3	3	3	78	Seda ng	2		
38	2	1	3	3	0	1	2	1	3	3	2	1	3	3	0	2	1	3	2	1	3	3	0	1	2	1	3	3	2	1	3	3	0	62	Ting gi	3					
39	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	Ting gi	3			
40	0	3	1	2	0	3	0	3	1	2	0	3	1	2	0	0	3	1	0	3	1	2	0	3	0	3	1	2	0	3	1	2	0	46	Ting gi	3					
41	1	4	2	0	1	4	1	4	2	0	1	4	2	0	1	1	4	2	1	4	2	0	1	4	1	4	2	0	1	4	2	0	1	61	Ting gi	3					
42	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	55	Ting gi	3		

43	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	102	Ring an	1
44	1	2	3	0	1	3	1	2	3	0	1	2	3	0	1	1	2	3	1	2	3	0	1	2	3	0	1	2	3	0	1	206	Ring an	1

45	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	Ting gi	3
46	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	Ting gi	3
47	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	86	Seda ng	2		
48	0	3	2	2	1	2	0	3	2	2	0	3	2	2	1	0	3	2	0	3	2	2	1	2	0	3	2	2	0	3	2	2	0	3	2	2	1	55	Ting gi	3		
49	0	2	2	2	0	3	0	2	2	2	0	2	2	2	0	0	2	2	0	2	2	2	0	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	2	0	46	Ting gi	3	
50	3	4	3	4	0	4	3	4	3	4	3	4	3	4	0	3	4	3	3	4	3	4	0	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	0	102	Ring an	1		
51	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	62	Ting gi	3		
52	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	64	Ting gi	3		
53	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	114	Ring an	1					
54	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	76	Seda ng	2						
55	4	4	3	0	4	3	4	4	3	0	4	4	3	0	4	4	4	3	4	4	3	0	4	3	4	4	3	0	4	4	3	0	4	4	3	0	4	99	Seda ng	2		
56	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	4	2	94	Seda ng	2		
57	0	2	2	3	1	2	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	2	0	2	2	3	0	2	2	3	1	54	Ting gi	3						
58	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	2	0	2	40	Ting gi	3			
59	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3	3	2	1	2	78	Seda ng	2						
60	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	Ting gi	3		
61	0	4	3	0	2	4	0	4	3	0	0	4	3	0	2	0	4	3	0	4	3	0	2	4	0	4	3	0	0	4	3	0	2	65	Ting gi	3						
62	0	2	1	3	2	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	0	2	1	0	2	1	3	2	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	51	Ting gi	3						
63	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	70	Seda ng	2						
64	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	71	Seda ng	2						
65	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	1	1	1	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	41	Ting gi	3						

66	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	3	4	3	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	96	Seda ng	2
67	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	79	Seda ng	2
68	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	57	Ting gi	3
69	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	63	Ting gi	3

70	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	1	3	3	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	69	Seda ng	2
71	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	0	2	2	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	48	Ting gi	3
72	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	1	2	3	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	58	Ting gi	3
73	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	50	Ting gi	3
74	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	54	Ting gi	3
75	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	2	4	2	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	72	Seda ng	2
76	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	52	Ting gi	3
77	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	0	2	1	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	49	Ting gi	3
78	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	0	3	3	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	74	Seda ng	2
79	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	3	4	2	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	87	Seda ng	2
80	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	1	3	1	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	51	Ting gi	3
81	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	67	Seda ng	2
82	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	80	Ting gi	3
83	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	56	Seda ng	2
84	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	73	Ting gi	3
85	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	17	Seda ng	2
86	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	0	3	2	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	59	Ting gi	3
87	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	76	Seda ng	2
88	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	113	Ring an	1

89	2	3	3	2	0	4	2	3	3	2	2	3	3	2	0	2	3	3	2	3	3	2	0	4	2	3	3	2	2	3	3	2	0	76	Seda ng	2
90	1	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	2	1	4	3	1	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	2	82	Seda ng	2
91	1	3	2	2	0	3	1	3	2	2	1	3	2	2	0	1	3	2	1	3	2	2	0	3	1	3	2	2	1	3	2	2	0	60	Ting gi	3
92	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	1	0	2	1	2	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	1	0	45	Ting gi	3
93	0	2	4	2	0	3	0	2	4	2	0	2	4	2	0	0	2	4	0	2	4	2	0	3	0	2	4	2	0	2	4	2	0	60	Ting gi	3
94	1	3	1	3	0	1	1	3	1	3	1	3	1	3	0	1	3	1	1	3	1	3	0	1	1	3	1	3	1	3	1	3	0	55	Ting gi	3

95	2	4	3	0	2	2	2	4	3	0	2	4	3	0	2	2	4	3	2	4	3	0	2	2	2	4	3	0	2	4	3	0	2	4	3	0	2	75	Seda ng	2		
96	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	3	1	54	Ting gi	3		
97	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	Ting gi	3			
98	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	78	Seda ng	2			
99	1	3	3	0	2	3	1	3	3	0	1	3	3	0	2	1	3	3	1	3	3	0	2	3	1	3	3	0	1	3	3	0	2	63	Ting gi	3						
100	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	72	Seda ng	2	
101	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	0	3	3	3	3	0	3	3	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	3	0	3	3	3	3	0	3	3	3	78	Seda ng	2	
102	2	1	3	3	0	1	2	1	3	3	2	1	3	3	0	2	1	3	2	1	3	3	0	1	2	1	3	3	2	1	3	3	0	62	Ting gi	3						
103	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0				
104	0	3	1	2	0	3	0	3	1	2	0	3	1	2	0	0	3	1	0	3	1	2	0	3	0	3	1	2	0	3	1	2	0	46	Ting gi	3						
105	1	4	2	0	1	4	1	4	2	0	1	4	2	0	1	1	4	2	1	4	2	0	1	4	1	4	2	0	1	4	2	0	1	4	2	0	1	61	Ting gi	3		
106	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	1	55	Ting gi	3		
107	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	102	Ring an	1		
108	1	2	4	3	0	1	3	1	4	3	0	1	2	4	3	0	1	1	2	4	3	1	2	4	3	0	1	3	1	2	4	3	0	1	2	4	3	0	1	206	Ring an	1
109	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	Ting gi	3		
110	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	Ting gi	3		
111	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	86	Seda ng	2		

112	0	3	2	2	1	2	0	3	2	2	0	3	2	2	1	0	3	2	0	3	2	2	1	2	0	3	2	2	0	3	2	2	1	55	Ting gi	3
113	0	2	2	2	0	3	0	2	2	2	0	2	2	2	0	0	2	2	0	2	2	2	0	3	0	2	2	2	0	2	2	2	0	46	Ting gi	3
114	3	4	3	4	0	4	3	4	3	4	3	4	3	4	0	3	4	3	3	4	3	4	0	4	3	4	3	4	3	4	3	4	0	102	Ring an	1
115	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	62	Ting gi	3
116	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	64	Ting gi	3
117	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	3	114	Ring an	1
118	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	76	Seda ng	2
119	4	4	3	0	4	3	4	4	3	0	4	4	3	0	4	4	4	3	4	4	3	0	4	3	4	4	3	0	4	4	3	0	4	99	Seda ng	2

120	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	4	2	94	Seda ng	2
121	0	2	2	3	1	2	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	2	0	2	2	3	0	2	2	3	1	54	Ting gi	3				
122	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	40	Ting gi	3				
123	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3	3	2	1	2	78	Seda ng	2				
124	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	Ting gi	3				
125	0	4	3	0	2	4	0	4	3	0	0	4	3	0	2	0	4	3	0	4	3	0	2	4	0	4	3	0	0	4	3	0	2	65	Ting gi	3				
126	0	2	1	3	2	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	0	2	1	0	2	1	3	2	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	51	Ting gi	3				
127	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	70	Seda ng	2				
128	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	71	Seda ng	2				
129	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	1	1	1	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	41	Ting gi	3				
130	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	3	4	3	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	96	Seda ng	2				
131	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	79	Seda ng	2				
132	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	57	Ting gi	3				
133	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	63	Ting gi	3				
134	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	1	3	3	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	69	Seda ng	2				

135	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	0	2	2	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	48	Ting gi	3
136	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	1	2	3	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	58	Ting gi	3
137	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	50	Ting gi	3
138	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	54	Ting gi	3
139	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	2	4	2	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	72	Seda ng	2
140	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	52	Ting gi	3
141	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	0	2	1	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	49	Ting gi	3
142	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	0	3	3	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	74	Seda ng	2
143	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	3	4	2	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	87	Seda ng	2
144	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	1	3	1	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	51	Ting gi	3

145	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	67	Seda ng	2
146	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	80	Seda ng	2
147	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	56	Ting gi	3
148	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	73	Seda ng	2
149	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	17	Ting gi	3
150	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	0	3	2	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	59	Ting gi	3
151	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	76	Seda ng	2
152	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	2	4	113	Ring an	1
153	2	3	3	2	0	4	2	3	3	2	2	3	3	2	0	2	3	3	2	3	3	2	0	4	2	3	3	2	2	3	3	2	0	76	Seda ng	2
154	1	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	2	1	4	3	1	4	3	2	2	3	1	4	3	2	1	4	3	2	2	82	Seda ng	2
155	1	3	2	2	0	3	1	3	2	2	1	3	2	2	0	1	3	2	1	3	2	2	0	3	1	3	2	2	1	3	2	2	0	60	Ting gi	3
156	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	1	0	2	1	2	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	1	0	45	Ting gi	3
157	0	2	4	2	0	3	0	2	4	2	0	2	4	2	0	0	2	4	0	2	4	2	0	3	0	2	4	2	0	2	4	2	0	60	Ting gi	3

158	1	3	1	3	0	1	1	3	1	3	1	3	1	3	0	1	3	1	1	3	1	3	0	1	1	3	1	3	1	3	0	55	Ting gi	3		
159	2	4	3	0	2	2	2	4	3	0	2	4	3	0	2	2	4	3	2	4	3	0	2	2	2	4	3	0	2	4	3	0	2	75	Seda ng	2
160	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	1	2	1	1	2	1	3	1	2	1	2	1	3	1	2	1	3	1	54	Ting gi	3
161	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	64	Ting gi	3
162	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	3	78	Seda ng	2
163	1	3	3	0	2	3	1	3	3	0	1	3	3	0	2	1	3	3	1	3	3	0	2	3	1	3	3	0	1	3	3	0	2	63	Ting gi	3
164	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	72	Seda ng	2
165	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	0	3	3	3	3	0	3	3	0	3	3	3	3	3	0	3	3	3	0	3	3	3	3	78	Seda ng	2
166	2	1	3	3	0	1	2	1	3	3	2	1	3	3	0	2	1	3	2	1	3	3	0	1	2	1	3	3	2	1	3	3	0	62	Ting gi	3
167	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
168	0	3	1	2	0	3	0	3	1	2	0	3	1	2	0	0	3	1	0	3	1	2	0	3	0	3	1	2	0	3	1	2	0	46	Ting gi	3
169	1	4	2	0	1	4	1	4	2	0	1	4	2	0	1	1	4	2	1	4	2	0	1	4	1	4	2	0	1	4	2	0	1	61	Ting gi	3

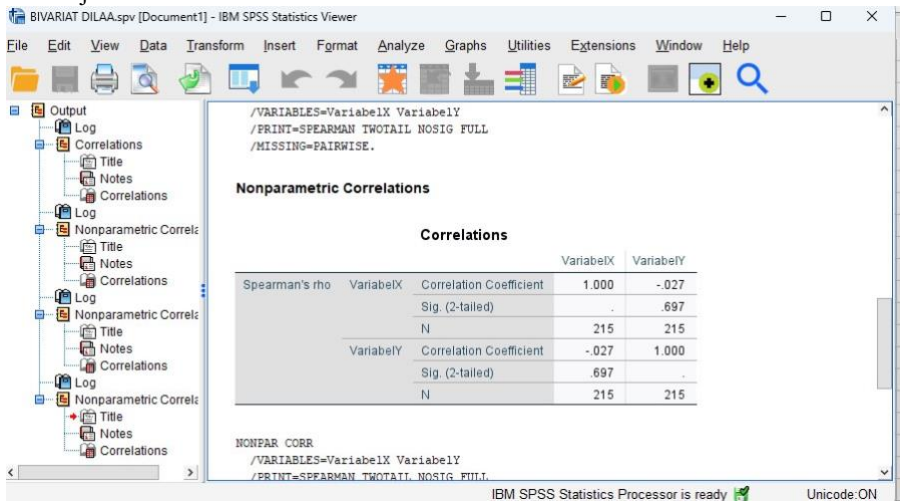
170	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	55	Ting gi	3
171	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	102	Ring an	1
172	1	2	4	3	0	1	3	1	2	4	3	0	1	1	4	3	1	2	4	3	0	1	3	1	2	4	3	0	1	4	3	0	1	206	Ring an	1
173	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	Ting gi	3
174	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	Ting gi	3
175	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	86	Seda ng	2
176	0	3	2	2	1	2	0	3	2	2	0	3	2	2	1	0	3	2	0	3	2	2	1	2	0	3	2	2	0	3	2	2	1	55	Ting gi	3
177	0	2	2	2	0	3	0	2	2	2	0	2	2	2	0	0	2	2	0	2	2	2	0	3	0	2	2	2	0	2	2	2	0	46	Ting gi	3
178	3	4	3	4	0	4	3	4	3	4	3	4	3	4	0	3	4	3	3	4	3	4	0	4	3	4	3	4	3	4	3	4	0	102	Ring an	1
179	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	62	Ting gi	3
180	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	64	Ting gi	3

181	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	3	114	Ring an	1	
182	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	1	76	Seda ng	2
183	4	4	3	0	4	3	4	4	3	0	4	4	3	0	4	4	4	3	4	4	3	0	4	3	4	4	3	0	4	4	3	0	4	99	Seda ng	2
184	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	2	94	Seda ng	2
185	0	2	2	3	1	2	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	2	0	2	2	3	0	2	2	3	1	54	Ting gi	3
186	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	40	Ting gi	3
187	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	1	2	4	3	3	2	1	3	3	2	1	2	78	Seda ng	2
188	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	66	Ting gi	3
189	0	4	3	0	2	4	0	4	3	0	0	4	3	0	2	0	4	3	0	4	3	0	2	4	0	4	3	0	0	4	3	0	2	65	Ting gi	3
190	0	2	1	3	2	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	0	2	1	0	2	1	3	2	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	51	Ting gi	3
191	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	70	Seda ng	2
192	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	71	Seda ng	2
193	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	1	1	1	1	1	1	3	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	41	Ting gi	3
194	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	3	4	3	3	4	3	1	3	4	3	4	3	1	3	4	3	1	3	96	Seda ng	2
195	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	79	Seda ng	2
196	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	57	Ting gi	3
197	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	63	Ting gi	3
198	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	1	3	3	1	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	3	3	2	1	69	Seda ng	2
199	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	0	2	2	0	2	2	3	0	1	0	2	2	3	0	2	2	3	0	48	Ting gi	3
200	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	1	2	3	1	2	3	2	0	2	1	2	3	2	1	2	3	2	0	58	Ting gi	3
201	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	0	2	2	0	2	2	3	1	0	0	2	2	3	0	2	2	3	1	50	Ting gi	3
202	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	3	0	2	2	2	0	2	2	2	2	54	Ting gi	3
203	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	2	4	2	2	4	2	0	2	4	2	4	2	0	2	4	2	0	2	72	Seda ng	2

204	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	52	Ting gi	3		
205	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	0	2	1	0	2	1	4	0	2	0	2	1	4	0	2	1	4	0	49	Ting gi	3
206	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	0	3	3	0	3	3	4	0	4	0	3	3	4	0	3	3	4	0	74	Seda ng	2
207	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	3	4	2	3	4	2	2	1	4	3	4	2	2	3	4	2	2	1	87	Seda ng	2
208	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	1	3	1	1	3	1	2	0	2	1	3	1	2	1	3	1	2	0	51	Ting gi	3
209	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	2	1	2	3	2	1	2	67	Seda ng	2
210	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	80	Seda ng	2
211	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	56	Ting gi	3
212	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	73	Seda ng	2
213	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	17	Ting gi	3
214	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	0	3	2	0	3	2	3	0	3	0	3	2	3	0	3	2	3	0	59	Ting gi	3
215	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	S	2	3	3	2	2	3	3	2	2	76	Seda ng	2

Lampiran 13 Data khusus uji statistic

1. Uji statistic



The screenshot displays the IBM SPSS Statistics Viewer interface. The title bar indicates the document is 'BIVARIAT DILAA.spv'. The menu bar includes File, Edit, View, Data, Transform, Insert, Format, Analyze, Graphs, Utilities, Extensions, Window, and Help. The toolbar contains icons for file operations, data manipulation, and analysis. The left sidebar shows a tree view of the output, with 'Nonparametric Correlations' selected. The main window displays the following text and table:

```
/VARIABLES=VariabelX VariabelY
/PRINT=SPEARMAN TWOTAIL NOSIG FULL
/MISSING=PAIRWISE.
```

Nonparametric Correlations

Correlations

			VariabelX	VariabelY
Spearman's rho	VariabelX	Correlation Coefficient	1.000	-.027
		Sig. (2-tailed)	.	.697
		N	215	215
	VariabelY	Correlation Coefficient	-.027	1.000
		Sig. (2-tailed)	.697	.
		N	215	215

NONPAR CORR
/VARIABLES=VariabelX VariabelY
/PRINT=SPEARMAN TWOTAIL NOSIG FULL

IBM SPSS Statistics Processor is ready Unicode:ON

Lampiran 14 Dokumentasi

The screenshot shows a Microsoft Forms survey titled "PENGUMPULAN DATA SYALSADILA". The browser address bar shows the URL: <https://forms.office.com/Pages/DesignPageV2.aspx?prevonigin=shell&origin=NeoPortalPage&subpage=design&id=cbfadNAaPE-SZbmz7aCyGRPL...>. The form has a blue header with the title and a "Back" button. Below the title, there is a disclaimer: "When you submit this form, it will not automatically collect your details like name and email address unless you provide it yourself." The main content is titled "1. SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN" and contains a paragraph of text explaining the purpose of the survey and requesting participation. The text is as follows:

Yang terhormat, calon responden penelitian. Perkenalkan nama saya "Syalsadila Dwi Wahyuni" saya adalah mahasiswa tingkat akhir prodi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Madura. Saat ini saya sedang menyusun penelitian yang berjudul "Hubungan antara Tingkat Stress Akademik dengan Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa Jurusan Kesehatan Angkatan 2025", saya sangat membutuhkan bantuan saudara untuk berpartisipasi dalam proses penelitian ini menjadi responden penelitian, sebagai bentuk etika penelitian, saya menjamin kerahasiaan data yang saudara berikan. Data yang diterima dari saudara akan disampaikan sebagai laporan hasil penelitian tanpa menyebut nama saudara. Besar harapan saya saudara berkenan untuk menjadi responden dalam penelitian ini serta bersedia mengisi form pernyataan bersedia menjadi responden. Atas kebaikan dan perkenaan saudara kami sampaikan terimakasih.

The bottom of the screen shows the Windows taskbar with various application icons and the system clock indicating 10:27 AM on 2/4/2025.

Lampiran 15 Kisi-kisi Koersioner

KISI-KISI KOESIONER TINGKAT STRESS

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unvorabel</i>	
Tingkat stress	Persepsi terhadap stress	Merasa kehidupan penuh tekanan		1,2,3,6,9,10	6
		Merasa tidak mampu mengontrol hal-hal penting			
		Merasa gugup, tertekan atau kewalahan			
	Persepsi terhadap kemampuan mengatasi stress	Merasa yakin dapat mengendalikan konflik	4,5,7,8		4
		Merasa dapat menanganai masalah pribadi			
		Merasa hal-hal berjalan sesuai			

keinginan

Merasa mampu

menghadapi

perubahan

4

6

10

Jumlah

KISI-KISI KOESIONER *EMOTIONAL EATING*

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unvorabel</i>	
Emotional eating negative seperti stress, cemas, marah,	Emotional eating	Respon makan yang muncul akibat emosi		1,2,3,4,5,6,7,8,9, 10,11,12,13	13
		sedih, atau ketergantungan emosional.			
Individu makan bukan untuk meredakan emosi.	External Eating	Perilaku makan yang dipicu oleh rangsangan		14,15, 16,17,18,19,20,2 1,22,23	10
		eksternal			

seperti melihat
makanan,
mencium
aroma
makanan, atau
ajakan
lingkungan
sekitar
meskipun
tidak lapar

Restrained Eating	Restrained Eating	Upaya sadar untuk mengendalikan dan membatasi makan guna mengontrol berat badan. Ditandai dengan diet ketat, pengurangan porsi, dan menghindari makanan tertentu.	24,25,26, 27,28,29,30 ,31,32,33	10
			10	23
		Jumlah		33

Lampiran 16 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing I

Nama mahasiswa : Syalsadila Dwi Wahyuni

NRP : 33412301030

Judul : Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik Dengan Perilaku Emotional Eating Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

Pembimbing I : Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep

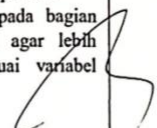
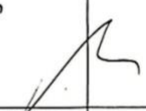
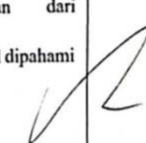
No	Tanggal	Kegiatan	Saran	Paraf
1	Jumat, 26 September 2025	Konsultasi judul	1. Judul diangkat sesuai rumusan masalah. 2. perkuat masalah yang mau diangkat dengan membandingkan fakta dan teori.	
2	Senin, 29 September 2025	Konsultasi judul dan BAB 1	1. ACC judul. 2. Perbaiki latar belakang. 3. Perkuat paragraf 3 kronologi. 4. Tambahkan sitasi menggunakan mendeley.	
3	Rabu, 01 Oktober 2025	Konsultasi BAB 1	1. Minimalkan pembahasan di luar masalah yang diangkat pada paragraf 1 2. Jangan menjawab masalah yang diangkat pada latar belakang 3. Lanjut BAB 2	
4	Jumat, 03 Oktober 2025	Konsultasi BAB 1 dan BAB 2	1. ACC BAB 1 2. tinjauan pustaka pada kepercayaan diri itu ditambah lagi kemudian tambahkan instrumen yang akan dipakai pada penelitian. 3. Tambahkan teori persepsi dengan durasi waktu.	

			4. Kerangka konsep tambahkan indikator. 5. Seluruh isi bab 2 tinjauan pustaka disertakan di kerangka konsep.	✓
5	Senin, 06 Oktober 2025	Konsultasi BAB 2	1. Gunakan sitasi menggunakan mendeley. 2. Perbaiki penulisan dan cek typo.	✓
6	Selasa, 07 Oktober 2025	Konsultasi BAB 3	Perbaiki penulisan diluruskan	✓
7	Rabu, 08 Oktober 2025	Konsultasi kisi kisi	Tambahkan kisi kisi kuesioner	✓
8	Senin, 13 Oktober 2025	Konsultasi lampiran	1. Lampiran lampiran dilengkapi. Matangkan seluruh konsep proposal termasuk metodologi penelitian.	✓
9	Kamis, 16 Oktober 2025	Konsultasi proposal	1. Tambahkan nomor tabel, nomor gambar serta daftar isi. Tambahkan nomor halaman	✓
10	Senin, 20 Oktober 2025	Konsultasi proposal	1. Tambahkan definisi scoring, tabulating dst. Perbaiki daftar pustaka sesuai format	✓
11	Selasa, 21 Oktober 2025	Konsultasi proposal	Kisi kisi kuesiner di sinkronkan dengan data khusus	✓
12	Rabu, 22 Oktober 2025	Konsultasi proposal	ACC Proposal	✓
13	Rabu, 28 Januari 2026	Konsultasi tugas akhir	Konsultasi keterbatasan BAB 3 dan konsultasi BAB 4	✓
14	Kamis, 29 Januari 2026	Konsultasi tugas akhir	Konsul BAB 4 1. Tambahkan tabel distribusi frekuensi	✓

Lampiran 17 Lembar Konsultasi Karya Tulis Ilmiah Pembimbing II

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama mahasiswa : Syalsadila Dwi Wahyuni
 NRP : 33412301030
 Judul : Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Perilaku Emotuoanal Eating Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkata 2025
 Pembimbing II : Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.Kes., M.Kep

No	Tanggal	Kegiatan	Saran	Paraf
1	Rabu, 10 Oktober 2025	Konsultasi TA	1. Perbaiki penulisan dan cek typo 2. Perbaiki indikator responden 3. Perbaiki penulisan pada bagian definisi operasional agar lebih sistematis dan sesuai variabel penelitian	
2	Senin, 20 Oktober 2025	Konsultasi TA	1. Rapiakan kerangka kerja 2. Lengkapi teori di bab 2 sesuai kan dengan kerangka konsep	
3	Kamis, 27 Oktober 2025	Konsultasi TA	1. Untuk latar belakang sudah aman hanya diperjelas studi data awalnya 2. Berikan anak panah baik kerangka kerja ataupun kerangka konsep (dirapikan)	
4	Senin, 03 November 2023	Konsultasi TA	1. Deskripsi kerangka konsep merupakan ringkasan dari masalah 2. Indikator dalam variabel dipahami dan diingat baik baik	

76

5	Selasa, November 2025	10	Konsultasi TA	ACC proposal	
6	Selasa, Februari 2026	03	Konsultasi TA	Tambahkan surat telah melakukan penelitian pada lampiran	
7	Rabu, 04 Februari 2026		Konsultasi TA	ACC TA	

Mengetahui

Koordinator Program Studi

Pembimbing II

D3 Keperawatan

Ns. Lailatul Hafidhah, S.Kep., M.Kes
NIPPPK. 198502022025212061

Ns. Edy Suryadi Amin, S.Kep, M.M.Kes., M.Kep
NIP. 197804172005011011

Lampiran 18 Lembar Konsultasi Karya Tulis Penguji I

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama mahasiswa : Syalsadila Dwi Wahyuni
 NRP : 33412301030
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji I : Agoesta Prilita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
 Judul : Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Perilaku Emotional Eating
 Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkatan 2025

No	Tanggal	Kegiatan	Saran	Paraf
1	Rabu, 07-01-2026	Konsultasi Proposal	1. Perbaiki definisi operasional 2. Titik koma diperbaiki	f
2	Kamis, 08-01-2016	Konsultasi Proposal	ACC PROPOSAL	f
3	Selasa, 03-03-2026	Konsultasi TA	1. Pembahasan di ganti FTO/FOT 2. Penulisan diperbaiki 3. Penomoran diperbaiki	f
4	Rabu, 04-03-2026	Konsultasi TA	ACC TUGAS AKHIR	f

Mengetahui

Koordinator Program Studi

Penguji I

D3 Keperawatan

Ns. Lailatul Halimah, S.Kep., M.Kes
 NIPPPK. 198502022025212061

Agoesta Prilita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
 NIP. 199208042024062001

Lampiran 19 Lembar Konsultasi Karya Tulis Penguji II

LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama mahasiswa : Syalsadila Dwi Wahyuni
 NRP : 33412301030
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji II : Mukhlis Hidayat, S.Kep., Ns., M.Kep
 Judul : Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Perilaku Emotional Eating
 Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkata 2025

No	Tanggal	Kegiatan	Saran	Paraf
1	Rabu, 07-01-2026	Konsultasi Proposal	1. Perbaiki definisi operasional 2. Tambahkan kategori penilaian <i>emotional eating</i>	
2	Kamis, 08-01-2016	Konsultasi Proposal	ACC PROPOSAL	
3	Selasa, 24-02-2026	Konsultasi TA	1. Tabulasi data tingkat stress tidak sesuai 2. Dalam hasil tingkat stress akademik tidak sesuai	
4	Rabu, 25-02-2026	Konsultasi TA	ACC TUGAS AKHIR	

Mengetahui

Koordinator Program Studi

D3 Keperawatan

Ns. Lailatul Hafidah, S.Kep., M.Kes
 NIPPPK. 198602022025212061



Penguji II

Mukhlis Hidayat, S.Kep. Ns., M.Kep
 NIP. 199509012024061001



LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama mahasiswa : Syalsadila Dwi Wahyuni
 NRP : 33412301030
 Program Studi : D3 Keperawatan
 Penguji III : H.Taufiqur Rahman, S.ST., M.MKes
 Judul : Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Perilaku Emotional Eating
 Pada Mahasiswa Baru Jurusan Kesehatan Angkata 2025

No	Tanggal	Kegiatan	Saran	Paraf
1	Rabu, 07-01-2026	Konsultasi Proposal	1. Perbaiki daftar pustaka sesuai abjad 2. Sesuaikan dengan panduan	
2	Kamis, 08-01-2016	Konsultasi Proposal	ACC PROPOSAL	
3	Selasa, 24-02-2026	Konsultasi TA	1. Tabulasi data tingkat stress tidak sesuai 2. Dalam hasil tingkat stress akademik tidak sesuai	
4	Rabu, 25-02-2026	Konsultasi TA	ACC TUGAS AKHIR	

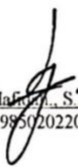
Mengetahui

Koordinator Program Studi

Penguji III

D3 Keperawatan

Ns. Lailatul Hafidha, S.Kep., M.Kes
 NIPPPK. 198502022025212061



H. Taufiqur Rahman, S.ST., M.MKes
 NIP. 199509012024061001



Lampiran 21 Turnitin



TUGAS AKHIR - 33412301030

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PERILAKU EMOTIONAL EATING DENGAN KESEHATAN ANGKATAN 2024

SYALSADILA DWI WAHYUNI
NRP. 33412301030

Dosen Pembimbing:
Abdan Syakura, S.Kep., Ns., M.Kep.
Ns.Edy Suryadi Amin, S.Kep., M.M.

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3
JURUSAN KESEHATAN
POLITEKNIK NEGERI MADURA
TAHUN 2026**

Match Overview

16%

1	Sri Mulyani Nasution, A...	2%
2	Dwika Sukma Dewi, Ek...	2%
3	Genta Prasetya, Izzanil ...	1%
4	Imam Rizqi Ramadhani...	1%
5	Adhianty Nurjanah, Sri ...	1%
6	Eva Diah Agustini, Rosh...	1%
7	Ummi Haniffa, As'ad A...	1%
8	Nurul Fajriati Ramadha...	1%
9	Zefania Desi, Puspa Riz...	1%
10	Sherkia Ichtiarsi Praka...	1%
11	Adi Wijayanto, "Hetero...	1%
12	Gabriel Anindhita Prab...	1%
13	Carlos Delgado Caro, "...	<1%
14	Lina Marlina, Iin Ira Ker...	<1%
15	Bernika Nindya Siwi, H...	<1%
16	Jek Amidos Pardede, "...	<1%
17	Taufik Taufik, Ifai Ifai ...	<1%
18	Fairy Amara Rahadian, ...	<1%
19	Irma Nurtiana Syafitri, L...	<1%
20	Indy Rahma Aulia, Dwi ...	<1%
21	Ni Putu Savitri Sinta de...	<1%
22	Santosa "Statistika Ho...	<1%

Lampiran 22 Biodata Penulis

Syalsadila Dwi Wahyuni dilahirkan di pamekasan, 15 Mei 2005. Anak dari Bapak Sukarno Putra dan Ibu Nafisah. Penulis memulai menuntuk ilmu di TK Miftahul Qulub pada tahun (2011-2012), melanjutkan ke Sekolah Dasar Swasta Miftahul Qulub Polagan Galis Pamekasan pada tahun (2012-2017), lalu melanjutkan ke MTS Miftahul Qulub Polagan Galis Pamekasan pada tahun (2017-2019), dan melanjutkan ke MAS Miftahul Qulub pada tahun (2020-2023). Pada tahun 2023 alhamdulillah penulis dapat melanjutkan menuntul ilmu di Perguruan Tinggi Negeri yaitu Politeknik Negeri Madura Program Studi D3 Keperawatan Jurusan Kesehatan. Selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi, penulis aktif mengikuti kegiatan

akademik serta berbagai kegiatan pengembangan diri

yang mendukung kompetensi di bidang kesehatan. Penulis memiliki minat yang besar dalam bidang pelayanan kesehatan dan berkomitmen untuk terus meningkatkan pengetahuan serta keterampilan profesional. Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu bentuk tanggung jawab akademik sekaligus sarana untuk mengembangkan wawasan dan kemampuan penulis dalam bidang kesehatan. Penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi positif bagi pembaca dan pengembangan ilmu pengetahuan.