

A. Kuesioner Penelitian

KUESIONER PENELITIAN

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KEPERIBADIAN *NEUROTICISM* DENGAN PERILAKU *EMOTIONAL EATING* PADA MAHASISWA GIZI STIKES MITRA KELUARGA

No. Responden :

Nama :

Tanggal Pengisian :

No.Telp :

E-mail :

A. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Pilihlah jawaban yang sesuai dengan karakter anda.

1. Apakah anda mahasiswa Gizi STIKes Mitra Keluarga yang masih aktif?
 - Iya
 - Tidak
2. Berapakah usia anda sekarang?
 - 18 - 19 tahun
 - 20 – 22 tahun
3. Anda laki-laki atau perempuan?
 - Laki – laki
 - Perempuan

B. Kuesioner Tingkat Stres

Kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS)

Petunjuk: Kuesioner ini adalah menanyakan tentang perasaan dan pikiran anda selama sebulan terakhir. Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan dan anda diminta beri tanda ceklis (✓) pada jawaban yang paling sesuai.

Istilah dengan:

0 = tidak pernah

1 = hampir tidak pernah (1-2 kali)

2 = kadang-kadang (3-4 kali)

3 = cukup sering (5-6 kali)

4 = sangat sering (lebih dari 6 kali)

No	Pertanyaan	(0)	(1)	(2)	(3)	(4)
1.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda marah/kesal karena sesuatu yang tidak terduga?					
2.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan anda?					
3.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan?					
4.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi?					
5.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda?					
6.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan?					
7.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan anda?					

8.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain?					
9.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan?					
10.	Selama 1 bulan terakhir, seberapa sering anda merasa kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya?					
Skor						

Sumber : (Indira, 2016)

C. Kuesioner Kepribadian *Neuroticism*

Big Five Inventory

Petunjuk Pengisian :

Berikut ini terdapat butir-butir pernyataan, baca dan pahami baik-baik setiap pernyataan. Anda diharuskan mengisi masing-masing pernyataan sesuai dengan kepribadian kamu, dengan cara memberi tanda (\surd) pada salah satu kolom pilihan jawaban yang tersedia di bagian kanan. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

N : Netral

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

No	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1	Saya melihat diri saya sendiri adalah seseorang yang depresi atau pilu (menyedihkan).					
2	Saya melihat diri saya sendiri adalah seseorang yang santai, menangani stress dengan baik					
3	Saya melihat diri saya sendiri mudah tegang.					
4	Saya melihat diri saya sendiri adalah seseorang yang sangat khawatir.					
5	Saya melihat diri saya sendiri adalah seseorang yang stabil atau tidak mudah marah.					
6	Saya melihat diri saya sendiri adalah seseorang yang mudah murung (moody).					
7	Saya melihat diri saya sendiri adalah seorang yang tetap tenang dalam situasi tegang.					
8	Saya melihat diri saya sendiri adalah seorang yang mudah gugup.					

Sumber : (Nurlette, 2019)

D. Kuesioner *Emotional Eating*

Dutch Eating Behaviour Questionnaire

Petunjuk Pengisian :

Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama sebelum anda mengisi jawaban. Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda. Berilah tanda *checklist* (\surd) pada satu pilihan jawaban yang anda pilih.

Keterangan :

1. Tidak pernah, yang berarti tidak sesuai/tidak memadai
2. Jarang, yang berarti kurang sesuai/kurang memadai
3. Kadang-kadang, yang berarti cukup sesuai/kurang memadai
4. Sering, yang berarti sesuai/memadai
5. Selalu, yang berarti sangat sesuai/sangat memadai

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika sedang marah					
2	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika sedang putus asa					
3	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika merasa kesal					
4	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika ada sesuatu yang tidak menyenangkan					
5	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika merasa cemas/khawatir					
6	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika sedang ada masalah					
7	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika merasa ketakutan					

8	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika merasa kecewa					
9	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika merasa bosan					
10	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika merasa depresi atau sedih					
11	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika sedang kesepian					
12	Saya memiliki keinginan untuk makan ketika sedang tidak melakukan apa-apa					
13	Saya merasa ingin makan ketika sesuatu berjalan tidak sesuai dengan keinginan atau berjalan tidak semestinya?					

Sumber : Modifikasi Arif (2021) dan Sholeha (2014)

Sumber :

Indira, I. E. (2016). Stress Questionnaire: Stress Investigation From Dermatologist Perspective. *Psychoneuroimmunology in Dermatology*, 141–142.

Nurlette, S. C. S. (2019). Pengaruh Neuroticism terhadap Perilaku Kerja Kontraproduktif di Instansi X. *Skripsi*.

Sholeha, L. I. A. (2014). Hubungan Perilaku Makan terhadap Indeks Massa Tubuh pada Remaja di SMP YMJ Ciputat. *UIN Jakarta*, 27.