

**MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA
WACANA DENGAN BERAT BADAN LEBIH**

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran
Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh

DIKA CHRISTIYANTI PANGARSO

41120014

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2016

**MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA
WACANA DENGAN BERAT BADAN LEBIH**

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran
Pada Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Duta Wacana



Disusun Oleh

DIKA CHRISTIYANTI PANGARSO

41120014

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA
YOGYAKARTA**

2016

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul :

MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DENGAN BERAT BADAN LEBIH

Telah diajukan dan dipertahankan oleh :

DIKA CHRISTIYANTI PANGARSO

41120014

Dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

Dan dinyatakan DITERIMA

Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Kedokteran pada tanggal 27 Juni 2016

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. dr. Mahar Agusno, Sp. KJ (K)
(Dosen Pembimbing I)
2. dr. Maria Silvia Merry, M. Sc
(Dosen Pembimbing II)
3. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH
(Dosen Penguji)



Yogyakarta, 27 Juni 2016

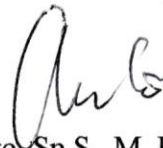
Disahkan oleh



Dekan,

Prof. Dr. dr. J.W. Siagian, Sp. PA

PJS Wakil Dekan I Bidang Akademik



dr. Sugianto, Sp.S., M. Kes., Ph.D

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul:

MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DENGAN BERAT BADAN LEBIH

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi saya ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 27 Juni 2016



(Dika Christiyanti Rangarso)

41120014

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana, yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Dika Christiyanti Pangarso

NIM : 41120014

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana Hak bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Exclusive-Free Right*), atas karya ilmiah saya yang berjudul:

MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DENGAN BERAT BADAN
LEBIH

Dengan Hak bebas Royalti Non Eksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 27 Juni 2016

Yang menyatakan,



Dika Christiyanti Pangarso

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala berkat, kekuatan, penyertaan, dan kasih-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Motivasi Pola Makan Mahasiswa dengan Berat Badan Lebih di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana”. Maksud penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana. Karya Tulis ilmiah ini dapat terselesaikan karena bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Prof. dr. J.W. Siagian, Sp.PA, selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.
2. dr. Mahar Agusno, Sp. KJ (K) selaku dosen pembimbing pertama dan dr. Maria Silvia Merry, M. Sc selaku dosen pembimbing dua yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, dukungan, dan ilmu yang berharga serta selalu sabar dalam mendampingi penulis dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
3. dr. Mitra Andini Sigilipoe, MPH selaku dosen penguji yang telah menyediakan waktunya dan memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

4. Para Informan yang telah bersedia dan mau meluangkan waktunya untuk diwawancarai sehingga didapatkan informasi yang berharga bagi penelitian ini.
5. Kak Siti Fata dan Vanya sebagai asisten penelitian yang sudah meluangkan waktunya dan bersedia membantu dalam proses wawancara ini.
6. Keluarga tercinta, ibu, bapak dan adik yang selalu memberikan doa, semangat serta dukungan kepada penulis dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Sahabat tersayang, Priska Pinki, Ovie Christy, Annisa Cinyaning, Yuliana Triwardhani, Ratna Dewi, Maria sisilia, dan Jojo yang telah menjadi tempat berbagi dan bercerita serta selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
8. Teman-teman seperjuangan, Erika, Fannie, Amel, dan Devin yang selalu bersama dan saling memberikan semangat dan dukungan dalam menghadapi kesulitan saat penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Keluarga CIMSA tersayang, Vincent, Bayu, Aan, Jesisca, Mega, Priska, Adhi, Yoki, Beatric, Yosa, Laura, Tere, dan yang lain yang tidak bisa disebutkan satu per satu.
10. Kakak kakak terkasih, kak Neni, Kak Engie, Kak Mark, yang sudah bersedia membagi pengalaman, memberi masukan yang bermanfaat, menjadi tempat bertanya penulis, dan juga memberikan semangat.

11. Kak Stevan yang telah meminjamkan alat perekamnya sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
12. Teman korea tersayang, Sostenia Violetta Tamzir, yang sudah memberikan semangat, doa, dan dukungan kepada penulis.
13. Semua Sejawat Medical UKDW 2012 yang sudah memberikan masukan dan semangat bagi penulis.
14. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah berjasa dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.

Yogyakarta, Juni 2016

Penulis

DAFTAR ISI

JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Masalah Penelitian	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.5 Keaslian Penelitian	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Tinjauan Pustaka	6
2.1.1 Motivasi	6
2.1.1.1 Definisi dan klasifikasi	6
2.1.2 Perilaku	7
2.1.3 Motivasi makan.....	8
2.1.4 Pola Makan	8
2.1.5 Berat Badan Lebih.....	13
2.1.5.1 Definisi dan etiologi	13
2.1.5.2 Kriteria berat badan lebih	14
2.2 Landasan Teori	15
2.3 Kerangka Konsep Penelitian	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
3.1 Desain Penelitian	17
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	17
3.3 Populasi dan Sampling	17
3.4 Definisi Operasional.....	18
3.5 Alat (Instrumen)	19

3.6	Pelaksanaan Penelitian	19
3.7	Analisis Data	21
3.8	Uji Keabsahan Data.....	22
3.9	Jadwal Penelitian.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		23
4.1	Hasil.....	23
4.1.1	Informan A	23
4.1.2	Informan B	26
4.1.3	Informan C	28
4.1.4	Informan D	29
4.1.5	Informan E	30
4.1.6	Informan F	30
4.1.7	Informan G	31
4.2	Pembahasan	32
4.2.1	Motivasi Makan	33
4.2.2	Motivasi Pemilihan Jenis Makanan.....	34
4.3	Keterbatasan Penelitian	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		38

5.1	Kesimpulan.....	38
5.2	Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA		40

©UKDWN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	3
Tabel 2.2 Kategori Indeks Masa Tubuh.....	14
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	22

©UKDWN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian	16
---	----

©UKDW

**MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DENGAN BERAT BADAN LEBIH**

Pangarso, D. C*., Agusno, M., Merry, S. M.

Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
Korespondensi: Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5-25
Yogyakarta 55524, Indonesia. Email: Kedokteran@ukdw.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Berat badan lebih merupakan masalah gizi yang selalu meningkat setiap tahun. Berat badan lebih dapat meningkatkan resiko penyakit kardiovaskular yang mortalitasnya tinggi. Salah satu faktor yang berpengaruh dalam angka kejadian berat badan lebih adalah pola makan. Penerapan pola makan didasari oleh dorongan atau motivasi untuk mengkonsumsi makanan.

Tujuan : untuk mengetahui secara mendalam motivasi pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dengan berat badan berlebih.

Metode dan subjek : Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *in depth interview*. Subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 7 orang mahasiswa.

Hasil : Motivasi makan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh kesukaan makanan, emosi, stress, kondisi sakit, keadaan ekonomi, suasana tempat makan, teman, keluarga, dan pasangan, harga makanan, aksesibilitas dan ketersediaan makanan, dan pengetahuan.

Kesimpulan : Motivasi pola makan mahasiswa dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu motivasi mengkonsumsi makan itu sendiri dan motivasi pemilihan makanan.

Kata Kunci : Mahasiswa fakultas kedokteran UKDW, mahasiswa, motivasi, pola makan, berat badan lebih.

**EATING MOTIVATION OF MEDICAL STUDENT OF FACULTY OF MEDICINE
DUTA WACANA CHRISTIAN UNIVERSITY WITH OVERWEIGHT**

Pangarso, D. C*., Agusno, M., Merry, S. M..

Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University
Correspondence: Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5-25
Yogyakarta 55524, Indonesia. Email: Kedokteran@ukdw.ac.id

ABSTRACT

Background : Overweight is one of major nutrition issue and its prevalence increasing every year. Overweight increase incident of cardiovascular disease that have high mortality rate. One of factor that influence to overweight is eating motivation. Eating motivation comes from a drive to eat something.

Objective : The goal of this study is to know about eating motivation of medical student of Duta Wacana Christian University with overweight.

Method : This study is a qualitative study, using in depth interview. The subject of this study are 7 medical student of Duta Wacana Christian University.

Result : Eating motivation of student influenced by preference of taste, mood, stress, sick condition, economy condition, situation of the place that they eat, friends, family, and couple, food price, accessibility and availability of food, and education.

Conclusion : eating motivation influenced by eating motivation it self and motivation to choose what to eat

Keywords : Medical Student of Duta Wacana Christian University, motivation, eating pattern, overweight

**MOTIVASI POLA MAKAN MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA DENGAN BERAT BADAN LEBIH**

Pangarso, D. C*., Agusno, M., Merry, S. M.

Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
Korespondensi: Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5-25
Yogyakarta 55524, Indonesia. Email: Kedokteran@ukdw.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Berat badan lebih merupakan masalah gizi yang selalu meningkat setiap tahun. Berat badan lebih dapat meningkatkan resiko penyakit kardiovaskular yang mortalitasnya tinggi. Salah satu faktor yang berpengaruh dalam angka kejadian berat badan lebih adalah pola makan. Penerapan pola makan didasari oleh dorongan atau motivasi untuk mengkonsumsi makanan.

Tujuan : untuk mengetahui secara mendalam motivasi pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dengan berat badan berlebih.

Metode dan subjek : Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode *in depth interview*. Subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 7 orang mahasiswa.

Hasil : Motivasi makan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh kesukaan makanan, emosi, stress, kondisi sakit, keadaan ekonomi, suasana tempat makan, teman, keluarga, dan pasangan, harga makanan, aksesibilitas dan ketersediaan makanan, dan pengetahuan.

Kesimpulan : Motivasi pola makan mahasiswa dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu motivasi mengkonsumsi makan itu sendiri dan motivasi pemilihan makanan.

Kata Kunci : Mahasiswa fakultas kedokteran UKDW, mahasiswa, motivasi, pola makan, berat badan lebih.

**EATING MOTIVATION OF MEDICAL STUDENT OF FACULTY OF MEDICINE
DUTA WACANA CHRISTIAN UNIVERSITY WITH OVERWEIGHT**

Pangarso, D. C*., Agusno, M., Merry, S. M..

Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University
Correspondence: Faculty of Medicine Duta Wacana Christian University
Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No. 5-25
Yogyakarta 55524, Indonesia. Email: Kedokteran@ukdw.ac.id

ABSTRACT

Background : Overweight is one of major nutrition issue and its prevalence increasing every year. Overweight increase incident of cardiovascular disease that have high mortality rate. One of factor that influence to overweight is eating motivation. Eating motivation comes from a drive to eat something.

Objective : The goal of this study is to know about eating motivation of medical student of Duta Wacana Christian University with overweight.

Method : This study is a qualitative study, using in depth interview. The subject of this study are 7 medical student of Duta Wacana Christian University.

Result : Eating motivation of student influenced by preference of taste, mood, stress, sick condition, economy condition, situation of the place that they eat, friends, family, and couple, food price, accessibility and availability of food, and education.

Conclusion : eating motivation influenced by eating motivation it self and motivation to choose what to eat

Keywords : Medical Student of Duta Wacana Christian University, motivation, eating pattern, overweight

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan di dunia yang masih memerlukan perhatian khusus adalah masalah gizi. Salah satu masalah gizi yang selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya dan menjadi penyebab angka kematian yang tinggi adalah berat badan lebih (*World Health Organization*, 2015). Peningkatan angka kematian sebagai akibat dari berat badan yang berlebih adalah karena meningkatnya faktor risiko penyakit, seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, diabetes melitus, tingginya konsentrasi lemak dalam darah, stroke, penyakit ginjal (*National Institute of Health*, 2012). Data *World Health Organization* (2015) menyatakan adanya peningkatan angka kejadian berat badan lebih dari tahun 2008 dengan prevalensi sebesar 35% usia dewasa (usia lebih dari 18 tahun) meningkat menjadi 39% atau sebanyak 1,9 juta orang pada tahun 2013. Prevalensi berat badan berlebih pada usia dewasa di Indonesia sebanyak 13,5% (Kemenkes RI, 2013).

Faktor yang berpengaruh dalam angka kejadian berat badan lebih antara lain: genetik, stress, gaya hidup yaitu pola makan, dan aktivitas fisik (*Australian Bureau of Statistics*, 2014). Pola makan merupakan proses pembentukan dari dua faktor, yaitu faktor internal yang meliputi pengetahuan, persepsi, dan motivasi. dan faktor eksternal. Motivasi menjadi dasar seseorang dalam melakukan suatu

tindakan, yang dapat berasal dari dalam diri (internal) dan luar diri (eksternal) (Geissler dan Powers, 2005; Notoatmodjo, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Riska dan Darmadi di Jakarta pada tahun 2010 menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran yang mengalami kelebihan berat badan adalah sebesar 20,14%. Pengamatan singkat yang dilakukan peneliti pada tahun 2016 menemukan bahwa presentase mahasiswa berat badan lebih di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana adalah sebesar 35%.

1.2 Masalah Penelitian

Dari latar belakang tersebut dapat diangkat permasalahan bagaimana motivasi pola makan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana yang mengalami berat badan berlebih

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui motivasi pola makan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dengan berat badan lebih.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti lain

1. Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam pengembangan penelitian mengenai pola makan mahasiswa

1.4.2 Manfaat Bagi Mahasiswa

1. Penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan
2. Penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi mengenai pola makan diri sendiri.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Penulis (tahun)	Judul	Metode	Hasil
Setyani, Rahmi (2005)	Hubungan Antara Motivasi Makan dan Perilaku Makan pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada	<i>Cross sectional</i> dengan menggunakan <i>Motivation for Eating Scale</i> (MFES) dan <i>Eating Attitude Test- 26</i> (EAT-26)	Perbedaan motivasi makan antara laki-laki dan perempuan karena faktor lingkungan dan fisik; motivasi makan dikaitkan dengan perilaku makan pada perempuan saja tidak pada laki laki
Yani, Sri; Syam, Aminuddin; Alharini, Sri'ah (2014)	Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Makan dengan Overweight dan Obesitas pada Mahasiswa Universitas	Survei <i>cross sectional</i> dengan sampel 71 orang	variabel yang tidak berhubungan dengan obesitas adalah pengetahuan ($p=0,595<0,05$), asupan energi ($p=0,586<0,05$), asupan protein ($p=0,480<0,05$), asupan karbohidrat ($p=0,843<0,05$) dan serat

Hasanuddin
Angkatan 2013

($p=0,928 < 0,05$). Variabel yang berhubungan dengan obesitas adalah asupan lemak ($p=0,048 > 0,05$)

Penulis (tahun)	Judul	Metode	Hasil
Annisa, Narul; Indriasari, Rahayu; Yustini (2014)	Persepsi Remaja tentang Obesitas dan Perilaku Makan Terkait Obesitas di SMA Katolik Cendrawasih Makasar	Kualitatif dengan sampel sebanyak 12 orang	Siswa siswi mengetahui arti dari obesitas, penyebab, dan dampaknya, lainnya menganggap bahwa obesitas merupakan sesuatu yang tidak perlu dicemaskan. 2 lainnya tidak mengetahui arti dari obesitas. Siswa dan siswi sebagian memiliki porsi makan berlebih, 4 lainnya mengungkapkan memiliki porsi makan yang biasa saja.
Deliens, T., Clarys, P, Bourdeaudh uji, I. De., Deforche, B. (2014)	faktor determinan perilaku makan pada mahasiswa	Kualitatif dengan diskusi grup terfokus	Motivasi makan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor diri sendiri, hubungan sosial, lingkungan fisik, dan lingkungan makro (iklan).

Penelitian oleh Setyani, dilakukan pada mahasiswa keperawatan di Jogja, yaitu Universitas Gajah Mada dan menggunakan metode kuantitatif. Kemudian, Penelitian oleh Yani, Syam, dan Alharini tahun 2014, dilakukan pada mahasiswa Universitas Hasanudin dan menggunakan metode kuantitatif. Pada penelitian serupa yang ketiga, dilakukan pada siswa SMA Katolik Cendrawasih di Makasar oleh

Annisa, Indriasari, Yustini pada tahun 2014 dengan metode kualitatif. Penelitian serupa yang terakhir, yang dilakukan oleh Deliens, Clarys, Bourdeaudhuji, Deforche ditahun 2014, dilakukan pada mahasiswa dan dengan menggunakan metode kualitatif. Perbedaan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah pada penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif. Perbedaan penelitian yang akan dilaksanakan dengan penelitian serupa sebelumnya adalah pada penelitian ini menggunakan metode kualitatif pada mahasiswa kedokteran.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pada informan A didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah kecenderungan menyukai rasa tertentu, pengaruh dari teman dan pasangan, sebagai cara untuk menyelesaikan masalah, harga makanan yang murah, banyak tersedianya makanan dan pengetahuan tentang kesehatan.
2. Pada infroman B didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah kecenderungan menyukai rasa tertentu, sering berkumpul dengan teman, cara untuk menghilangkan sedih, marah, memulihkan dari sakit, kemudahan mendapat makanan, saat menstruasi, dan kesadaran akan kesehatan.
3. Pada informan C didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah Menyukai makan, harga makanan yang murah, sebagai pelengkap saat berkumpul bersama teman, saat merasakan senang, dan ketersediaan makanan di rumah saat bersama orang tua.

4. Pada informan D didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah Ketersediaan makanan dan jarak tempat makan yang dekat, saat merasakan senang, untuk meredakan stress dan sedih, dan harga makanan yang murah.
5. Pada informan E didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah Menyukai makan di tempat yang mahal, dapat membantu saat belajar, saat perut merasa sakit atau merasa lemas, dan saat pergi bersama teman.
6. Pada informan F didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah saat pergi bersama teman, melihat makanan yang dimakan oleh teman, saat mempunyai uang lebih, dan pengetahuan akan kesehatan.
7. Pada informan G didapat kesimpulan bahwa motivasi makannya adalah karena mudah lapar, merasa senang saat makan, harga makanan yang murah, dan untuk meredakan stress.

5.2 Saran

Peneliti menyarankan agar selanjutnya dapat dilakukan penelitian mengenai motivasi makan pada individu yang memiliki persepsi tubuhnya kurang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, Narul., Indriasari, Rahayu., Yustini. (2014) *Persepsi Remaja Tentang Obesitas dan Perilaku Makan Terkait Obesitas di SMA Katolik Cendrawasih Makassar*. Universitas Hasanuddin
- Australian Bureau of Statistics. (2014) *Australian Health Survey: Nutrition first results – foods and nutrients, 2011-2012*. ABS cat. no. 4364.0.55.007. Canberra: ABS. Laman tersedia di: <http://www.aihw.gov.au/overweight-and-obesity/causes/> [diakses tanggal 25 Januari 2016]
- Batubara, Jose. R.L, dkk. (2010) *Buku Ajar Endokrinologi Anak Edisi I*. Jakarta: Badan Penerbit IDAI
- Borkowski, Nancy. (2011) *Organizational Behavior in Health Care Second Edition*. Sudbury: Jones and Bartlett Publishers.
- Carlson, R Neil. (2013) *Physiology of Behaviour eleventh edition*. USA: Pearson
- Center for Disease Control and Prevention. (2015) *About Adult BMI*. Laman tersedia di: http://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/adult_bmi/index.html. [diakses tanggal 8 Febuari 2016]
- Chakravarthy, M. V., dan F. W. Booth. (2004) Eating, exercise, and “thrifty” genotypes connecting the dots toward and evolutionary understanding of modern chronic disease. *Journal of Applied Physiology*.

- Chhaya S, Jadav P. (2012) *Dietary and Lifestyle Pattern in Relation to Overweight and Obesity Among The Medical and Nursing Student*. Vol-2 No-3.IJRRMS.
- Clarke, JE (1998) *Taste and flavour: their importance in food choice and acceptance*. *Proceedings of the Nutrition Society* 57: 639-643 dalam Bellisle, France (2004). *The Determinants of Food Choice*. European Food Information Council. Laman tersedia di <http://www.eufic.org/article/en/expid/review-food-choice/> [diakses tanggal 15 Juni 2016]
- Contento, I. R. (2010) *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice. Overview of Determinants of Food Choice and Dietary Change: Implications for Nutrition Education*. Jones and Bartlett Publishers.
- Contento, I. R., P. Zybert, dan S. S. Williams. (2005) Relationship of cognitive restraint of eating and disinhibition to the quality of food choice of Latina women and their young children. *Preventive Medicine*.
- de Castro, J. M. (1995) The relationship of cognitive restraint to the spontaneous food and fluid intake of free living humans. *Physiology and Behavior*.
- Deliens, T., Clarys, P, Bourdeaudhuji, I. De., Deforche, B. (2014) *Determinants of eating behaviour in university students: a qualitative study using focus group discussions*. Laman tersedia di <http://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-14-53> [diakses tanggal 18 Juni 2016]

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2011) *Pedoman Praktis Memantau Status Gizi Orang Dewasa*. Laman tersedia di: <http://www.gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2011/10/ped-praktis-stat-gizi..> [diakses tanggal 9 Febuari 2016]

Drewnowski, A., N. Darmon, dan A. Briend. (2004) Replacing fats and sweets with vegetables and fruits-a question of cost. *American Jurnal of Public Health*.

Dye, L dan Blundell, J. E. (1997) *Menstrual Cycle and Appetite Control: Imlications for Weight Regulation*. BioPsychology Group, Department of Psychology, University of Leeds. Laman tersedia di <http://humrep.oxfordjournals.org/content/12/6/1142.full.pdf> . Diakses tanggal 25 Juni 2016

Edwards, C. D. (1999) *Motivation dan Emotion: Evolutionary, Physiological, Cognitive, and Social Influences*. USA: Sage Publications.

Feunekes, G. I., C, de Graaf, S. Meyboom, dan W. A. van Staveren. (1998) Food choice and fat intake of adolescents and adults: Associations of intakes within social networks. *Preventive Medicine*.

Fisher, J. O., D. C. Mitchell, H. Smiciklas-Wright, dan L. L. Birch. (2002) Parental influences on young girls' fruit and vegetable, micronutrient, and fat intakes. *Journal of the American Dietetic Association*.

- Flegal KM, Carroll, MD., Kit, BK., Ogden, CL. (2012) Prevalence of obesity and trends in the distribution of body mass index among US adults, 1999–2010. *Journal of the American Medical Association*; 307(5):491–97. Laman tersedia di: <http://jama.jamanetwork.com/article.aspx?articleid=1104933> External Link
Disclaimer [diakses tanggal 23 Januari 2016]
- Geissler, Catherine dan Powers, Hilary. (2005) *Human Nutrition and Dietetics*. UK: Elsevier Churchill Livingstone.
- Gillman, M. W., S. L. Rifas-Shiman, A. L. Frazier, dkk. (2000) Family dinner and diet quality among older children and adolescents. *Archives of Family Medicine*.
- Glanz, K. M. Basil, E. Maibach, J. Goldberg, dan D. Snyder. (1998) Why Americans eat what they do: Taste, nutrition, cost, convenience, and weight control concerns as influences on food consumption. *Journal of Experimental Child Physiology*.
- Green, L., Kreuter, M. (2005) *Health program planning: An educational and ecological approach*. 4th Edition. New York, NY: McGraw-Hill.
- Harvard Health Publication. (2012) *Why Stress Causes People to Overeat*. Harvard Medical School. Laman tersedia di <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4214609/> [diakses 18 Juni 2016]

Harvard Health Publications. (2009) *Why People Become Overweight*. Harvard University. Laman tersedia di: <http://www.health.harvard.edu/staying-healthy/why-people-become-overweight>. [diakses tanggal 7 Febuari 2016]

Johnson, J.R., dkk. (2007) *Potential Role of Sugar (Fructose) In The Epidemic of Hypertension, Obesity and The Metabolic Syndrome, Diabetes, Kidney Disease, and Cardiovascular Disease*. American Society for Clinical Nutrition. Laman tersedia di: <http://ajcn.nutrition.org/content/86/4/899>. [diakses tanggal 14 Maret 2016]

Kementerian Kesehatan RI. (2011) *Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Strategi Nasional Penerapan Pola Konsumsi Makanan dan Aktifitas Fisik untuk Mencegah Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI.

Kementrian Kesehatan RI. (2013) *Riset Kesehatan Dasar*. Laman tersedia di: <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskasdas%202013.pdf> [diakses tanggal 23 january 2016]

Koball, A., M, M.R., Storfer-Isser, A., Domoff, S.E., Musher-Eizenman, D.R. (2012). *Eating when bored: Revision of the emotional eating scale with a focus on boredom*. Health Psychology.

Larson, N dan Story, M. (2009) *A review of environmental influences on food choices*. Ann Behav Med.

Lennernas, M., C. Fjellstrom, W. Becker, dkk. (1997) Influences on food choice perceived to be important by nationally-representative samples of adults in the European Union. *European Journal of Clinical Nutrition* 51 (Suppl 2).

Lowe, M. R. (2003) Self-regulation of energy intake in the prevention and treatment of obesity: Is it feasible? *Obesity Research* 11 (suppl).

Macht, M. (2008) How emotions affect eating: A five-way model. *Appetite*. 50, 1-11 dalam Economy, Alexandra (2013). Exploring The Association Between Emotions And Eating Behavior. Winona State University

Macintosh, W. W. (1996) *Sociologies of Food and Nutrition*. New York: Plenum Press.

Mensink, F dan Feunekes, G. (2015) Fact Sheet : *Influence of the Physical Environment on Eating Behavior*. Netherlands Nutrition Centre. Laman tersedia di

<http://www.voedingscentrum.nl/Assets/Uploads/voedingscentrum/Documents/Professionals/Pers/Factsheets/English/Factsheet%20invloed%20omgeving%20oetgedrag%20engelse%20versie%20vormgeving%20DEF%20LR.pdf>

[diakses tanggal 18 Juni 2016]

National Institute of Health: National Heart, Lung and Blood Institute. (2012) *What Causes Overweight and Obesity?* . Laman tersedia di:

<http://www.nhlbi.nih.gov/health/health-topics/topics/obe/causes> [diakses tanggal 11 Maret 2016]

Notoatmodjo. (2010) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Ogden CL, Carroll, MD., Kit, BK., Flegal, KM. Prevalence of obesity and trends in body mass index among US children and adolescents, 1999–2010. *Journal of the American Medical Association*. 2012; 307(5):483–90. Laman tersedia di: <http://jama.jamanetwork.com/Mobile/article.aspx?articleid=1104932> External Link Disclaimer [diakses tanggal 23 Januari 2016]

Oxford Royale Academy. (2013) *Life As A Medical Student: 12 Things You Really Have to Know*. Oxford Royale Academy. Laman tersedia di: <http://www.oxford-royale-co.uk/articles/life-as-a-medical-student.html>. [diakses tanggal 7 Februari 2016]

Renner, B., Sproesser, G., Strohbach, S., Schupp, H. T. (2012) Appetite *Why we eat what we eat. The Eating Motivation Survey (TEMS)*

Sajwani, R.A., S. S, R, Raza, M.M. Sheikh and Q. Rashid dkk. (2009) Knowledge and practice of healthy lifestyle and dietary habits in medical and non-medical student of Karachi, Pakistan.

Sastroasmoro, S dan Ismael, S. (2011) *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis* edisi 4. Jakarta: Sagung Seto

- Savage, J. M., Fisher, J. O., Birch, L. L. (2007) *Parental Influence on Eating Behavior: Conception to Adolescence*. Laman tersedia di <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2531152/> [diakses tanggal 18 Juni 2016]
- Setyani, R. (2005) *Hubungan Antara Motivasi Makan dan Perilaku Makan pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada*. Universitas Gajah Mada.
- Shah, Y. J dan Gardner, L.W (eds). (2008) *Handbook of Motivation Science*. New York: The Guilford Press.
- Shahbazian, E., Rogova, G. (2010) *Human System Integration to Enhance Maritime Domain Awareness for Port/Harbour Security*. IOS Press
- Sherwood, L. (2011) *Fisiologi Manusia: Dari Sel ke Sistem Edisi 6*. Jakarta: EGC
- Siagian, P. S. (2012) *Teori Motivasi dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Suarli dan Bahtiar. (2010). *Manajemen Keperawatan dengan Pendekatan Praktis*.
- Swinburn, Boyd dkk. (2009) *Increased Food Energy Supply Is More Than Sufficient To Explain the US Epidemic of Obesity*. American Society for Clinical Nutrition. Laman tersedia di: <http://ajcn.nutrition.org/content/90/6/1453.long>. [diakses tanggal 14 Maret 2016]

World Health Organization. (2002) *IARC Handbooks of Cancer Prevention: Weight Control and Physical Activity*. Volume 6. USA: IARC Press.

World Health Organization. (2015) *Obesity and Overweight*. Laman tersedia di: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/> [diakses tanggal 23 January 2016]

Yani, Sri., Syam, Aminuddin., Alharini, Sri'ah. (2014) *Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan dengan Overweight dan Obesitas pada Mahasiswa Universitas Hasanuddin Angkatan 2013*. Universitas Hasanuddin

Yau, Y. H. C., Potenza, N. M. (2013) *Stress and Eating Behaviour*. Laman tersedia di <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4214609/> [diakses tanggal 18 Juni 2016]