

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN *EMOTIONAL EATING* MAHASISWA AKHIR S1 ILMU KEPERAWATAN FIKES

UMM

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Keperawatan



Oleh :

ANISA DINI

202110420311011

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN *EMOTIONAL EATING*
MAHASISWA AKHIR S1 ILMU KEPERAWATAN FIKES UMM

SKRIPSI

Disusun Oleh :

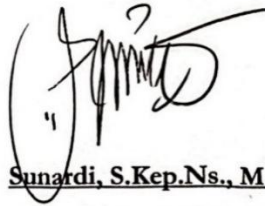
ANISA DINI

202110420311011

Skripsi ini Telah Disetujui

Tanggal 5 Juli 2025

Pembimbing



Sunardi, S.Kep.Ns., M.Kep

NIP. UMM. 122.0508.0425

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang




Gidi Riyanto, S.kep., Ns., M.Ng

NIP. UMM. 122.0508.0426

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN EMOTIONAL EATING MAHASISWA AKHIR S1 ILMU KEPERAWATAN FIKES UMM

SKRIPSI

Disusun Oleh :
ANISA DINI
202110420311011

Di Ujikan
Pada Tanggal : 17 Juli 2025

Penguji I



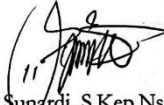
M. Rosyidul 'Ibad, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. UMM. 11218030637

Penguji II



Ika Rizki Anggraini, S.Kep.
NIP. UMM. 130615031990

Pembimbing/Penguji III



Sunardi, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIP. UMM. 112.0508.0425

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Bakti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom

NIP.UMM. 11203090405

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anisa Dini

NIM : 202110420311011

Program Studi : Ilmu Keperawatan FIKES UMM

Menyatakan dengan sebenarnya benarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang 5 Juli 2025

Yang Membuat Pernyataan



Anisa Dini

NIM. 202110420311011

KATA PEGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan Rahmat karunia-Nya kepada kita semua sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Stres Akademik Dengan *Emotional eating* Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan Fikes Umm”. Laporan skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Penulis menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini saya ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Yoyok Beki Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Edi Purwanto, S.Kep., Ns., M.Ng selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Bapak Sunardi, S.Kep.Ns., M.Kep. selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing dengan sabar dalam memberikan masukan, nasehat, motivasi dan mendukung saya untuk menyelesaikan penyusunan proposal skripsi ini.
4. Ibu Ollyvia Freeska Dwi Marta, S.Kep.,Ns. M.SC selaku dosen wali yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
5. Kepada staf dan seluruh dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Malang yang telah mengajarkan dan membimbing saya banyak hal akan pengetahuan dan skill keperawatan yang bisa saya gunakan.
6. Kepada nenek saya dan almarhum kakek saya dan juga ke dua orang tua saya yang telah mendukung saya baik dukungan tenaga, materi dan finansial. Serta selalu memberikan doa dan mendengarkan segala keluh kesah dalam pengerjaan proposal skripsi, semoga hal baik selalu menyertai.
7. Kepada sahabat tercinta Apliana Rambu, Eliyanarisa, Fara, Dilla, Maria, Hendi, Cahya, Rona, Sapna, Retnosuci, dan Yozabad saya ucapkan terimakasih atas senantiasa mendengar curhatan hati saya, keluh kesah saya dan perjuangan saya.

Penulis menyadari bahwa penulisan seminar proposal skripsi ini masih terdapat kekurangan. Atas kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam skripsi ini, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak

ABSTRAK

HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN *EMOTIONAL EATING* MAHASISWA AKHIR S1 ILMU KEPERAWATAN FIKES UMM

Anisa Dini¹, Sunardi², Muhammad Rosyidul 'Ibad³, Ika Rizki Anggraini⁴

Korespondensi: anisadini@webmail.umm.ac.id

Latar Belakang: Mahasiswa akhir sering mengalami Stres akademik akibat tugas akhir dan tekanan akademik lainnya. Stres dapat memicu *emotional eating*, yaitu perilaku makan karena emosi. *emotional eating* tidak terkendali bisa menyebabkan *Binge Eating Disorder* (BED). Penelitian ini bertujuan menganalisis ada atau tidaknya hubungan antara Stres akademik dengan *Emotional eating* pada mahasiswa akhir S1 Ilmu Keperawatan FIKES UMM.

Metode: Metode menggunakan kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional. Teknik sampling yaitu purposive sampling dengan kriteria inklusi (mahasiswa Ilmu Keperawatan angkatan 2022, bersedia menjadi responden, mahasiswa status aktif, makan Berlebihan tidak terkendali, berubahan Bb, masalah pencernaan) dan kriteria eksklusi (mahasiswa yang sedang sakit / Diet makan) sebanyak 77 responden dan menggunakan uji Spearman Rank dengan spss 26. Data dikumpulkan melalui kuesioner Perceived Sources of Academic Stress (PSAS), dan untuk *Emotional eating* adalah Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ).

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar mengalami Stres sedang (46,8%), Stres tinggi (42,9%) dan *Emotional eating* tinggi (53,2%). Dengan nilai $p = 0,000$ dan nilai korelasi $r = 0,587$ yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara Stres Akademik dengan *Emotional eating*. Arah hubungannya (+) yang artinya semakin tinggi Stress akademik, maka semakin tinggi pula *emotional eating*.

Kesimpulan : Mahasiswa ilmu keperawatan yang mengalami tingkat Stres yang tinggi dapat berdampak *emotional eating*.

Kata Kunci: Stres Akademik, *Emotional eating*, Mahasiswa Akhir.

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

³Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

⁴Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS AND *EMOTIONAL EATING* IN FINAL-YEAR UNDERGRADUATE NURSING STUDENTS AT FIKES UMM

Anisa Dini¹, Sunardi², Muhammad Rosyidul 'Ibad³, Ika Rizki Angraini⁴
Correspondence: anisadini@webmail.umm.ac.id

Background: Final year students often experience academic Stress due to final assignments and other academic pressures. Stress can trigger *emotional eating*, a behavior characterized by *emotional eating*. Uncontrolled *emotional eating* can lead to Binge Eating Disorder (BED). This study aims to analyze the relationship between academic Stress and *emotional eating* in final year undergraduate students of the Nursing Science program at the Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Malang (UMM).

Method: The method used was quantitative with a cross-sectional research design. The sampling technique used purposive sampling with inclusion criteria (Nursing Science students class of 2022, willing to participate as respondents, active students, uncontrolled overeating, weight changes, digestive problems) and exclusion criteria (students who are sick/on a diet). Data were collected using the Spearman Rank test with SPSS 26. Data were collected using the Perceived Sources of Academic Stress (PSAS) questionnaire, and for *emotional eating*, the Dutch Eating Behavior Questionnaire (DEBQ).

Results: The study showed that the majority experienced moderate Stress (46.8%), high Stress (42.9%), and high *emotional eating* (53.2%). With a p-value of 0.000 and a correlation value of $r = 0.587$, indicating a strong relationship between academic Stress and *emotional eating*. The direction of the relationship is (+), meaning that the higher the academic Stress, the higher the *emotional eating*.

Conclusion: Nursing students who experience high levels of Stress can experience *emotional eating*.

Keywords: Academic Stress, *Emotional eating*, Final-Year Students

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

³Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

⁴Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
KATA PEGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum	4
1.3.2. Tujuan Khusus	4
1.4. Manfaat	4
1.4.1. Manfaat Bagi Peneliti	4
1.4.2. Manfaat Bagi instansi Pendidikan	4
1.4.3. Manfaat Bagi Masyarakat	5
1.4.4. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya	5
1.5. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Stres Akademik.....	7
2.1.1 Pengertian Stres Akademik	7
2.1.2 Gejala Stres Akadmik.....	7
2.1.3 Faktor Penyebab Stres Akademik	8
2.1.4 Dampak Stres Akademik	10
2.1.5 Tingkat Stres.....	13
2.1.6 Aspek Stres Akademik	13

2.1.7	Cara Menangani Stres.....	14
2.2	Emotional eating.....	15
2.2.1	Pengertian Emotional eating.....	15
2.2.2	Gejala Emotional eating.....	15
2.2.3	Faktor Penyebab Emotional eating.....	16
2.2.4	Tahapan Emotional eating.....	18
2.2.5	Jenis Makanan Yang Sering Dipilih.....	19
2.2.6	Dampak Emotional eating.....	19
2.2.7	Indikator Emotional eating.....	20
2.2.8	Kebutuhan Nutrisi Remaja.....	21
2.2.9	Kebutuhan Nutrisi Dewasa Muda.....	22
2.2.10	Cara Mengatasi <i>Emotional eating</i>	24
2.3	Hubungan Stres Akademik dengan <i>Emotional eating</i>	24
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS		26
3.1	Kerangka Konsep.....	26
3.2	Hipotesis.....	27
BAB IV METODE PENELITIAN.....		28
4.1	Desain Penelitian.....	28
4.2	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	28
4.2.1	Populasi.....	28
4.2.2	Sampel.....	28
4.2.3	Teknik Sampling.....	28
4.3	Variabel Penelitian.....	29
4.3.1	Variabel Independen.....	29
4.3.2	Variabel Dependen.....	29
4.4	Definisi Operasional.....	30

4.5	Tempat Penelitian.....	31
4.6	Waktu Penelitian.....	31
4.7	Instrumen Penelitian	31
4.8	Validitas & Reabilitas.....	32
4.8.1	Validitas.....	32
4.8.2	Reliabilitas	32
4.9	Prosedur Pengumpulan Data.....	33
4.9.1	Tahap Persiapan.....	33
4.9.2	Tahap Pelaksanaan.....	33
4.9.3	Tahap Pengelolaan Data	33
4.10	Analisa Data.....	34
4.10.1	Analisis Univariat.....	34
4.10.2	Analisis Bivariat.....	34
4.11	Etika Penelitian	35
4.11.1	Pengisian Informed Consent.....	35
4.11.2	Anonymity (tanpa nama)	35
4.11.3	Confidentiality (kerahasiaan).....	35
4.11.4	Beneficence & Non Malaficence (Bermanfaat & Tidak Merugikan).....	35
BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA		36
5.1	Data Demografi Responden.....	36
5.2	Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan FIKES UMM.....	37
5.3	Gambaran Tingkat <i>Emotional eating</i> Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan FIKES UMM.....	37
5.4	Hubungan Stres Akademik Dengan <i>Emotional eating</i> Pada Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan Fikes UMM.....	38

BAB VI PEMBAHASAN	39
6.1 Mengidentifikasi Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan FIKES UMM	39
6.2 Mengidentifikasi <i>Emotional eating</i> Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan FIKES UMM.....	41
6.3 Menganalisis Hubungan Stres Akademik Dengan <i>Emotional eating</i> Mahasiswa Akhir S1 Ilmu Keperawatan FIKES UMM	43
6.4 Keterbatasan Penelitian	45
6.5 Implikasi Keperawatan	45
BAB VII PENUTUP.....	47
7.1 Kesimpulan.....	47
7.2 Saran.....	47
7.2.1 Bagi Profesi Keperawatan.....	47
7.2.2 Bagi Penelitian Selanjutnya.....	47
7.2.3 Bagi Mahasiswa.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN	54

DAFTAR PUSTAKA

- Aditiya, N. Y., Evani, E. S., & Maghfiroh, S. (2023). Konsep Uji Asumsi Klasik Pada Regresi Linier Berganda. *Jurnal Riset Akuntansi Soedirman*, 2(2), 102–110. <https://doi.org/10.32424/1.jras.2023.2.2.10792>
- Agustin Dwi Putri Anarosita. (2025). *Arus Jurnal Psikologi dan Pendidikan (AJPP) Hubungan antara Pola Makan Sayur terhadap Peningkatan Kesehatan Otak dan Suasana Hati (Mood)*. 4(2).
- Alfonsa Bata, S., Tira, D. S., Landi, S., & Purnawan, S. (2024). Gambaran Stres, Pola Makan Dan IMT Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana Tahun 2023. *ARTIKEL PENELITIAN Jurnal Kesehatan*, 13(1), 18–26. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v13i1.300>
- Arini, D. P. (2021). Emerging Adulthood : Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 11–20. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1377>
- Arum. (2023). Hubungan Tingkat Stress Dengan Insomnia Mahasiswa Tingkat Akhir Sarjana Keperawatan Universitas Aisyiyah Surakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 2(8), 502–509. [file:///C:/Users/USER/Downloads/KTI/JURNAL 3 REFERENSI/2023-HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN INSOMNIAMAHASISWA TINGKAT AKHIR SARJANA KEPERAWATANUNIVERSITAS AISYIYAH SURAKARTAN-Niemas Ayu Arum Sasy, ida nur imamah.pdf](file:///C:/Users/USER/Downloads/KTI/JURNAL%203%20REFERENSI/2023-HUBUNGAN%20TINGKAT%20STRESS%20DENGAN%20INSOMNIAMAHASISWA%20TINGKAT%20AKHIR%20SARJANA%20KEPERAWATANUNIVERSITAS%20AISYIYAH%20SURAKARTAN-Niemas%20Ayu%20Arum%20Sasy,%20ida%20nur%20imamah.pdf)
- Asrulla, Risnita, Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Auliannisaa, A., & Wirjatmadi, B. (2023). Hubungan Emotional Eating dan Pola Konsumsi Makan dengan Obesitas pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 212–218. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.212-218>
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.
- Cahyani, R. T. & A. R. (2021). *Setres Akademik dan Penangannya*. Guepedia. Tasalim, R., & Cahyani, A. R. (2021). Stres akademik dan penanganannya. Guepedia.
- Caso, D., Capasso, M., Fabbriatore, R., & Conner, M. (2020). Unhealthy eating and academic stress: The moderating effect of eating style and BMI. *Health Psychology Open*, 7(2). <https://doi.org/10.1177/2055102920975274>
- da eca, N. K. de O., Costa, M. de A., Gosmann, N. P., Molle, R. D., Gonçalves, F. G., Silva, A. C., Rodrigues, Y., Silveira, P. P., & Manfro, G. G. (2023). Emotional eating in women with generalized anxiety disorder. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 45. <https://doi.org/10.47626/2237-6089-2021-0399>
- Dakanalis, A., Mentzelou, M., Papadopoulou, S. K., Papandreou, D., Spanoudaki, M., Vasios, G. K., Pavlidou, E., Mantzorou, M., & Giaginis, C. (2023). *Depression , Anxiety / Stress*,

and Dietary Patterns : A Review of the Current Clinical Evidence. 1–18.

- Dianita Maulinda, & Makmuroh Sri Rahayu. (2022). Pengaruh Mindfulness terhadap Stres Akademik pada Siswa SMAN X Cianjur di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 100–108. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.461>
- Djoar, R. K., & Anggarani, A. P. M. (2024). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stress Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jambura Health and Sport Journal*, 6(1), 52–59. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v6i1.24064>
- Dzulfikri, M. I., & Affandi, G. R. (2023). The Relationship Between Emotion Regulation and Academic Stress in Madrasah Aliyah Students in Sidoarjo. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 10(2), 1–8. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i0.1711>
- Fayasari, A., & Lestari, P. W. (2022). Stres dan depresi berkaitan dengan emotional eating dan mindful eating pada mahasiswa saat pandemi Covid-19. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 7(2), 127. <https://doi.org/10.30867/action.v7i2.622>
- Fiqih, A., & Ratnawati, V. (2023). Mengurai Stres Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir: Faktor Pemicu, Dampak Dan Strategi Pengelolaan Di Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Semdikjar* 6, 755–765.
- Ghodang, H., & Hartono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Konsep Dasar dan Aplikasi Analisis Regresi dan Jalur dengan SPSS) (1st ed.)*.
- Gryzela, E., Atika, & Ariana, D. (2021). *Hubungan antara Stres dengan Emotional Eating pada Mahasiswa Perempuan yang sedang Mengerjakan Skripsi*. <http://ejournal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Gusni, E., Susmiati, S., & Maisa, E. A. (2022). Stres Dan Emotional Eating Pada Mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan. *Link*, 18(2), 155–161. <https://doi.org/10.31983/link.v18i2.9186>
- Houminer Klepar, N., Davidovitch, N., & Dopelt, K. (2024). Emotional Eating among College Students in Israel: A Study during Times of War. *Foods*, 13(9). <https://doi.org/10.3390/foods13091347>
- Ilmi, A. F., Yanuar, M. C., Fahriati, A. R., & Andriati, R. (2023). Hubungan Perilaku Emotional Eating, Asupan Energi Dan Beban Kerja Dengan Gejala Stres Saat Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Stikes Widya Dharma Husada Tangerang. *Ikesma*, 19(2), 119. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v19i2.31248>
- Inayah, A. N.; Z. (2019). *BIOSTATIKA DAN APLIKASI PROGRAM*. CV.Literasi Nusantara Abadi.
- Islahuddiny, B. M., Dewi, F. I. R., & Sari, M. P. (2022). Peranan Stres Akademik Terhadap Subjective Well-Being dengan Perceived Social Support sebagai Moderator pada Mahasiswa Magang Atau Bekerja. *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 15(2), 116–136. <https://doi.org/10.24912/provita.v15i2.20894>
- Jayadi, Alpiyan, Fidatul Jamila, Zummatul Atika, S. W. (2024). Hubungan Stres, Kualitas Tidur

- Dan Emotional Eating Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi S1-Ilmu Gizi Ikbis Surabaya. *Journal on Education*, 06(02), 14024–14034. <http://jonedu.org/index.php/joe>
- Kamilah, L. (2024). *Hubungan tingkat stres, emotional eating, dan pengetahuan gizi dengan konsumsi makanan cepat saji mahasiswa IPB [skripsi]*. 3(September), 156–163.
- Khamidah, A. F., Iwaningsih, S., & Ningtyas, L. N. (2024). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Emotional Eating dengan Kejadian Obesitas. *Jurnal Riset Gizi*, 12(1), 32–40. <https://doi.org/10.31983/jrg.v12i1.11064>
- Kristy Alimin, N. C. (2022). Mengoptimalkan Asupan Zat Gizi sebagai Upaya Preventif dalam Mengatasi Masalah Kesehatan Mental. *Media Gizi Kesmas*, 11(2), 548–555. <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i2.2022.548-555>
- Made Gita Anandita Dewi, N., Satiadarma, M. P., & Wijaya, E. (2023). Emotional Eating Sebagai Strategi Koping Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Jakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 7(1), 72–79. <https://doi.org/10.24912/>
- Misbahuddin, M., Heikal, M., & Bachri, N. (2021). Pengaruh Kepuasan Kerja Dan Kompensasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior Dengan Komitmen Organisasi Sebagai Variabel Intervening Pada Kantor Kecamatan Di Wilayah Barat Kabupaten Aceh Utara. *J-MIND (Jurnal Manajemen Indonesia)*, 6(2), 1. <https://doi.org/10.29103/j-mind.v6i2.5136>
- Mukhbata Alifia Danial, Nesyana Nurmadilla, Rezky Pratiwi LB, Aryanti Bamahry, & Syamsu, R. F. (2024). Gambaran Asupan Vitamin C Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(10), 743–749. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i10.389>
- Nadhilah, N., & Rini, Q. K. (2023). Pengaruh Stres terhadap Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa. *JIMPS: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(4), 4021–4028. <https://jim.usk.ac.id/sejarah>
- Naomi, C., & Angelica, R. (2023). the Influence of Family Attachment on the Quarter-Century Age Crisis of Individuals Who Are At the Transitional Phase of Adolescence-Early Adulthood Pengaruh Kelekatan Keluarga Terhadap Krisis Usia Seperempat Abad Individu Yang Berada Pada Fase Peralihan. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1127–1141. <https://idm.or.id/JSER/index>.
- Nisa, K., Radzi, M., Ibrahim, M. A., Saad, N., Nazori, M. N. M., & Shamsuddin, A. S. (2022). Academic stress and emotional eating behaviour among IIUM students. *International Journal of Allied Health Sciences*, 6(3), 2693.
- Nur, A., & Utami, F. Y. (2022). Proses dan Langkah Penelitian Antropologi: Sebuah Literature Review. *Ad-Dariyah: Jurnal Dialektika, Sosial Dan Budaya*, 3(1), 44–68. <https://doi.org/10.55623/ad.v3i1.109>
- Pridynabilah, A. (2022). HUBUNGAN PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) DENGAN PERILAKU MAKAN DAN ASUPAN ENERGI MAHASISWI GIZI UNIVERSITAS AIRLANGGA. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(2), 59–67.

- Rachma, H. A., Ekowati, W., & Kusumawardani, L. H. (2024). Hubungan Antara Stres dengan Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa Semester Satu di Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 19(1), 60–66.
- Rahim, R. N., & Prasetya, G. (2022). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Emotional Eating Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Seni Rupa Dan Desain Universitas Trisakti Jakarta Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*, 3(2), 1–6. <https://doi.org/10.57084/jigzi.v3i2.914>
- Ramadan, M., Ramadan, M., & Yushita, A. N. (2022). Pengaruh Stres Akademik, Fasilitas Belajar, Dan Lingkungan Belajar Terhadap Motivasi Belajar Daring Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 20(1), 52–66. <https://doi.org/10.21831/jpai.v20i1.48530>
- Ramadhani, I. R., & Mastuti, E. (2022). Hubungan antara Stres Akademik dengan Emotional Eating pada Mahasiswa. In *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)* (Vol. 2, Issue 1). <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.36545>
- Rani, J. K., Syainah, E., & Mas'odah, S. (2021). Hubungan Aktifitas Fisik, Asupan Lemak dan Karbohidrat terhadap Status Gizi Mahasiswa Gizi Poltekkes Banjarmasin. *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi*, 3(2), 17–25. <https://doi.org/10.31964/jr-panzi.v3i2.91>
- Rechika Amelia Eka Putri1, D. R. E. (2024). *Medic nutricia* 2024,. 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>
- Reisya Yustika Wijayanti, K. N. F. (2020). Pengaruh regulasi emosi terhadap perilaku emotional eating pada mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. *Acta Psychologia*, 05(02), 100–112.
- Rheabaks, S. J., Herlina, S., & Damayanti, D. S. (2023). Tingkat stres berhubungan terhadap perilaku emotional eating dan kadar glukosa darah pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter Universitas Islam Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 11(2), 1–10.
- Rohmah, N., Gizi, P. S., Ilmu, J., Masyarakat, K., Keolahragaan, F. I., & Semarang, U. N. (2022). *STRES DAN PERILAKU EMOTIONAL EATING PADA MAHASISWA Stress and Emotional Eating Behavior In Students of Universitas Negeri Semarang*. 02(April).
- Rosanti, Purwanti, & Wicaksono, L. (2022). Studi Tentang Stres Akademik pada Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 18 Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 11(9), 1576–1583. <https://doi.org/10.26418/jppk.v11i9.58102>
- Roziqil, P., & Puteri, A. D. (2024). *PLENARY HEALTH: JURNAL KESEHATAN PARIPURNA Volume 1 Issue 3 2024 Page 365-371 HUBUNGAN STRESS DAN EMOTIONAL EATING DENGAN STATUS GIZI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI GIZI UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI TAHUN 2023*. 1(3), 365–371.
- Rusuli, I. (2022). Psikososial Remaja: Sebuah Sintesa Teori Erick Erikson Dengan Konsep Islam. *Jurnal As-Salam*, 6(1), 75–89. <https://doi.org/10.37249/assalam.v6i1.384>
- Sari, D. D. W., & Marsisno, W. (2023). Klasifikasi Tingkat Stres Akademik dan Gambaran Mekanisme Koping Mahasiswa. *Seminar Nasional Official Statistics, 2023(1)*, 203–212. <https://doi.org/10.34123/semnasoffstat.v2023i1.1691>

- Sekarini, A. G. A., Fitranti, D. Y., Tsani, A. F. A., & Noer, E. R. (2022). Hubungan Emotional Eating dan Kualitas Diet dengan Kenaikan Berat Badan Pada Mahasiswi Saat Pandemi COVID-19. *Amerta Nutrition*, 6(3), 272–280. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.272-280>
- Sosiady, M., & Ermansyah, E. (2020). Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi) (Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Uin Sultan Syarif Kasim Riau Dan Univeristas Internasional Batam Kepulauan Riau). *Jurnal EL-RIYASAH*, 11(1), 14. <https://doi.org/10.24014/jel.v11i1.8961>
- Tasalim, R., & Redina Cahyani, A. (2021). Stres Akademik dan Penanganannya. In *Guepedia* (Vol. 1, Issue 6). <https://www.mendeley.com/catalogue/eaf2595e-8aea-37ce-9bc9-b7c01c4c3cb8/>
- Teixeira, R. J., Brandão, T., & Dores, A. R. (2022). Academic stress, coping, emotion regulation, affect and psychosomatic symptoms in higher education. *Current Psychology*, 41(11), 7618–7627. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01304-z>
- Tittandi, N. A. (2022). Persepsi remaja terhadap perilaku emotional eating. *Jurnal Psikologi Udayana*, 9(1), 33. <https://doi.org/10.24843/jpu.2022.v09.i01.p04>
- Vikoler, T., Dániel, K., & Traut-Mattausch, E. (2024). The Di-Eu-Stress State Scale (DESS Scale). *European Journal of Psychological Assessment*. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000829>
- Walfitri, S. N., Yusri, N. A., & Ardias, W. S. (2023). Pengaruh Adversity Quotient Terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Akhir (The Effect of Adversity Quotient On Final Student's Academic Stress). *Syah Kuala Psychology Journal*, 1(2), 117–128.
- Yoga, W. A., Defi, R. S., Kedokteran, F., & Katolik, U. (2025). *Hubungan Stres Akademik dengan Emotional Eating Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Katolik Soegijapranata*. 7(2), 98–107.
- Zulkarnain, S., & Muniroh, L. (2023). Hubungan Stress Akademik dan Emotional Eating dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 4112–4117.

Lampiran 4



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



FAKULTAS ILMU KESEHATAN

ILMU KEPERAWATAN

s1-keperawatan.umm.ac.id | s1-keperawatan@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Prodi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada 6/3/2025, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Anisa Dini

Nim : 202110420311011

Prodi : Ilmu Keperawatan

Judul Naskah : Hubungan Setres Akademik Terhadap Emotional Eating Mahasiswa Akhir FIKES UMM

Jenis Naskah : Proposal Skripsi

Keperluan : Seminar Proposal

Hasilnya dinyatakan Memenuhi Syarat, dengan Rincian Sebagai Berikut :

No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1 (Pendahuluan)	10	10%
2.	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	25%
3.	Bab 3 & 4 (Kerangka Konsep / Metodologi)	35	34%
4.	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	15	
5.	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5	
6.	Naskah Publikasi	25	

Keputusan : Lolos



Mengetahui,

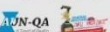
Edi Purwanto, MNg
Kaprosdi

Malang, 6/3/2025

Hormat Kami,

Muhammad Ari Arfianto, M.Kep.
Biro Skripsi

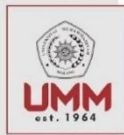
Catatan :
Pemeriksa : Mulyana S.Psi



Kampus I
Jl. Semarang 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutarni No.188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 582 080

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No.246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



FAKULTAS ILMU KESEHATAN

ILMU KEPERAWATAN

s1-keperawatan.umm.ac.id | s1-keperawatan@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Prodi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada 7/7/2025, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : ANISA DINI

Nim : 202110420311011

Prodi : Ilmu Keperawatan

Judul Naskah : HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN EMOTIONAL EATING MAHASISWA AKHIR S1 ILMU KEPERAWATAN FIKES UMM

Jenis Naskah : Skripsi

Keperluan : Seminar Hasil

Hasilnya dinyatakan Memenuhi Syarat, dengan Rincian Sebagai Berikut :

No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1 (Pendahuluan)	10	
2.	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	
3.	Bab 3 & 4 (Kerangka Konsep / Metodologi)	35	
4.	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	15	15%
5.	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5	5%
6.	Naskah Publikasi	25	24%

Keputusan : Lolos



Yang Bertanggung Jawab,

Edi Purwanto MNg
Kaprodi

Malang, 7/7/2025

Hormat Kami,

Muhammad Ari Arfianto, M.Kep.
Biro Skripsi



Catatan :
Pemeriksa : Muliwana S.Psi

Kampus I
Jl. Bendung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutami No.188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 552 090

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No.246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id