

## Hubungan Tingkat Stres dengan Emotional Eating pada Ibu yang Bekerja di DKI Jakarta = Relationship Between Stress Level and Emotional Eating Among Working Mothers in DKI Jakarta

Syarifah Nafrah Albar, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920528784&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Zaman yang semakin modern membuat kehidupan perempuan semakin kompleks yang membuat peran seorang perempuan bertambah. Selain menjadi ibu rumah tangga, wanita juga memiliki peran yang lain menjadi wanita yang berkarir atau ibu yang bekerja. Adanya dampak negatif ibu bekerja yang paling utama, yaitu stress. Peningkatan stress yang terjadi dapat melakukan perubahan- perubahan yang salah satunya perubahan terhadap perilaku makan yang menjadi buruk. Perilaku makan yang buruk tersebut yang dimana salah satunya adalah emotional eating. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan emotional eating pada ibu yang bekerja di DKI Jakarta. Desain penelitian analitik kuantitatif. Sampel penelitian 108 responden, dengan teknik simple random sampling. Instrumen yang digunakan Perceived Stress Scale dan Dutch Eating Behavior Questionnaire. Dilakukan uji korelasi antara dua variabel dan menunjukkan hasil  $p=0.064$  ( $p>0.05$ ) yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan emotional eating pada ibu yang bekerja di DKI Jakarta. Penelitian ini menyarankan dilakukan promosi kesehatan oleh pihak layanan konsultasi keperawatan pada tempat kerja.

.....The increasingly modern era makes women's lives more complex which makes the role of a woman increase. Apart from being housewives, women also have other roles to play as career women or working mothers. The main negative impact of working mothers is stress. Increased stress that occurs can make changes, one of which is a change in eating behavior that is getting worse. This bad eating behavior, one of which is emotional eating. This study aims to determine the relationship between stress levels and emotional eating among working mothers in DKI Jakarta. Quantitative analytical research design. The research sample is 108 respondents, using simple random sampling technique. The instruments used were the Perceived Stress Scale and the Dutch Eating Behavior Questionnaire. A correlation test was carried out between the two variables and the results showed  $p=0.064$  ( $p>0.05$ ), which means that there is no relationship between stress levels and emotional eating among working mothers in DKI Jakarta. This study suggests health promotion by nursing consulting services in the workplace.