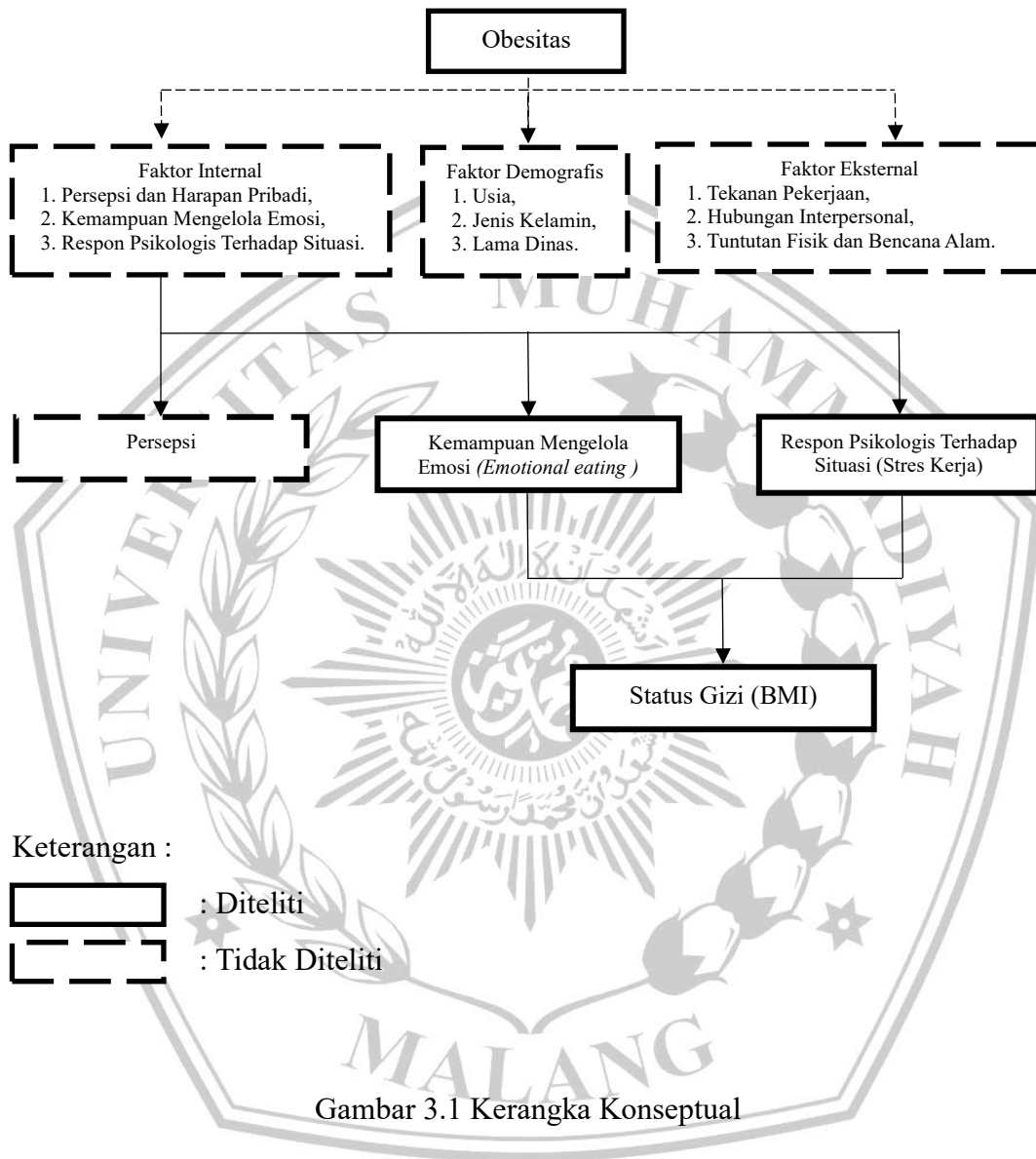


**BAB 3**  
**KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN**

**3.1 Kerangka Konseptual**



Stres dapat memicu perubahan perilaku makan, yang salah satunya adalah *emotional eating* , atau makan yang dipicu oleh emosi, yang berpotensi meningkatkan risiko obesitas. Dalam konteks personel militer, stres yang tinggi

terkait dengan tuntutan pekerjaan dan faktor psikososial lainnya dapat mempengaruhi kebiasaan makan individu. Sebagai contoh, penelitian oleh Jayne *et al.*, (2020) mengungkapkan bahwa di kalangan anggota militer AS, stres seringkali berhubungan dengan obesitas, dengan *emotional eating* menjadi mediator antara stres dan peningkatan indeks massa tubuh (BMI). Mereka menemukan bahwa *emotional eating* memainkan peran penting dalam hubungan antara stres dan obesitas di kalangan prajurit militer. Selain itu, penelitian oleh Gaździńska *et al.*, (2024) menunjukkan bagaimana stres dalam profesi militer dapat meningkatkan risiko perilaku *emotional eating*, yang pada gilirannya berhubungan dengan indeks massa tubuh yang lebih tinggi di kalangan personel militer terbang Polandia.

Penelitian lebih lanjut oleh Dakanalis *et al.*, (2023) juga menunjukkan bahwa *emotional eating*, yang dipengaruhi oleh stres dan kondisi psikologis lainnya, secara signifikan berhubungan dengan BMI yang lebih tinggi, terutama di kalangan personel militer. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana stres di lingkungan militer tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, tetapi juga pada pola makan yang dapat memperburuk masalah obesitas.

### **3.1 Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara hubungan tingkat stres kerja dan perilaku *emotional eating* dengan kejadian obesitas pada anggota tni ad kodim 0822 bondowoso.