

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN PENGESAHAN..... | ii |
| PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| DAFTAR TABEL..... | ix |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| INTISARI | xii |
| <i>ABSTRACT</i> | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan Penelitian | 4 |
| D. Manfaat Penelitian | 4 |
| E. Keaslian Penelitian..... | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | 11 |
| A. Telaah Pustaka | 11 |
| B. Kerangka Teori..... | 35 |
| C. Kerangka Konsep..... | 36 |
| D. Hipotesis | 36 |
| BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN | 37 |
| A. Jenis dan Rancangan Penelitian | 37 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian | 37 |
| C. Populasi dan Subjek Penelitian | 37 |

| | |
|---|-----|
| 1. Populasi dan Sampel..... | 37 |
| 2. Besar Sampel | 38 |
| 3. Teknik Pengambilan Sampel..... | 40 |
| D. Variabel Penelitian | 46 |
| E. Definisi Operasional | 47 |
| F. Instrumen Penelitian | 49 |
| G. Uji Validitas dan Reliabilitas..... | 53 |
| H. Jenis dan Cara Pengambilan Data | 56 |
| I. Metode Manajemen dan Analisis Data | 61 |
| J. Etika Penelitian | 66 |
| K. Jalannya Penelitian | 66 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 70 |
| A. Hasil Penelitian | 70 |
| B. Pembahasan..... | 82 |
| C. Keterbatasan Penelitian | 105 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 107 |
| A. Kesimpulan | 107 |
| B. Saran | 107 |
| DAFTAR PUSTAKA | 110 |
| LAMPIRAN | 120 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1. Kerangka Teori " <i>Cognitive Behavior Therapy</i> " | 35 |
| Gambar 2. Kerangka Konsep | 36 |
| Gambar 3. Diagram Alir Pengambilan Sampel..... | 43 |
| Gambar 4. Diagram Alir Pengambilan Data | 60 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1. Keaslian Penelitian | 6 |
| Tabel 2. Klasifikasi Ambang Batas IMT Menurut Kemenkes RI | 33 |
| Tabel 3. Persentase Penurunan Berat Badan Menurut ADA | 34 |
| Tabel 4. Jumlah Minimal Sampel Penelitian | 44 |
| Tabel 5. Subjek Penelitian per Kluster dan Fakultas | 45 |
| Tabel 6. Definisi Operasional Variabel Penelitian | 47 |
| Tabel 7. Blueprint <i>Mindful Eating Questionnaire</i> | 51 |
| Tabel 8. Rubrik Penilaian <i>Mindful Eating Questionnaire</i> | 51 |
| Tabel 9. Blueprint <i>Emotional Eating Scale</i> | 53 |
| Tabel 10. Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Mindful Eating Questionnaire</i> | 54 |
| Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner <i>Mindful Eating Questionnaire</i> | 55 |
| Tabel 12. Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Emotional Eating Scale</i> | 55 |
| Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner <i>Emotional Eating Scale</i> | 56 |
| Tabel 14. Kategorisasi Variabel <i>Mindful Eating</i> | 62 |
| Tabel 15. Kategorisasi Dimensi <i>Mindful Eating</i> | 62 |
| Tabel 16. Kategorisasi Variabel <i>Emotional Eating</i> | 63 |
| Tabel 17. Kategorisasi Dimensi <i>Emotional Eating</i> | 63 |
| Tabel 18. Klasifikasi Koefisien Korelasi | 66 |
| Tabel 19. Pengelompokkan Fakultas dalam Kluster di UGM..... | 70 |
| Tabel 20. Karakteristik Sosiodemografi Subjek Penelitian | 72 |
| Tabel 21. Riwayat Berat Badan Subjek Penelitian..... | 74 |
| Tabel 22. Riwayat Potensi Perilaku Makan Subjek Penelitian | 74 |
| Tabel 23. Gambaran Perilaku <i>Mindful Eating</i> Subjek Penelitian | 75 |

| | |
|--|----|
| Tabel 24. Distribusi Dimensi Perilaku <i>Mindful Eating</i> berdasarkan MEQ | 77 |
| Tabel 25. Gambaran Perilaku <i>Emotional Eating</i> Subjek Penelitian..... | 77 |
| Tabel 26. Distribusi Dimensi Perilaku <i>Emotional Eating</i> berdasarkan EES..... | 78 |
| Tabel 27. Gambaran Status Gizi Subjek Penelitian | 79 |
| Tabel 28. Hubungan antara <i>Mindful Eating</i> dengan Status Gizi..... | 80 |
| Tabel 29. Hubungan antara <i>Emotional Eating</i> dengan Status Gizi | 81 |
| Tabel 30. Hubungan antara <i>Mindful Eating</i> dengan <i>Emotional Eating</i> | 82 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Surat Izin Etik Penelitian | 120 |
| Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian | 121 |
| Lampiran 3. <i>Informed Consent</i> | 125 |
| Lampiran 4. Skrining Responden | 126 |
| Lampiran 5. Kuesioner Karakteristik Responden | 131 |
| Lampiran 6. Kuesioner Status Gizi | 133 |
| Lampiran 7. Kuesioner <i>Mindful Eating</i> | 134 |
| Lampiran 8. Kuesioner <i>Emotional Eating</i> | 138 |
| Lampiran 9. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner | 142 |
| Lampiran 10. Hasil Analisis Univariat | 144 |
| Lampiran 11. Hasil Analisis Bivariat | 153 |
| Lampiran 12. Tambahan Hasil <i>Crosstabulation</i> Setelah Dilakukan Pendekatan Kategori | 154 |
| Lampiran 13. Hasil Uji Turnitin | 157 |