

DAFTAR PUSTAKA

- Adamus-Leach, H. J., Wilson, P. L., O'Connor, D. P., Mama, S. K., & Lee, R. E. (2013). Depression, Stress and Body Fat are Associated with Binge Eating in A Community Sample of African American and Hispanic Women. *Eat Weight Disorder*, 221-227.
- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, Personality, and Behavior Second Edition*. Open University Press.
- Alexander, J., Goldschmidt, A. B., & Grange, D. (2013). *A Clinician's Guide to Binge Eating Disorder*. New York: Routledge.
- Ammar, A., Brach, M., Trabelsi, K., Chtourou, H., Boukhris, O., Masmoudi, L., . . . Pernambuco, C. S. (2020). Effects of COVID-19 Home Confinement on Physical Activity and Eating Behavior Preliminary Result of the ELBC-COVID19 International Online-Survey. *Nutrients*, 1-14.
- APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders American Psychiatric Association (5th Ed.)*. Washington, DC: APA.
- APA. (2015). *APA Dictionary of Psychology Second Edition*. USA: APA.
- Ardella, K. B. (2020). Risiko Kesehatan Akibat Perubahan Pola Makan dan Tingkat Aktivitas Fisik Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Utama*, 292-297.
- Audah, N. (2018). Uji Validitas Konstrak Pada Instrumen The Binge Eating Scale dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 7, 71-77.
- Awwaliyah, K., & Kolopaking, R. (2017). Pengaruh Hubungan Big Five Personality, Perilaku Hidup Sehat, dan Indeks Massa Tubuh terhadap Intuitive Eating pada Siswa SMA di Wilayah Malang. *JP31*, 155-166.
- Azrimaidaliza, Resmiati, Famelia, W., Purnakarya, I., Firdaus, & Khairany, Y. (2020). *Buku Ajar Dasar Gizi Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Padang: LPPM Universitas Andalas.
- Bacchini, D., & et al. (2015). Bullying and Victimization in Overweight and Obese Outpatient Children and Adolescents: An Italian Multicentric Study. *Plos One*, 1-13.
- Baihaqi, W. (2003). Pengeluaran Konsumtif Perspektif Etika Ekonomi Islam. *Al Qalam*, 35-56.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh Jilid 1*. Penerbit Erlangga.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). *Encyclopedia of Social Psychology*. SAGE Publications, Inc.
- Bennet, J., Greene, G., & Barcott, D. S. (2012). Perceptions of Emotional Eating Behavior. A Qualitative Study of College Students. *Elsevier*, 187-192.

- Canetti, L., Bachar, E., & Berry, E. M. (2002). Food and Emotion. *Elsevier*, 157-164.
- Carcary, M. (2020). The Research Audit Trail: Methodological Guidance for Application in Practice. *The Electronic Journal of Business Research Methods*, 18(2), 166-177.
- Cin, C. T., & Chong, M. C. (2014). Stress and Emotional Eating: The Mediating Role of Eating Dysregulation. *Elsevier*, 1-4.
- Conner, M., & Armitage, C. J. (2006). Social Psychological Models of Food Choice. Dalam R. S. Raats, *The Psychology of Food Choice* (hal. 41-58). London: CABI.
- Creswell, J. W. (2016). *Research Design 4 Edition*. London: SAGE Publication.
- Dermatoto, A. (2011). *Sistem Sosial Budaya*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Desmawati. (2019). Gambaran Gaya Hidup Kurang Gerak (Sedentary Lifestyle) dan Berat Badan Remaja Zaman Milenial di Tangerang, Banten. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 296-301.
- Djauhari, S. C. (2022). Mengapa Saya Memutuskan Bertahan Pada Pernikahan Penuh Kekerasan? Studi Kasus Pada Istri Berpenghasilan Tetap. *Skripsi*, 1-93.
- Egbert, A. H., Smith, K., & Goldschmidt, A. B. (2020). Psychosocial Correlates of Binge Eating. Dalam G. K. Berner, *Binge Eating A Transdiagnostic Psychopathology* (hal. 48-58). switzerland: Springer.
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T. (2017). *Teori Kepribadian Edisi 8 Buku 1*. Salemba Humanika.
- Feldman. (2011). *Understanding Psychology Tenth Edition*. McGraw Hill.
- Field, A. E., & Sonnevile, K. R. (2013). Prevention. Dalam G. & Alexander, A *Clinician's Guide to Binge Eating Disorder* (hal. 218-228). New York: Routledge.
- Franko, D. L., Lovering, M. E., & Brenner, H. T. (2013). Ethnicity, Race and Binge Eating Disorder. Dalam J. Alexander, A. B. Goldschmidt, & D. L. Grange, *A Clinician's Guide to Binge Eating Disorder* (hal. 14-25). New York: Routledge.
- Gaol, N. L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional . *Buletin Psikologi*, 1-11.
- Gibson, L. E. (2006). Mood, Emotions, and Food Choice. Dalam R. S. Raats, *The Psychology of Food Choice* (hal. 113-140). London: CABI.
- Goldschmidt, A. B., Boutelle, K., & Kraff, M. T. (2013). Loss of Control Eating in Children and Adolescents. Dalam J. Alexander, A. B. Goldschmidt, & D. L. Grange, *A Clinician's Guide to Binge Eating Disorder* (hal. 43-53). Routledge.

- Gormally, J., Black, S., Daston, S., & Rardin, D. (1982). The Assessment of Binge Eating Severity Among Obese Person. *Addictive Behaviors*, 7, 47-55.
- Gunawan, I. N., Suryani, & Shalahuddin, I. (2022). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Gangguan Psikososial Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan*, 15 (1), 78-92.
- Hall, G., Laddu, D. R., Phillips, S. A., Lavie, C. J., & Arena, R. (2021). A Tale of Two Pandemics: How will COVID-19 and Global Trends in Physical Inactivity and Sedentary Behavior Affect One Another? *Elsevier- Progress in Cardiovascular Diseases*, 108-110.
- Heatherston, T. F., & Baumeister, R. F. (1991). Binge Eating as Escape From Self-Awareness. *Psychological Bulletin*, (110), 1, 86-108.
- Hebebranda, J., Albayraka, O., Adan, R., Antel, J., Dieguezc, C., de Jong, J., . . . Dickson, S. L. (2014). "Eating addiction", Rather Than "Food Addiction", Better Captures. *Neuroscience and Behavioral Reviews*, 295-306.
- Hernandez, J. C., & Perez, M. (2020). Developmental and Cultural Aspects of Binge Eating. Dalam G. K. Berner, *Binge Eating A Transdiagnostic Psychopathology* (hal. 25-40). Switzerland: Springer.
- Higgs, S. (2006). Food Cravings and Addiction. Dalam R. S. Raats, *The Psychology of Food Choice* (hal. 141-160). London: CABI.
- Hooley, J. M., Butcher, J. N., Nock, M. K., & Mineka, S. (2018). *Psikologi abnormal*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Kahija, Y. L. (2017). *Penelitian Fenomenologis, Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Yogyakarta: PT Kanisius Yogyakarta.
- Klesges, R. C., Bartsch, D., Norwood, J. D., Kautzrnan, D., & Haugrud, S. (1984). The Effects of Selected Social and Environmental Variables on the Eating Behavior of Adults in the Natural Environment. *International Journal of Eating Disorders*, 3 (4), 35-41.
- Korstjens, I., & Moser, A. (2018). Series: Practical Guidance to Qualitative Research. Part 4: Trustworthiness and Publishing. *European Journal of general Practice*, 24, 120-124.
- Langdridge, D. (2007). *Phenomenological Psychology Theory, Research, and Method*. Pearson.
- Macht, M. (1999). Characteristics of Eating in Anger, Fear, Sadness and Joy. *Appetite*, 129-139.
- Mandriyarini, R., Sulchan, M., & Nissa, C. (2017). Sedentary Lifestyle Sebagai Faktor Risiko Kejadian Obesitas Pada Remaja SMA Stunted di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, 149-155.
- Martinez, T. E., Galiana, L., Arias, M. R., & Banos, R. M. (2019). The Binge Eating Scale: Structural Equation Competitive Models, Invariance Measurement Between Sexes, and Relationship With Food Addiction,

- Impulsivity, Binge Drinking, and Body Mass Index. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-12.
- Mason, T. B., Dunton, G. F., Gearhardt, A. N., & Leventhala, A. M. (2020). Emotional Disorder Symptoms, Anhedonia, and Negative Urgency as Predictors of Hedonic Hunger in Adolescents. *Eating Behavior an International Journal*, 1-6.
- Meiselman, H. L. (2006). The Role of Context in Food Choice, Food Acceptance, and Food Consumption. Dalam R. Shepherd, & M. Raats, *The Psuchology of Food Choice* (hal. 179-200). UK: CABI.
- Moynihan, A. B., Tilburg, W. A., Igou, E. R., Wisman, A., Donnelly, A. E., & Mulcaire, J. B. (2015). Eaten Up by Boredom: Consuming Food to Escape Awareness of The Bored Self. *Frontiers in Psychology*, 1-10.
- Mutia, A., Jumiyati, & Kusdalina. (2022). Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Obesitas Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19. *Journal of Nutrition College*, 26-34.
- Myers, D. G., & Dewall, C. N. (2015). *Psychology, Elevent Edition*. Worth Publishers.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2014). *Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah Edisi kesembilan*. Jakarta: Penerbit Elangga.
- Neyland, M. H., Shank, L. M., & Lavender, J. M. (2020). Theoretical Development and Maintenance Models of Binge Eating. Dalam G. K. Berner, *Binge Eating A Transdiagnostic Psychopathology* (hal. 74-84). Switzerland: Springer.
- Noer, E. R., Kustanti, E. R., & Fitriyanti, A. R. (2018). Perilaku Gizi dan Faktor Psikososial Remaja Obes. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6 (2), 109-113.
- Ogden, J. (2010). *The Psychology of Eating, From Healthy to Disordered Behavior 2nd Edition*. United Kingdom: Wiley-Blackwell.
- Pereira, B., Rosario, P., Nunez, J. C., Rosendo, D., Roces, C., & Magalhaes, P. (2021). Food Availability, Motivational-Related Factors, and Food Consumption: A Path Model Study with Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1-13.
- Pompili, S., & Laghi, F. (2017). Binge Eating and Binge Drinking Among Adolescents: The Role of Drinking and Eating Motives. *Journal of Health Psychology*, 1-12.
- Pradhana, A., & Handadari, W. (2017). Hubungan Antara Kesadaran Diri dengan kecenderungan Gangguan Makan Berlebih pada Remaja dengan Obesitas di Surabaya. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 11-21.
- Rachmah, F. Y., & Priyanti, D. (2019). Gambaran Emotional Eating pada Mahasiswa Pengguna Aplikasi GoFood di Jakarta. *INQUIRY Jurnal Ilmiah Psikologi*, (10), 2, 104-118.

- Riskesmas. (2018). *Epidemi Obesitas*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rosenberger, P. H., & Dorflinger, L. (2013). Psychosocial Factors Associated with Binge Eating among Overweight and Obese Male Veterans. *Eating Behavior (14)*, 401-404.
- Rosmiati. (2018). Bangsawan di Tanah Adat (Studi Kasus Perubahan Nilai Sosial Pada Bangsawan di Desa Bulu Tanah Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone. 10-15.
- Rozin, P. (2015). Food Preferences, Psychology, and Physiology of. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences, 2nd Edition*, 296-299.
- Rukmana, L. E. (2017). Kepercayaan Diri Pada Wanita Dewasa Awal Penderita Binge Eating. *Jurnal Psikologi, 1*, 121-128.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. Wiley.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method, and Research*. SAGE.
- Soraya, G. D. (2012). *Perbedaan Masalah Mental dan Emosional Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan Agama*. Universitas Diponegoro.
- Staub, E. (1978). *Positive Social Behavior and Morality Social and Personal Influence*. New York: Academic Press, Inc.
- Strongman, K. T. (2003). *The Psychology of Emotion Fifth Edition*. Wiley.
- Tim Riskesdas. (2019). *Laporan Provinsi Sulawesi Selatan RISKESDAS*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Trace, S. E., & Bulik, C. M. (2013). The Genetic of Binge Eating Disorder. Dalam J. Alexander, A. B. Goldschmidt, & D. Grange, *A Clinician's Guide to Binge Eating Disorder* (hal. 26-41). New York: Routledge.
- Trisnawati, E. A., & Wicaksono, D. A. (2021). Hubungan antara Gangguan Emosional dengan Emotional Eating dan External Eating pada Masa Pandemi COVID-19. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1282-1289.
- Tylka, T. L., & Kroon Van Diest, A. M. (2013). The Intuitive Eating Scale-2: Item refinement and psychometric evaluation with college women and men. *Journal of Counseling Psychology, 60*, 137-153.
- Utami, A. P., Probosari, E., & Panunggal, B. (2018). Faktor Risiko Status Obesitas terhadap Kejadian Gangguan Psikososial pada Remaja Putri di Semarang. *Media Litbangkes, 28 (1)*, 57-66.
- Vazquez, F. L., & Torres, A. (2012). Behavioral and Psychosocial Factors in Childhood Obesity. Dalam S. A. Yuca, *Childhood Obesity* (hal. 143-166). InTech.

- Wan, Y. G., Mohamad, N., & Leh, S. L. (2018). Factors Associated with Binge Eating Behavior among Malaysian Adolescents. *Nutrients*, 1-12.
- White, M. A., & Gianini, L. M. (2013). Binge Eating Disorder and Obesity. Dalam J. Alexander, A. B. Goldschmidt, & D. L. Grange, *A Clinician's Guide to Binge Eating Disorder* (hal. 3-13). New York: Routledge.
- Wick, M. R., Fitzgerald, E. H., & Keel, P. K. (2020). Epidemiology of Binge Eating. Dalam G. K. Berner, *Binge Eating A Transdiagnostic Psychopathology* (hal. 3-12). New York: Springer.

LAMPIRAN

Lampiran 1 – Kuesioner *Binge Eating Scale***KUESIONER BINGE EATING SCALE**

Berikut terdapat beberapa pernyataan. Silakan Anda memilih satu diantara pilihan pernyataan yang paling sesuai dengan kondisi diri Anda. Tidak ada jawaban benar atau salah, sehingga diharapkan Anda menjawab dengan jujur sesuai kondisi diri Anda.

1.
 - a. Saya tidak memikirkan bentuk tubuh ketika bersama orang lain
 - b. Meskipun saya khawatir dengan penampilan saya, namun saya tetap merasa nyaman.
 - c. Memikirkan penampilan dan berat badan membuat saya merasa tidak nyaman.
 - d. Ketika saya berpikir tentang berat badan, saya merasa malu dan jijik.
2.
 - a. Saya tidak merasa kesulitan untuk makan secara perlahan.
 - b. Saya makan dengan cepat, dan saya tetap tidak merasa kenyang.
 - c. Ketika makan dengan cepat, saya mudah merasa kenyang.
 - d. Saya terbiasa makan hampir tanpa mengunyah, hal itu membuat saya merasa sudah makan sangat banyak.
3.
 - a. Saya dapat mengontrol keinginan untuk makan terus menerus.
 - b. Saya merasa kurang mampu mengontrol makan, dibandingkan orang lain.

(Lanjutan)

- c. Saya merasa sangat tidak mampu mengontrol keinginan untuk makan terus menerus.
 - d. Saya merasa sangat sulit mengontrol nafsu makan, dan saya berusaha keras untuk mengontrolnya.
- 4.
- a. Ketika sedang bosan, saya tidak mengalihkannya dengan makan.
 - b. Terkadang saya ingin makan ketika bosan, namun saya mampu mengalihkan pikiran dari makan.
 - c. Seringkali saya makan ketika bosan, namun terkadang saya mampu mengalihkan pikiran dari makan.
 - d. Saya selalu makan ketika bosan, dan sulit untuk berhenti.
- 5.
- a. Saya selalu makan hanya ketika merasa lapar.
 - b. Terkadang saya makan, tanpa saya benar-benar merasa lapar.
 - c. Saya makan ketika lapar, bahkan saya tetap makan meskipun sudah kenyang.
 - d. Meskipun saya belum lapar, saya merasa perlu untuk memakan sesuatu.
- 6.
- a. Saya tidak merasa bersalah atau menyesal setelah makan banyak.
 - b. Terkadang saya merasa bersalah atau menyesal setelah makan banyak.
 - c. Saya selalu merasa menyesal setelah makan banyak.

7.

- a. Ketika saya sedang diet, saya dapat mengontrol nafsu makan, walaupun terkadang saya makan sangat banyak.
- b. Saya merasa gagal ketika saya memakan makanan yang dilarang untuk orang yang berdiet, namun saya tetap terus memakannya.
- c. Saya merasa gagal ketika sedang berdiet, lalu makan terlalu banyak, saya tetap terus memakannya.
- d. Saya akan memilih salah satu antara makan banyak atau puasa sekalian.

8.

- a. Saya jarang makan dalam porsi besar, karena dapat membuat saya merasa sangat kekenyangan.
- b. Satu kali dalam sebulan saya makan banyak sampai saya tidak merasa nyaman.
- c. Terdapat satu waktu tertentu dalam satu bulan, saya akan makan dengan porsi yang besar.
- d. Setelah saya makan dengan porsi besar, saya merasa buruk dan mual.

9.

- a. Jumlah kalori yang saya konsumsi cukup stabil setiap harinya.
- b. Setelah saya makan dengan porsi besar, maka pada jam makan berikutnya saya akan makan dengan porsi kecil.
- c. Ketika saya tidak sarapan dengan porsi besar, maka saya makan lebih banyak saat malam hari.

- d. Selama satu minggu saya berdiet, namun pada minggu berikutnya saya makan banyak.

10.

- a. Saya selalu dapat berhenti makan ketika merasa sudah kenyang
- b. Terkadang saya tidak dapat menahan dorongan untuk makan.
- c. Saya seringkali kalah terhadap dorongan untuk makan, walaupun terkadang saya dapat mengendalikannya.
- d. Saya benar-benar merasa tidak dapat mengontrol keinginan untuk makan.

11.

- a. Ketika merasa cukup kenyang, saya akan berhenti makan.
- b. Saya berhenti makan ketika sudah kenyang, namun terkadang ketika saya makan banyak terasa menyenangkan.
- c. Saya sulit berhenti makan, sebelum saya merasa sangat kenyang.
- d. Saya sulit berhenti makan, bahkan terkadang sampai ingin muntah.

12.

- a. Saya makan dengan porsi yang sama ketika bersama teman maupun sendirian.
- b. Terkadang saya tidak ingin makan dengan orang lain karena porsi makan saya yang besar.
- c. Saya makan dengan porsi yang sama ketika bersama teman maupun sendirian.
- d. Terkadang saya tidak ingin makan dengan orang lain karena porsi makan saya yang besar.

13.

- a. Saya makan sehari tiga kali, terkadang dengan tambahan camilan.
- b. Saya makan sehari tiga kali, dan selalu dengan tambahan camilan.
- c. Saya makan banyak namun tidak teratur.
- d. Terkadang saya makan terus menerus dan tidak memiliki aturan waktu.

14.

- a. Saya tidak memiliki keinginan untuk makan banyak.
- b. Terkadang pikiran saya dipenuhi dengan bagaimana cara mengontrol nafsu makan.
- c. Saya sering menghabiskan waktu untuk memikirkan tentang apa yang saya makan dan bagaimana cara menghentikannya.
- d. Pikiran saya sibuk memikirkan tentang makan, dan saya selalu berjuang untuk berhenti makan.

15.

- a. Saya tidak lagi berpikir tentang makanan seperti kebanyakan orang.
- b. Saya memiliki keinginan yang kuat untuk makan, namun hanya sesaat.
- c. Dalam beberapa hari saya tidak memikirkan apapun kecuali makanan.
- d. Sebagian besar waktu saya diisi dengan pikiran tentang makan, saya merasa hidup untuk makan.

16.

- a. Saya tahu kapan saya lapar atau tidak, dan saya tahu porsi yang sesuai bagi tubuh saya.

- b. Terkadang saya tidak tahu apakah saya lapar secara fisik atau emosi (hanya ingin), dan saya tidak tahu porsi yang tepat bagi tubuh saya.
- c. Meskipun saya tahu berapa banyak kalori yang harus saya makan, saya tidak tahu apakah itu jumlah makanan yang normal.

Lampiran 2 – Profil Partisipan

PROFIL PARTISIPAN**A. Data Diri**

Nama :
 Jenis Kelamin :
 Alamat :
 No. telp :
 Pekerjaan :
 Usia :
 Agama :
 Status dalam keluarga : *Anak kandung/ tiri/ angkat
 Anak ke :
 Jumlah saudara :
 Bahasa sehari-hari :

B. Keterangan Tempat Tinggal

Alamat :
 Keterangan tempat tinggal : *Rumah/ kost
 Tinggal dengan : *Orang tua/ saudara/ lainnya

C. Keterangan Kesehatan

Tinggi Badan :
 Berat Badan :
 Riwayat Penyakit :

D. Keterangan Pendidikan

	Nama Sekolah	Tahun masuk-tahun keluar	Alamat**
SD			
SMP			
SMA			
Univ			

*coret yang tidak perlu

**cukup diisi dengan keterangan kabupaten/kota

Lampiran 3 – Pedoman Wawancara

LEMBAR GUIDELINE INTERVIEW**Pelaksanaan wawancara**

Hari/Tanggal pelaksanaan :
 Waktu mulai pelaksanaan :
 Waktu selesai pelaksanaan :

A. LATAR BELAKANG PARTISIPAN

1. Ceritakan riwayat pendidikan Anda (ceritakan dimana dan bagaimana SD SMP SMA secara berurut, bagaimana hubungan dengan teman-teman disekolah, bagaimana perasaan saat akan sekolah, bagaimana perasaan saat mengingat masa-masa sekolah, bagaimana kegiatan disekolah, prestasi akademik non-akademik disekolah, aktif organisasi atau tidak, dsb).
2. Ceritakan latar belakang budaya Anda? (ayah dan ibu suku apa, bagaimana budaya dirumah, apa ada tradisi budaya yang rutin dilaksanakan, atau kepercayaan dalam nilai budaya tertentu yang masih dijunjung tinggi, atau budaya semakin memudar dalam kehidupan sosial)
3. Ceritakan latar belakang keluarga Anda? (usia masing-masing saudara, bagaimana kedekatan dan hubungan dengan saudara, paling dekat dengan anggota keluarga yang mana dirumah, lebih sering menghabiskan waktu dengan anggota keluarga yang mana, **bagaimana mempersepsikan keluarga**)
4. Ceritakan aktivitas sehari-hari Anda (terkait rutinitas, kebiasaan dari bangun hingga pagi, jadwal-jadwal tertentu, kesibukan saat ini, **bagaimana mempersepsikan kesibukan saat ini** * kuliah atau kerja)
5. Bagaimana perasaan Anda saat mengisi kuesioner saya?

B. DATA POLA KONSUMSI UMUM

Pola konsumsi yang dimaksud dalam penelitian ini ialah termasuk makanan berat, makanan ringan (cemilan), dan minuman (air mineral maupun minuman berasa).

1. Bagaimana pola konsumsi Anda?
 - Apakah pola tersebut berulang setiap waktu?
 - Bagaimana kisaran porsi makan berat Anda?

- Berapa kali Anda makan berat?
 - Apakah Anda makan berat secara teratur?
 - Berapa lama kisaran durasi makan berat Anda?
 - Apakah Anda sering ngemil? **bisa cek item 13 (kasuistik)*
 - Berapa kali ngemil sehari?
 - Jenis cemilan apa yang Anda senangi?
 - Bagaimana frekuensi minum air mineral Anda?
 - Apakah Anda senang mengonsumsi minuman berasa?
 - Kapan biasanya Anda mengonsumsi cemilan?
2. Apakah terdapat jenis makanan tertentu yang Anda hindari atau sukai?
 3. Apakah Anda memiliki kebiasaan tertentu saat makan? (makan bareng, jadwal makan, makan sekeluarga)
 4. Apakah Anda sedang atau pernah menjalankan diet sebelumnya?
 - Kapan Anda menjalankan diet? (crosscheck apakah masih dilaksanakan hingga sekarang atau tidak)
 - Berapa lama Anda menjalankan program diet tersebut?
 - Diet seperti apa yang Anda jalankan?
 - Bagaimana target diet Anda?
 - Apakah target tersebut terealisasi?
 5. Ceritakan hal lain mengenai cara atau pola konsumsi Anda

C. BINGE EATING BEHAVIOR

Beberapa data *binge eating behavior* dapat diidentifikasi dengan pertanyaan pola konsumsi umum

1. Kata “makan banyak” beberapa kali diulang dalam skala, seperti pada item 7, 8, 12, 14. Menurut Anda, bagaimana yang dimaksud dengan “makan banyak?”
2. *Tindak lanjut item 3 skala* (kasuistik, setiap orang akan berbeda-beda jawabannya)
 - Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Mengapa Anda merasa sulit untuk mengontrol nafsu makan?
 - Apa yang Anda lakukan untuk mengontrolnya?

Behavioral

3. *Tindak lanjut dari item 2*
 - Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
4. *Tindak lanjut item 5 skala*

- Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
 - *Khusus jawaban b c d, tanyakan **apa yang mendorong Anda makan jika bukan rasa lapar?***
5. *Tindak lanjut item 8 skala*
- Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
6. *Pertanyaan tambahan bisa sesuai jawaban skala. Tindak lanjut item 9*
- Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
 - *Khusus jawaban b c d, tanyakan **alasanya. (mengapa demikian?)***
7. *Tindak lanjut item 10*
- Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
 - *Khusus jawaban b c d, tanyakan **menurut Anda apa yang memicu dorongan tersebut?***
8. *Tindak lanjut item 11*
- Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
9. *Pertanyaan tambahan bisa sesuai jawaban skala. Tindak lanjut item 12*
- Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?
 - *Khusus jawaban b, tanyakan **mengapa demikian?***
 - *Khusus jawaban c dan d, tanyakan **apa yang kira-kira menjadi penyebab rasa malu tersebut?***
10. *Tindak lanjut item 13*
- Khusus c dan d:**
- Apakah terjadi setiap saat?
 - Sejak kapan Anda merasa demikian?
 - Apakah masih berlangsung hingga sekarang?

- Mengapa demikian?

11. Apa anda punya pengalaman perbedaan porsi makan ketika dalam emosi tertentu?

Afektif

Sebelum benar-benar beralih pada afektif, coba pahami dan simpulkan terlebih dahulu behavioralnya. Kemudian coba temukan afektif atau perasaan yang mungkin terdapat pada behavior tersebut.

12. *Tindak lanjut item 4*

Khusus b dan c:

- Seberapa sering hal tersebut terjadi?
- Sejak kapan Anda merasa demikian?

Keduanya:

- Seberapa banyak yang biasa Anda makan saat merasa bosan?
- Apa yang biasa Anda makan saat merasa bosan? (dapat makanan berat, cemilan, ataupun lainnya).

13. *Tindak lanjut item 6*

- Cek seberapa sering makan banyak?
- Berapa banyak porsinya?

14. *Tindak lanjut item 16*

- Seberapa sering hal tersebut terjadi?
- Sejak kapan Anda merasa demikian?
- ***Khusus jawaban b dan c, lakukan probing. "bisa dipaparkan lebih lanjut mengenai hal tersebut?"***

Kognitif

Pada aspek kognitif, tinjau pikiran-pikiran yang mungkin menjadi landasan baginya dalam melakukan *binge eating*.

15. Bagaimana Anda memaknai makan?

- Apakah ada asosiasi tertentu?

16. *Tindak lanjut item 1*

- Mengapa Anda merasa tidak nyaman atau khawatir dengan bentuk tubuh Anda?
- Apa hal yang dilakukan untuk mengatasi perasaan tidak nyaman tersebut?

- Bagaimana persepsi ideal Anda mengenai bentuk atau berat badan?

17. *Tindak lanjut item 7*

- **Pastikan apakah dietnya berlangsung hingga saat ini atau pada waktu tertentu**
- **Pastikan apakah jawaban-jawaban dari item merupakan pengalaman pada saat diet atau bahkan diluar dari diet.**

18. *Tindak lanjut item 14*

- Mengapa demikian?
- Bagaimana cara Anda mengatasinya?
- Apa yang ada dipikiran Anda/ apa yang Anda pikirkan mengenai hal tersebut?

19. *Tindak lanjut item 15*

- Mengapa demikian?

D. DATA PSIKOSOSIAL

Psikologis

20. Bagaimana Anda mendeskripsikan kondisi mental Anda saat ini?
21. Menurut Anda, apa saja sumber stressor dari hidup Anda?
22. Bagaimana Anda melakukan *coping* atau penyelesaian dari stressor tersebut?
23. Bagaimana Anda menggambarkan pribadi Anda?
 - Apa yang Anda rasakan tentang diri Anda sendiri?

Sosial

24. Bagaimana hubungan Anda dengan orang-orang disekitar Anda?
***pertanyaan ini dapat terjawab pada bagian latar belakang partisipan**
25. Seringkali Anda menghabiskan waktu bersama siapa?
 - Bagaimana relasi Anda dengannya?
 - Apa yang biasa Anda lakukan?
26. Apakah Anda memperoleh support dari lingkungan sekitar Anda?
27. Apakah Anda aktif bermain sosial media?
 - Media sosial apa saja yang Anda miliki?
 - Berapa jam waktu yang Anda habiskan dalam sehari untuk bermain media sosial?

- Bagaimana perasaan Anda saat bermain media sosial?

Lampiran 4 – Informed Consent

LEMBAR PERSETUJUAN KEIKUTSERTAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : [REDACTED]

Usia : 22 Tahun

Alamat : [REDACTED]

Menyatakan persetujuan untuk ikut serta dalam penelitian yang dilakukan oleh **Adek Titiek Chumaerah**, mahasiswa Prodi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, di bawah bimbingan Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog, serta A. Juwita Amal., S.Psi., M.Psi., Psikolog, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran pengalaman terkait pola makan, meliputi makan berat, ringan, dan konsumsi minuman, serta pengaruh timbal baliknya terhadap aspek kehidupan. Keikutsertaan dalam penelitian ini dilakukan dengan penuh kesadaran secara sukarela tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi:

1. Data dan informasi yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian.
2. Mengikuti prosedur penelitian ini berupa wawancara, termasuk aturan-aturan yang berlaku selama penelitian berlangsung.
3. Mengizinkan peneliti untuk menggunakan alat bantu perekam untuk memudahkan penelitian serta untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang kurang lengkap.
4. Menyatakan kesediaan untuk dihubungi kembali oleh peneliti apabila terdapat informasi yang masih kurang lengkap.

Makassar, 8 September 2022

Peneliti



Adek Titiek Chumaerah

Partisipan



[REDACTED]

(Lanjutan)

LEMBAR PERSETUJUAN KEIKUTSERTAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ██████████

Usia : 21 Tahun

Alamat : ██████████

Menyatakan persetujuan untuk ikut serta dalam penelitian yang dilakukan oleh **Adek Titiek Chumaerah**, mahasiswa Prodi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, di bawah bimbingan Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog, serta A. Juwita Amal, S.Psi., M.Psi., Psikolog, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran pengalaman terkait pola makan, meliputi makan berat, ringan, dan konsumsi minuman, serta pengaruh timbal baliknya terhadap aspek kehidupan. Keikutsertaan dalam penelitian ini dilakukan dengan penuh kesadaran secara sukarela tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi:


1. Data dan informasi yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian.
2. Mengikuti prosedur penelitian ini berupa wawancara, termasuk aturan-aturan yang berlaku selama penelitian berlangsung.
3. Mengizinkan peneliti untuk menggunakan alat bantu perekam untuk memudahkan penelitian serta untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang kurang lengkap.
4. Menyatakan kesediaan untuk dihubungi kembali oleh peneliti apabila terdapat informasi yang masih kurang lengkap.

Makassar, 24 Agustus 2022

Peneliti


Adek Titiek Ch

Partisipan



(Lanjutan)

LEMBAR PERSETUJUAN KEIKUTSERTAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : 

Usia : 23 tahun

Alamat : 

Menyatakan persetujuan untuk ikut serta dalam penelitian yang dilakukan oleh Adek Titiek Chumaerah, mahasiswa Prodi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, dibawah bimbingan Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog, serta A. Juwita Amal., S.Psi., M.Psi., Psikolog, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran pengalaman terkait pola makan, meliputi makan berat, ringan, dan konsumsi minuman, serta pengaruh timbal baliknya terhadap aspek kehidupan. Keikutsertaan dalam penelitian ini dilakukan dengan penuh kesadaran secara sukarela tanpa paksaan dari siapapun dengan kondisi:

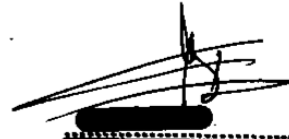
1. Data dan informasi yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan sesuai dengan kepentingan dan tujuan penelitian.
2. Mengikuti prosedur penelitian ini berupa wawancara, termasuk aturan-aturan yang berlaku selama penelitian berlangsung.
3. Mengizinkan peneliti untuk menggunakan alat bantu perekam untuk memudahkan penelitian serta untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang kurang lengkap.
4. Menyatakan kesediaan untuk dihubungi kembali oleh peneliti apabila terdapat informasi yang masih kurang lengkap.

Makassar, 26 Agustus 2022

Peneliti

Adek Titiek Ch.

Partisipan



Lampiran 5 – Tabel *Timeline* Pengambilan Data**TABEL *TIMELINE* PENGAMBILAN DATA**

No.	Kegiatan	Waktu	Keterangan
1	Menyebarkan skala	14-22 Juli 2022	<i>Online</i>
2	Menghubungi calon subjek	9 Agustus 2022	Tidak merespon
		13 Agustus 2022	Bersedia
		15 Agustus 2022	Tidak merespon
		18 Agustus 2022	Bersedia, namun ternyata tidak memenuhi kriteria usia
		19 Agustus 2022	Bersedia
		6 September 2022	Bersedia
			Tidak merespon
		13 September 2022	Bersedia, namun saat akan diwawancara tidak merespon
		15 September 2022	Tidak merespon
		25 September 2022	Tidak merespon
4 Oktober 2022	Bersedia		
3	Pengisian profil subjek 1	21 Agustus 2022	<i>Online</i>
4	Wawancara pertama subjek 1	24 Agustus 2022	<i>Offline</i>
5	Wawancara kedua subjek 1	2 September 2022	<i>Offline</i>
6	Wawancara ketiga subjek 1	4 Oktober 2022	<i>Offline</i>
7	Pengisian profil subjek 2	25 Agustus 2022	<i>Online</i>
8	Wawancara pertama subjek 2	26 Agustus 2022	<i>Offline</i>
9	Wawancara kedua subjek 2	17 November 2022	<i>Online</i>
10	Pengisian profil subjek 3	6 September 2022	<i>Online</i>
11	Wawancara pertama subjek 3	8 September 2022	<i>Offline</i>
12	Wawancara kedua subjek 3	8 Oktober 2022	<i>Offline</i>
13	Wawancara ketiga subjek 3	21 November 2022	<i>Online</i>

Lampiran 6 – Lembar Pernyataan Sikap Pengerjaan Transkrip Verbatim

LEMBAR PERNYATAAN SIKAP
MENJAGA KERAHASIAAN DATA WAWANCARA PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Pratiwi, S.A.P

Menyatakan bahwa saya **“Bersedia dan Berkomitmen”** menjaga kerahasiaan data subjek pada penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Adek Titiek Chumaerah

Program Studi: Psikologi

Fakultas : Kedokteran

Institusi : Universitas Hasanuddin

Saya bersedia dan berkomitmen untuk:

1. Menjaga kerahasiaan segala informasi yang saya dapatkan dari hasil wawancara penelitian.
2. Menghapus data audio/rekaman, file transkrip, maupun hal lain yang berkaitan dengan data penelitian setelah pelaporan kepada peneliti.
3. Menjaga anonimitas subjek penelitian dan tidak menyebarkan identitas maupun keterangan hasil wawancara.
4. Tidak melakukan konfirmasi kepada subjek terkait data, maupun menginformasikan data penelitian diluar kepentingan pelaporan kepada peneliti.

Apabila saya melanggar perjanjian ini, maka saya bersedia ditindaklanjuti sebagaimana mestinya

Makassar, 2 Desember 2022

Pembuat Pernyataan



(Nurul Pratiwi, S.A.P)

Lampiran 7 - Rekapitulasi Hasil Temuan Subjek

Tabel 1 Rekapitulasi Penyebab Munculnya *Binge Eating Behavior* Subjek DW

Contoh Pernyataan yang Mendukung	Tema Emergen	Tema Superordinat
<p>"Iya, kayak apa lagi, apa namanya, balas dendamnya begitu (tertawa pelan). makan banyak ka lagi, terus besoknya pi lagi deh diet (tertawa pelan)" (Partisipan 1 (DW), Pos. 542)</p> <p>"Terkadang kayak kubilang "nanti besok lagi deh" cheat day, cheat day kah, baru berkelanjutanki cheat day nya dibanding dietnya" (Partisipan 1 (DW), Pos. 919)</p>	Balas Dendam Diet	Makan Sebagai Stimulator
<p>"Iya, kayak lebih banyak senangnya, pleasure, apa, pleasure..... Kayak apadi kak, kayak enak, (tertawa pelan)" (Partisipan 1 (DW), Pos. 708-709)</p>	Sensory Pleasure	
<p>"Iya, kalau itu, eh, kalau misalnya ada kulihat makanan enak, pasti kumakan, meskipun nda laparka" (Partisipan 1 (DW), Pos. 644)</p>		
<p>"Anu juga iya kak ada perbedaan iya, kan dulu online ka kan dari semester satu sampai semester tiga, eh gimanaki di, kalau misalnya dibilang makan tidak pernahji ku skip karena ada terusji, ada terusji tersedia makanan. Bedaki kalau misalnya disini, disini teratur, eh teratur, disini tidak teratur sekali pola makanta lah. Karena begitumi, eh susah, susah, soal tersedianya makanan itu yang susahki di... jangkau. (Partisipan 1 (DW), Pos. 636)</p>	Ketersediaan	External Eating
<p>"kalau kupikirmi soal makanan,</p>	Pikiran Tentang Makan	Pikiran Tentang Makan

*tidak bisama, kalau nda anu,
nda makan"*

(Partisipan 1 (DW), Pos. 398)

*"Iya, intinya haruska ngunyah,
kalau lagi galau, stress"*
(Partisipan 1 (DW), Pos. 366).

*"...yang penting mengunyahka
karena kurasa, itu sedikit yang
bisa bantuka anu redakan
pusingku"* (Partisipan 1 (DW),
Pos. 1091)

Stres

Emotional Eating

*"Anusih kak, kan kalau misalnya
di rumah sama-samaka balala,
makanya, makanya toh biasa
baku berebutanka juga, karena,
kalau misalnya samaka
kakakku, tidak terlalu khawatir
cepat habis, karena kakakku
juga tidak terlalu anuji, tapi kalau
samaka adekku, baku, baku
anuma biasa, mungkin di itunya
ji iya"*

Kebiasaan makan
anggota keluarga

(Partisipan 1 (DW), Pos. 903)

*"...tapi biasa juga kalau
berlebihan sekali, kubilang "ih
mubazir, makanmi deh"*
(Partisipan 1 (DW), Pos. 868)

Sosial dan Budaya

*"Jadi biasa, itumi kemarin yang
kubilangiki kak, biasa banyaki
makanku itu biasa kalau kuliatki
makanan, banyaki, banyaki
sisanya jadi kalau kulihatki itu
makanan kayak mubazirki, jadi
haruski kuhabisi,"* (Partisipan 1
(DW), Pos. 568)

Belief tidak boleh
mubazir

(Lanjutan)

Tabel 2 Rekapitulasi Penyebab Munculnya *Binge Eating Behavior* Subjek PR

Contoh Pernyataan yang Mendukung	Tema Emergen	Tema Superordinat
<i>"Hmmm mm. kayak biasaka lapar, makanma. Kenyangka tapi dipikiranku kayak masih mauka makan, jadi kumakan lagi"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 680)	Pikiran Tentang Makan	Pikiran Tentang Makan
<i>"Baru kayak, masih berdekatanki waktunya, masih kupaksa makan, karena pikiranku mau makan, jadi makan, makanka"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 918)		
<i>"Hmm. Kayak itumi, emosiku kan, tidak bisa, kalau, kurang makanku kayak, lebih emosionalka, tidak bisaka kontrolki emosiku, dan kalau sudahma makan, happy ma, sudahmi, tidak adami, kayak hilangmi semua, biar skripsiku tidak kupikirmi juga"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 770)	Stabilisasi Emosi	<i>Emotional Eating</i>
<i>"Iya, bosanka karena ndada juga kubikin....makanya makanka"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 870)	Bosan	
<i>"Siang ke sore itu biasa kalau bosanma makanma"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 880)		
<i>"Bukan karena lapar, tidak bisaka tidur kalau tidak makanka"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 446)		
<i>"Tiap hari, karena tiap, kalau tiap kesinika, pulangka lagi tengah malam, pergika lagi makan, karena tidak bisaka juga tidur kalau tidak makanka"</i> (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 694)	Pemicu Kantuk	Makan Sebagai Stimulator
<i>"Mungkin karena kalau di</i>	Ketersediaan	<i>External Eating</i>

Pinrang, tidak, kupikirji apa, massuknya, buka kulkaska langsung adami makanan, langsung kupanasi saja, terus orangtuaku juga selalu siapkanka kayak indomi kalo malam tengah malam, jadi langsung kumasai kalo tengah malam” (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 439)

“Hmm mm, ndada yang bisa di masak, ndada kulkas juga disini. Kalo Grab juga kan nda 24 jam juga Grab” (Verbatim Partisipan 2 (PR), Pos. 624)

(Lanjutan)

Tabel 3 Rekapitulasi Penyebab Munculnya *Binge Eating Behavior* Subjek AY

Contoh Pernyataan yang Mendukung	Tema Emergen	Tema Superordinat
<p>“Baru kayak, kemauanku ji sih mau ngemil begitu. Kayak kebanyakan lapar mata” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 488)</p> <p>“Pikir kayak mau terus makan begitu” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 362)</p>	Pikiran Tentang Makan	Pikiran Tentang Makan
<p>“Kalo soal porsi keknya beda sih, keknya toh makin banyak kupikir makin banyak juga porsi makanku kalo sekali makan. Jadi makin kesini kurasa makin banyakki porsi ku klo sekali makan karena kadang kurasa nda cukupki” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 1071)</p>	Stres	
<p>“...kalau bosanka selaluka mau makan” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 574)</p>	Bosan	Emotional Eating
<p>“Lapar emosi, kayak bagaimana di? Karena anu, karena mood ku. Biasa nda mood ka, lebih seringka mau makan” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 600-601)</p> <p>“Malah sering, lebih sering makan biasa kalau bosan, karena stres, kalau sedih” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 432)</p>	Sedih	
<p>“Itumi kusengaja banyak makan karena mauka kasih tambai berat badanku, tapi susah sekali” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 336)</p> <p>“Karena kusengajai memang makan banyak biasa biar naik berat badanku” (Verbatim Partisipan 3 (AY), Pos. 1089)</p>	Menambah Berat Badan	Makan Sebagai Stimulator

*“kalau di rumah itu di kampung,
kayak ada terus makanan, jadi
tidak berhenti makanan”
(Verbatim Partisipan 3 (AY),
Pos. 370)*

Ketersediaan

External Eating

Lampiran 8 – Checklist Keabsahan Data Audit Trail

TABEL CHECKLIST KEABSAHAN DATA

No.	Data	Tanggal Audit
1.	Item identitas dan item skala	8 Juli 2022
2.	Hasil penyebaran skala	11 Agustus 2022
3.	Guideline interview	11 Agustus 2022
4.	<i>Informed Consent</i>	11 Agustus 2022
5.	Profil partisipan	15 Agustus 2022
6.	Pemilihan subjek	11 Agustus 2022
7.	Hasil dan tabel tema superordinat	31 Oktober 2022 24 November 2022
8.	Hasil temuan dan pembahasan	24 & 28 November
9.	Timeline pengambilan data	9 Desember 2022

Co-Supervisor



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., MA
NIP. 19810725 201012 1 004

Pembimbing 1



Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 198409112014042001

Pembimbing 2



A. Juwita Amal, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP.198103132021074001