

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN *EMOTIONAL*
EATING PADA MAHASISWA PEREMPUAN YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

EGANANDA GRYZELA

NIM. 111711133020

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2020

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN *EMOTIONAL*
EATING PADA MAHASISWA PEREMPUAN YANG SEDANG
MENERJAKAN SKRIPSI**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
Universitas Airlangga Surabaya

Disusun Oleh:

EGANANDA GRYZELA

NIM. 111711133020

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA**

2020



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam Skripsi yang saya peroleh dari karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya, sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 28 November 2020

Penulis


(Egananda Gryzela)
NIM. 111711133020

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN *EMOTIONAL EATING* PADA
MAHASISWA PEREMPUAN YANG SEDANG MENGERJAKAN
SKRIPSI**

Surabaya, 27 November 2020

Skripsi ini telah disetujui oleh
Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi



Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.
NIP. 198303042006042004

HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI UNIVERSITAS AIRLANGGA

Naskah skripsi dengan identitas berikut ini:

Penulis : Egananda Gryzela
NIM : 111711133020
Judul : Hubungan antara Stres dengan Emotional Eating pada
Mahasiswa Perempuan yang sedang Mengerjakan Skripsi

telah disetujui oleh dosen pembimbing penulisan skripsi dan telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal, 21 Desember 2020

Dosen pembimbing : Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc
198303042006042004

Ketua penguji : Endang R. Surjaningrum, M.AppPsych., Ph.D.,
Psikolog
197102221998022001

Sekretaris penguji : Afif Kurniawan, M.Psi., Psikolog
198510142010121002

Anggota penguji : Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc
198303042006042004

Surabaya, 06 Januari 2021

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.

NIP. 198303042006042004

HALAMAN MOTTO

“Waktu dari setiap orang untuk merasakan kesuksesan itu berbeda beda bagaikan matahari dan bulan. Mungkin orang lain sukses sekarang seperti ketika matahari sedang bersinar, namun jika malam sudah tiba maka waktunya kita untuk bersinar seperti bulan”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk Papa dan Mama serta Kakak dan teman-teman yang selalu memberikan semangat, dukungan dan doa yang tak terhingga kepada penulis ♥

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga nantinya ilmu yang didapatkan oleh peneliti dapat bermanfaat, baik itu bagi penulis sendiri maupun orang lain. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, namun tentunya berkat dorongan dan dukungan dari berbagai pihak, skripsi ini dapat terselesaikan. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kemampuan, kesehatan, rezeki, dan izin-Nya dalam pengerjaan skripsi hingga selesai.
2. Papa dan Mama yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, bantuan, saran, motivasi, dan juga doa yang tidak henti-hentinya diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa juga Kakak Anjri, atas bantuan dan dukungannya untuk menghibur penulis dikala sedang kesusahan.
3. Prof. Dr. Suryanto, M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
4. Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc, selaku dosen pembimbing penulis selama seminar hingga penyusunan skripsi. Terima kasih telah meluangkan waktunya dalam membantu, memberikan arahan, motivasi, serta dukungan kepada peneliti hingga akhir penyusunan skripsi.

5. Dr. Duta Nurdibyanandaru, MS., Psikolog, selaku dosen wali selama semester satu hingga semester enam yang memberikan bimbingan dan saran selama penulis menempuh bangku perkuliahan.
6. Aryani Tri Wrastari, S.Psi., M.Ed (ReEvAss), Ph.D, selaku dosen wali selama semester tujuh yang memberikan bimbingan dan saran selama penulis menempuh bangku perkuliahan.
7. Seluruh responden yang telah meluangkan waktunya untuk membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh dosen, staff, dan karyawan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga atas ilmu dan pelajaran yang telah diberikan kepada penulis.
9. Kakak tingkat Ilena Dwika dan Sofiyah Yuniaty atas izin dan dukungan yang diberikan kepada penulis untuk pemakaian alat ukur.
10. Teman Seperjuangan yang selalu siap sedia, Dinda. Terima kasih karena sudah mendengar keluh kesah dan juga melepas penat dengan karaoke bersama serta selalu memberi dukungan kepada penulis.
11. Teman Gendud-ku, Zahra, Tika, Nai yang sudah menemani penulis sejak tahun pertama perkuliahan hingga saat ini. Terima kasih atas saran, motivasi, dukungan, dan tentunya menjadi tempat bercerita.
12. Teman Sukses Seminar dan Geliga Dance Club, Khofifah, Galuh, Itin, Debby, Salsa. Terima kasih untuk segala optimisme, semangat yang tak henti-hentinya diucapkan, bantuan, motivasi, dan doa. Terima kasih sudah berbagi suka dan duka selama pengerjaan seminar dan skripsi, serta menemani hari-hari bersama di peminatan klinis dan kesehatan mental.

13. Teman-teman Sie Fasilitator SDPC 2018 dan SDPX 2019. Terima kasih sudah menjadi tempat untuk melepas kesedihan dan tertawa bersama. Terima kasih sudah megajarkan untuk bekerja sama, kerja keras, dan arti ‘keluarga’ di kepanitiaan.
14. Adik-adik kelompok Ottorank dan Rotter, Risko, Jasmine, Fifi, Audrey, Ratri, Megie, Ica, Salsa, Nabila, Mida, Michael, Ivan, Fify, Queena, Tamara, Anya, Gresika, Difa, Annisa, dan KinKin. Terima kasih banyak atas semangat dan dukungan yang selalu diberikan kepada penulis.
15. Teman-teman KKN Ngingas, Ardel, Nancy, Yasmin, Isna, Lila, Devi, Isma, Ulin, dan Rifa’i. Terima kasih atas kerja keras selama pelaksanaan KKN dan juga semangat dan dukungan yang diberikan kepada penulis.
16. Teman-teman *mutual twitter*. Terima kasih atas segala semangat, dukungan, dan hiburan yang diberikan kepada penulis serta sebagai tempat melepas penat bersama.
17. Teman *cangs* dadakan, Ardel dan Nancy. Terima kasih sudah menjadi tempat untuk bercerita dan berdiskusi serta memberikan dukungan dan semangat kepada penulis baik ketika SMA dan saat ini.
18. Dan segenap pihak-pihak yang ikut memberikan bantuan dan doa bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Surabaya, 28 November 2020

Penulis