

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIMTOM GANGGUAN MAKAN PADA
MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA BANDUNG YANG
SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

SKRIPSI

Disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia



Disusun oleh:

Alifa Putri Badzlina

1907992

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIMTOM GANGGUAN MAKAN PADA
MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA BANDUNG YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI**

Oleh:

Alifa Putri Badzlina

Sebuah skripsi yang diajukan untuk
memenuhi salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Psikologi di Departemen
Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

© Alifa Putri Badzlina

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2024

© Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya
atau sebagian tanpa izin dari penulis

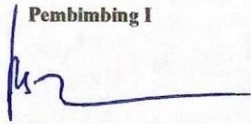
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Alifa Putri Badzlina
1907992

**HUBUNGAN STRES DENGAN SIMTOM GANGGUAN MAKAN PADA
MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN
INDONESIA BANDUNG YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI**

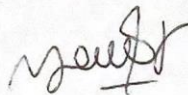
Disetujui dan Disahkan oleh Pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Sri Maslihah, M. Psi., Psikolog
NIP. 19700726 200312 2 001

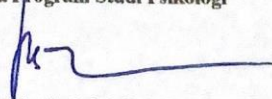
Pembimbing II



Sitti Chodijah M.A. Psi
NIP. 19771205 2006042 0 01

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



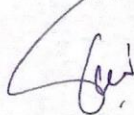
Dr. Sri Maslihah, M. Psi., Psikolog
NIP. 19700726 200312 2 001

SKRIPSI INI TELAH DIAJUKAN PADA

Hari, Tanggal : Senin, 19 Agustus 2024
Waktu : 10.00 WIB
Tempat : Ruang Sidang 1 Lantai 8 FIP

Para Penguji Terdiri atas:

Penguji I



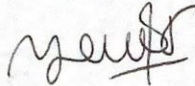
Dr. Tina Hayati Dahlan, S. Psi., M. Pd., Psikolog
NIP. 197204192009122002

Penguji II



Muhammad Ariez Musthofa, M. Si
NIP. 197404092008121002

Penguji III



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog
NIP. 197712052006042001

**Tanggung jawab yuridis ada pada:
Peneliti,**

Alifa Putri Badzlina
1907992

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Stres dengan Simtom Gangguan Makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung yang sedang Mengerjakan Skripsi”** beserta seluruh isinya sepenuhnya adalah karya saya. Saya tidak menjiplak karya milik orang lain atau mengintip dengan etika ilmu penelitian yang berlaku. Dengan pernyataan ini, saya siap menanggung sanksi apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap keaslian di dalam skripsi saya.

Bandung, 07 Agustus 2024

Peneliti,

Alifa Putri Badzlina

NIM. 1907992

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur senantiasa peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Stres dengan Simtom Gangguan Makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung yang sedang Mengerjakan Skripsi” sebagaimana mestinya. Shalawat serta salam peneliti panjatkan kepada Nabi Muhammad Shallallahu Alaihi Wasallam, kepada keluarganya, kepada para sahabatnya dan kita juga selaku umatnya.

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Skripsi ini akan membahas kajian mengenai “Hubungan antara Stres dengan Simtom Gangguan Makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung yang sedang Mengerjakan Skripsi”.

Peneliti mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penelitian ini. Peneliti juga menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penelitian ini. Oleh karena itu, peneliti sangat terbuka untuk menerima kritik dan saran dari pembaca sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki kekurangan dalam penelitian ini. Peneliti berharap, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan dan informasi bagi para pembacanya atas peneliti selanjutnya.

Bandung, 07 Agustus 2024

Peneliti

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT karena berkat, karunia, serta ridho-nya peneliti dapat menyelesaikan studi dan penelitian skripsi ini. Proses penelitian ini tidak dapat terselesaikan tanpa adanya proses bimbingan, dukungan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang telah terlihat dalam proses penyusunan skripsi ini, yaitu:

1. Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi dan dosen pembimbing pertama peneliti yang senantiasa memberikan ilmu pengetahuan, bimbingan, dukungan, dan motivasi kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing, meluangkan waktu, memberikan dukungan, motivasi, dan memberikan arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Ismawati Kosasih, M.Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan arahan, perhatian, dukungan, serta bimbingan sejak awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai.
4. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Psikologi yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan selama perkuliahan.
5. Tenaga Kependidikan Program Studi Psikologi yang telah membantu peneliti dalam proses administratif selama perkuliahan dan penyusunan skripsi.
6. Bapak Bambang dan Ibu Rikna selaku orang tua peneliti, yang telah memberikan segala dukungan, kasih sayang, selalu mendoakan dan meridhoi setiap langkah dan usaha peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan pendidikan di Program Studi Psikologi, serta dapat menyelesaikan seluruh proses penyusunan skripsi.
7. Kakak Hadyan dan Ghozian selaku saudara kandung peneliti yang selalu mendoakan, menyemangati, membantu, dan memberikan kepercayaan kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan pendidikan di Program Studi Psikologi Ini.
8. Keluarga besar Muchjidin dan Sulaiman yang selalu mendoakan, memberikan bantuan, dukungan, dan motivasi kepada peneliti sejak awal perkuliahan

sehingga dapat menyelesaikan pendidikan di Program Studi Psikologi, serta dapat menyelesaikan seluruh proses penyusunan skripsi

9. Azahra, Narita, dan Safna selaku sahabat peneliti yang selalu memberikan doa, dukungan, bantuan, dan selalu kebersamai selama proses penyusunan skripsi dari awal hingga akhir..
10. Hanifah, Nazelya, dan Nisrina selaku teman dekat peneliti yang selalu memberikan semangat, perhatian, bantuan, dan kebersamai peneliti selama perkuliahan maupun selama proses penyusunan skripsi.
11. Azmi, Shofi, Sifa, Ami, Ara, Adji, dan Salma selaku teman seperbimbingan yang turut memberikan semangat, dukungan, serta bantuan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi.
12. Teman-teman Psikologi Angkatan 2019, yang telah berjuang dan memberikan kenangan kepada peneliti selama menempuh pendidikan di Program Studi Psikologi.
13. Seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dan meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner peneliti.
14. Terakhir, untuk diri saya sendiri “Alifa Putri Badzlina” terima kasih telah bertahan sejauh ini dan menyelesaikan skripsi, serta perkuliahan S1 ini dengan sebaik mungkin. Terima kasih atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir skripsi ini. Terima kasih karena sudah membuktikan bahwa kamu bisa melewati semuanya.

ABSTRAK

Alifa Putri Badzlina (1907992). *Hubungan Stres dengan Simtom Gangguan Makan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung yang sedang Mengerjakan Skripsi.* Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung (2024).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres dengan simtom gangguan makan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini melibatkan 283 Mahasiswa Sarjana S1 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia yang terdiri dari jurusan Administrasi Pendidikan, Bimbingan dan Konseling, Pendidikan Masyarakat, Pendidikan Khusus, Teknologi Pendidikan, Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, dan Perpustakaan dan Sains Informasi yang sedang mengontrak tugas akhir skripsi dari Angkatan 2017 hingga 2020. Instrumen Stres dalam penelitian ini mengacu pada aspek dan indikator yang dikemukakan oleh Cohen (1983) dan Instrumen Simtom Gangguan Makan mengacu pada aspek dan indikator yang dikemukakan oleh *DSM-5* (2013). Analisis data yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan metode analisis statistik deskriptif, statistik inferensial, dan *Kruskal-Wallis* dan *Mann-Whitney* untuk uji beda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa stres memiliki hubungan yang tinggi dengan simtom gangguan makan (spearman's rho = 0.742).

Kata Kunci: stres, simtom gangguan makan, mahasiswa.

ABSTRACT

Alifa Putri Badzlina (1907992). *The Relationship Between Stress and Eating Disorder Symptoms Among Students of the Faculty of Education at Bandung Indonesia University of Education Who Are Working on Their Thesis.* Psychology Study Program, Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung (2024).

This study aims to examine the relationship between stress and eating disorder symptoms among students of the Faculty of Education Sciences at Universitas Pendidikan Indonesia who are working on their thesis. The research involves 283 undergraduate students from the Faculty of Education Sciences, including those from the departments of Educational Administration, Guidance and Counseling, Community Education, Special Education, Educational Technology, Elementary School Teacher Education, Early Childhood Education, and Library and Information Science, who are in the process of completing their thesis from the 2017 to 2020 cohorts. The stress instrument in this study refers to the aspects and indicators proposed by Cohen (1983), and the Eating Disorder Symptoms instrument refers to the aspects and indicators outlined in the *DSM-5* (2013). The data analysis used a quantitative approach with descriptive statistics, inferential statistics, and Kruskal-Wallis and Mann-Whitney tests for differences. The results indicate that stress has a strong relationship with eating disorder symptoms (Spearman's $\rho = 0.742$).

Keywords: stress, eating disorder symptoms, students.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Kajian Teori Stres	7
2.1.1 Definisi Stres	7
2.1.2 Dimensi Stres	8
2.1.3 Faktor-faktor yang Memengaruhi Stres.....	9
2.1.4 Dampak Stres	10
2.2 Kajian Teori Gangguan Makan.....	11
2.2.1 Definisi Gangguan Makan	11
2.2.2 Jenis Gangguan Makan	13
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi Gangguan Makan.....	17
2.2.4 Dampak Gangguan Makan.....	18
2.3 Kerangka Berpikir.....	19
2.4 Hipotesis Penelitian.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	22
3.1 Desain Penelitian.....	22
3.2 Populasi dan Sampel	22
3.2.1 Populasi Penelitian.....	22
3.2.2 Sampel Penelitian	23
3.3 Data Demografis Responden Penelitian.....	24
3.4 Variabel Penelitian	25

3.5	Definisi Konseptual dan Operasional Variabel	26
3.5.1	Definisi Konseptual Stres.....	26
3.5.2	Definisi Operasional Stres.....	26
3.5.3	Definisi Konseptual Gangguan Makan.....	26
3.5.4	Definisi Operasional Gangguan Makan.....	26
3.6	Instrumen Penelitian.....	27
3.6.1	Instrumen Stres	27
3.6.2	Instrumen Gangguan makan.....	30
3.7	Analisis Data.....	35
3.7.1	Uji Asumsi Klasik.....	35
3.8	Proses Pengembangan Alat Ukur.....	37
3.8.1	Expert Judgement	37
3.8.2	Uji Coba	37
3.8.3	Uji Validitas dan Reliabilitas	37
3.9	Teknik Pengumpulan Data	38
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	38
4.1	Hasil Penelitian	38
4.1.1	Gambaran Stres	38
4.1.2	Gambaran Gangguan Makan.....	41
4.2	Uji Hipotesis dan Pembahasan	43
4.2.1	Uji Hipotesis.....	43
4.2.2	Uji Hipotesis berdasarkan Dimensi Stres dan Dimensi Gangguan Makan.....	44
4.2.3	Pembahasan.....	45
4.3	Keterbatasan Penelitian	48
BAB V	SIMPULAN DAN REKOMENDASI	49
5.1	Simpulan.....	49
5.2	Rekomendasi.....	49
5.2.1	Bagi Pembaca	49
5.2.2	Bagi Peneliti Selanjutnya	49
	DAFTAR PUSTAKA	50
	LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Distribusi Populasi	23
Tabel 3.2	Data Demografis Responden	24
Tabel 3.3	Reliabilitas Instrumen Stres	28
Tabel 3.4	Kisi-Kisi Alat Ukur Instrumen Stres	28
Tabel 3.5	Kategorisasi Penyekoran Alat ukur Instrumen Stres.....	29
Tabel 3.6	Kategorisasi Skor Alat Ukur Instrumen Stres.....	30
Tabel 3.7	Reliabilitas Instrumen Gangguan Makan	32
Tabel 3.8	Kisi-Kisi Alat Ukur Instrumen Gangguan Makan	32
Tabel 3.9	Kategorisasi Penyekoran Alat Ukur Instrumen Gangguan Makan	34
Tabel 3.10	Kategorisasi Skor Alat Ukur Instrumen Gangguan Makan	35
Tabel 3.11	Hasil Uji Normalitas.....	36
Tabel 3.12	Hasil Uji Linearitas.....	36
Tabel 4.1	<i>Descriptive Statistics</i> Variabel Stres	38
Tabel 4.2	Hasil Kategorisasi Variabel Stres.....	38
Tabel 4.3	Hasil Mean Dimensi Variabel Stres	39
Tabel 4.4	Perbandingan Demografis Stres	40
Tabel 4.5	<i>Descriptive Statistics</i> Variabel Gangguan Makan.....	41
Tabel 4.6	Hasil Kategorisasi Variabel Gangguan Makan.....	41
Tabel 4.7	Perbandingan Demografis Gangguan Makan	42
Tabel 4.8	Hasil Uji Hipotesis	43
Tabel 4.9	Hasil Uji Hipotesis Berdasarkan Kedua Dimensi	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Penelitian	22
Gambar 3.1 Desain Penelitian	22
Gambar 3.2 Sampel Penelitian	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Pengangkatan Dosen Pembimbing	56
Lampiran 2 Kartu Bimbingan.....	57
Lampiran 3 Hasil Studi Pendahuluan Perilaku Makan Mahasiswa UPI Prodi Psikologi yang sedang Mengerjakan Skripsi.....	59
Lampiran 4 Lembar Expert Judgement.....	62
Lampiran 5 Output Reliabilitas Try Out Skala Stres	64
Lampiran 6 Output Validitas Try Out Skala Stres.....	65
Lampiran 7 Output Reliabilitas Try Out Skala Gangguan Makan	66
Lampiran 8 Output Validitas Try Out Skala Gangguan Makan.....	67
Lampiran 9 Kuesioner Penelitian	68
Lampiran 10 Analisis Item Stres	76
Lampiran 11 Analisis Item Gangguan Makan	78
Lampiran 12 Reliabilitas Instrumen Penelitian	79
Lampiran 13 Hasil Uji Asumsi Klasik.....	80
Lampiran 14 Hasil Uji Hipotesis	81
Lampiran 15 Kategorisasi Perbandingan Stres dan Gangguan Makan.....	84
Lampiran 16 Status Demografi Responden	91
Lampiran 17 Lembar Pernyataan <i>Verifikasi</i>	99

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, T. C., & Epel, E. S. (2007). Stress, Eating And The Rewards Of Diet: Review Of The Literature And Implications For Obesity. *Physiology & Behavior*, 91(5), 549-558. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0031938407001793>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*, DSM-5. Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Barker, R. L., & Barr, M. (2013). Unpredictable stressors and graduate students: Implications for thesis completion. *Graduate Education Journal*, 21(2), 89-104. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1049731513479056>
- Boluarte-Carbajal, A., Navarro-Flores, A., & Villarreal-Zegarra, D. (2021). Explanatory Model of Perceived Stress in the General Population: A Cross-Sectional Study in Peru During the COVID-19 Context. *Frontiers in psychology*, 12, 673945. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.673945>
- Brackney, B., & Karabenick, S. (1995). Psychopathology And Academic Performance: The Role Of Motivation And Learning Strategies. *Journal of Counseling Psychology*, 42 (4):456–465.
- Brandenberger, M.J., & Beck, A.M. (2018). The Relationship Between Eating Disorders and Stress in University Students. *Journal of Behavioral Medicine*, 41(3), 357-366.
- Carter, M.A., & Jones, S.J. (2017). How Eating Disorders Change in the Context of Stress. *Journal of Eating Disorders*, 5(1), 45-52.
- Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. (1983). A global measure of perceived stress. *J. Health Soc. Behav.* 24 385–396. 10.2307/2136404
- Cohen, S. (1994). Perceived stress scale by sheldon cohen. Mind Garden. <http://www.mindgarden.com/documents/PerceivedStressScale.pdf>
- Cohen, S., & Deverts, D. J. (2012). Who ' s Stressed? Distributions of Psychological Stress in the United States in Probability Samples from. *Journal of Applied Social Psychology*, 1320 –1334. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00900.x>
- Cohen, S., & Herbert, T. C. (1996). Health Psychology: Psychological Factors and Physical Disease from the Perspective of Human Psychoneuroimmunology. *Psychological Factors And Disease*. 47:113– 42.
- Cohen, S., & Williamson, G. M. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In *The Social Psychology of Health*, ed. S Spacapan, S Oskamp, pp. 31–67. Newbury, CA: Sage
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.

- Cohen, S., Janicki-deverts, D., & Miller, G. E. (2013). Psychological stress and disease. Vol: 298(14), 1685–1687.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*. (24), 385–396. Diunduh dari: <http://www.psy.cmu.edu/~scohen/globalmeas83.pdf>
- Cohen, S., Kessler, Ronald C., & Gordon, L. U. (1997). *Measuring Stress*. New York: Oxford University Press.
- Cresswell, K.T.V., & Williams, J.D.K. (2011). The Impact of Stress on Eating Disorder Symptoms Among College Students. *Journal of Behavioral Medicine*, 34(4), 251-262.
- Darmono, A & Hasan, A. (2002). *Menyelesaikan Skripsi Dalam Satu Semester*. Jakarta: Grasindo.
- Demeester, K., & Griensven, R. (2021). "Stress and Rumination Disorder: Insights into the Psychological Mechanisms." *Eating Disorders Review*, 29(4), 341-355.
- Epel, E. S., McEwen, B. S., & Ickovics, J. R. (1998). Stress and body shape: Stress-induced cortisol secretion and the metabolic syndrome. *Psychosomatic Medicine*, 63(1), 113-121. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9599425/>
- Fisher, C.K., & Morris, J.R. (2020). Impact of Stress on Eating Disorder Symptoms in College Students: A Comprehensive Study. *Eating Behaviors*, 39, 101-110.
- Greeno, C. G., & Wing, R. R. (1994). Stress-induced eating. *Psychological Bulletin*, 115(3), 444–464. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.115.3.444>
- Grilo, C. M., & Masheb, R. M. (2009). "Stress and Bulimia Nervosa: The Role of Psychological Factors in the Onset and Maintenance of Bulimia." *International Journal of Eating Disorders*, 42(5), 434-439.
- Hautzinger, M., & Hoyer, J. (2021). "Stres sebagai Faktor Pemicu dan Memperburuk Gejala Gangguan Makan: Fokus pada OSFED." *Clinical Psychology Review*, 81, 101-113.
- Hay, P. J. (2013). *DSM-5 and the diagnosis of eating disorders*. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 47(11), 981-982.
- Herman, C. P., & Polivy, J. (2008). External Cues In The Control Of Food Intake In Humans: The Sensory-Normative Model. *Physiology & Behavior*, 94(1), 67-72.
- Husain, M. I., & Sheikh, M. A. (2016). Stress and coping mechanisms during thesis writing: A study of university students. *Journal of Stress and Health*, 32(3), 150-162. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/2158244016629440>
- Johnson, L.S., & Harris, E.M. (2018). The Impact of Chronic Stress on Eating Disorder Symptoms Among University Students. *Stress & Health*, 34(4), 389-398.

- Juarascio, A. S., Manasse, S. M., & Forman, E. M. (2012). The Impact Of Stress On Eating Behavior And Weight Management. *Eating Behaviors*, 13(1), 77-81.
- Kaye, W. H., & Fudge, J. L. (2016). Neurobiology of Eating Disorders. *Behavioral Neurobiology of Eating Disorders*, 103(1), 1-12.
- Kessler, R. C., McGonagle, K. A., & Swartz, M. S. (2003). The role of stress in the development of eating disorders. *Journal of Clinical Psychiatry*, 64(5), 67-80.
- Kong, J. M., Lee, Y. H., & Park, S. H. (2021). Psychological stress and its impact on avoidant/restrictive food intake disorder: An integrated review. *Eating Behavior Research*, 15(3), 45-58.
- Kumar, S., & Jagacinski, C. M. (2006). The impact of unpredictable stressors on graduate students' thesis work. *Educational Psychology Review*, 18(4), 235-248. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0742051X06000586>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Looker, Terry & Gregson, Olga. 2005. *Managing Stress: Mengatasi Stres Secara Mandiri*.
- McGowan, J. L., Smith, L. H., & Brown, E. (2022). The Relationship Between Stress and Eating Disorders. *Journal of Eating Disorders*, 10(1), 45-58.
- Meyer, B., & Gaston, R. (2006). Academic stress and disordered eating in college students. *Journal of American College Health*, 54(2), 75-82. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103105003952>
- Micali, N., Treasure, J., & Katzman, M. (2020). Epidemiology of eating disorders. *The British Journal of Psychiatry*, 217(2), 187-192.
- Mitchell, J. E., et al. (2013). "The role of trauma in the development of eating disorders." *Eating Disorders Review*, 24(4), 207-217.
- Mu'tadin. (2002). *Pengelolaan Stres*. Palembang: Wijaya Pustaka.
- Murray, S. B., Griffiths, S., & Hay, P. (2020). The relationship between stress and avoidant/restrictive food intake disorder: A comprehensive review. *Journal of Eating Disorders*, 8(1), 12-25.
- Musthofa, Muhammad & Bachrum, Sri. (2020). Profil Stres Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Psikologi Insight*.
- National Eating Disorders Association. (2022). *Eating Disorder Statistics*. Retrieved from <https://www.nationaleatingdisorders.org/statistics-research-eating-disorders>.

- Nelson, M.C.B., & Hall, A.P. (2015). Academic Stress and Its Effect on Eating Disorder Symptoms Among University Students. *Journal of Clinical Psychology*, 71(10), 1025-1034.
- Oliver, G. and Wardle, J. (1999) Perceived Effects of Stress on Food Choice. *Physiology & Behavior*, 66, 511-515.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Stress during thesis writing: The impact of unpredictable events. *Journal of Applied Psychology*, 82(3), 547-556. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9110167/>
- Pina, A.C.L. (2015). The Impact of Academic and Social Stress on Eating Disorders in College Students. *Stress & Health*, 31(4), 294-305.
- Ramli, Hamizah & Alavi, Masoumeh & Mehrinezhad, Seyed & Ahmadi, Atefeh. (2018). Academic Stress and Self-Regulation among University Students in Malaysia: Mediator Role of Mindfulness. *Behavioral Sciences*. 8. 12. 10.3390/bs8010012.
- Ross, S. E., Nielbling, B. C., Heckert, T. M. (1999). Source of Stress Among College Students. *Journal of College Student*. vol.33, i.2, h. 3-12.
- Sakai, K., & Lee, K. (2018). "The Impact of Stress on Pica Disorder: A Clinical Perspective." *Eating Disorders: The Journal of Treatment & Prevention*, 26(3), 315-328.
- Sapolsky, R. M. (1998). *Why Zebras Don't Get Ulcers: An Updated Guide to Stress, Stress-Related Diseases, and Coping*. Henry Holt and Company.
- Smith, J., & Jones, A. (2020). Understanding Eating Disorders: An Overview of DSM-5 Criteria and Clinical Implications. *Journal of Clinical Psychiatry*, 81(4), 234-245.
- Stice, E., & Shaw, H. (2021). The Influence of Stress on Bulimia Nervosa: A Review of Current Evidence. *Journal of Abnormal Psychology*, 130(4), 343-355.
- Stice, E., Shaw, H., & Marti, C. N. (2006). "The role of body dissatisfaction in the onset and maintenance of bulimia nervosa." *Journal of Abnormal Psychology*, 115(3), 637-647.
- Torres, S.J. and Nowson, C.A. (2007) Relationship between Stress, *Eating Behavior and Obesity*. *Nutrition*, 23, 887-894.
- Turner, E.L., & Lewis, S.A. (2019). Eating Disorders and Stress in University Populations: A Longitudinal Study. *Journal of Eating Disorders*, 7(1), 12-20.
- Wijayanti, A., Margawati, A., dan Wijayanti, HS. 2019. Hubungan Stres, Perilaku Makan Dan Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Journal Of Nutrion College*. 8(1): 1-8.

Yorgason, J.B., Linville, D., & Zitzman. (2008). Mental Health Among College Students: Do Those Who Need Services Know About And Use Them?. *Journal of American College Health*. 57(2), 173-182.