

**PERILAKU MAKAN *JUNK FOOD* PADA MAHASISWA KOST
DITINJAU DARI POLA MAKAN SEHAT DALAM KELUARGA**

SKRIPSI

ANDREAS NICO TRISNASAPUTRA
10.40.0112



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2016

**PERILAKU MAKAN *JUNK FOOD* PADA MAHASISWA KOST
DITINJAU DARI POLA MAKAN SEHAT DALAM KELUARGA**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
untuk Memenuhi sebagian dari Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

ANDREAS NICO TRISNASAPUTRA

10.40.0112



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang
dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal:

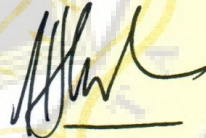
26 MEI 2016

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata

Dekan,

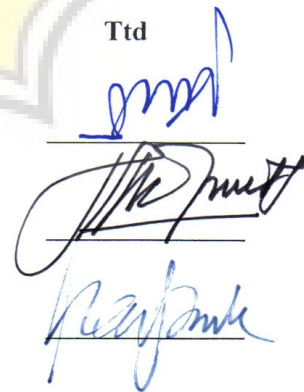


(Dr. M. Sih Setija Utami, M. Kes)

Dewan Penguji

1. Dr. A. Rachmad Djati Winarno, MS
2. Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si
3. Drs. George Hardjanta, M.Si

Ttd



Motto

*“bebek berjalan berbondong bonding tapi seekor
burung elang terbang sendirian”*

Ir.SOEKARNO

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa peneliti haturkan karena berkat rahmat dan anugerah-Nya, akhirnya peneliti telah berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul: **“PERILAKU MAKAN *JUNK FOOD* PADA MAHASISWA KOST DITINJAU DARI POLA MAKAN SEHAT DALAM KELUARGA”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang. Peneliti menyadari bahwa tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidak akan pernah terwujud. Maka pada kesempatan ini, peneliti ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada berbagai pihak, yaitu:

1. Pertama untuk Tuhan Yesus yang selalu memberikan jalan dan memberkati peneliti dalam langkah peneliti.
2. Dekan Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Dr.M.Sih Setija Utami,M.Kes.
3. Untuk Bapak Dr. A. Rachmad Djati Winarno,MS yang menjadi dosen pembimbing peneliti, yang sudah membimbing peneliti untuk membuat skripsi ini.
4. Untuk para dosen psikologi yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu yang telah berkarya dalam ilmu psikologi yang saya dapatkan.

5. Untuk Keluarga Bapak, Ibu, Mba Nuki Mas Orend dan Clara yang sangat luar biasa dalam dukungan dan mendoakan peneliti dalam segala hal.
6. Bagi para staf Tata Usaha yang membantu dalam berbagai hal.
7. kepada para sahabat saya sejak SD Gary, Idul, Nick, Catrin, Rosa, Etta yang selalu mengerti dan menjadi kompor serta motivasi di masa perjuangan.
8. Untuk Veti Aristi Amalia seorang adik dan sahabat luar biasa yang telah meluangkan waktu dan mendukung dalam mengerjakan skripsi .
9. Untuk Mas Bagus, Mas Gendon, Ben , Angga ,Marcell yang sabar dalam membantu mengerjakan skripsi.
10. Dan tidak lupa peneliti mengucapkan banyak terima kasih untuk Universitas katolik Soegijapranata yang memberikan kesempatan pada peneliti untuk menimba ilmu di Universitas ini.
11. Semua pihak yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Akhir kata, peneliti sampaikan dan ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dan mendukung dalam penyusunan skripsi ini.

Semarang, Mei 2016

Peneliti

**PERILAKU MAKAN *JUNK FOOD* PADA MAHASISWA KOST DITINJAU
DARI POLA MAKAN SEHAT DALAM KELUARGA**

Andreas Nico Trisnasaputra

10.40.0112

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dalam keluarga dengan perilaku makan *junk food* pada mahasiswa kost. Populasi yaitu para mahasiswa kost di Semarang. Teknik pengambilan sampel adalah teknik *insidental sampling* dengan kriteria: mahasiswa kost di Semarang dan bersedia berpartisipasi dalam mengisi skala penelitian. Teknik analisis menggunakan teknik korelasi *Product Moment*. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perilaku makan *junk food* dengan perilaku makan sehat dalam keluarga. Artinya semakin baik pola makan sehat dalam keluarga, maka akan semakin menurunkan perilaku makan *junk food* pada mahasiswa kost dan sebaliknya. Sumbangan efektif pada penelitian ini sebesar 29,3% artinya pola makan sehat dalam keluarga mempengaruhi perilaku makan *junk food* sebesar 29,3% sedangkan sisanya sebesar 71,7% dipengaruhi oleh variabel lainnya.

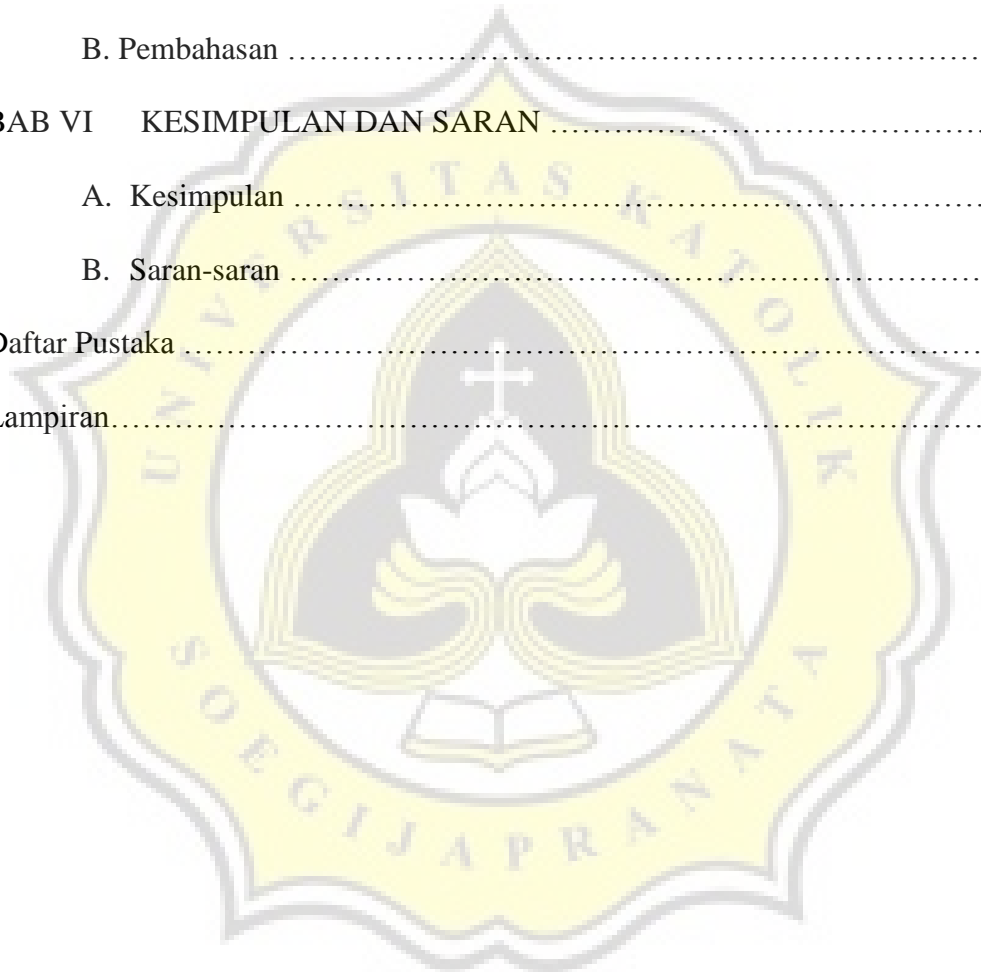
Kata Kunci: Pola makan dalam keluarga, perilaku makan *junk food*, mahasiswa kost.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN MOTTO.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Tujuan Penelitian	6
C. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Perilaku Makan Junk Food Pada Mahasiswa Kost.....	8
1. Pengertian Perilaku Makan Junk Food	8
2. Aspek-aspek Perilaku Makan.....	13
3. Faktor yang mempengaruhi perilaku makan Junk Food.....	16
B. Pola Makan Sehat dalam Keluarga.....	19

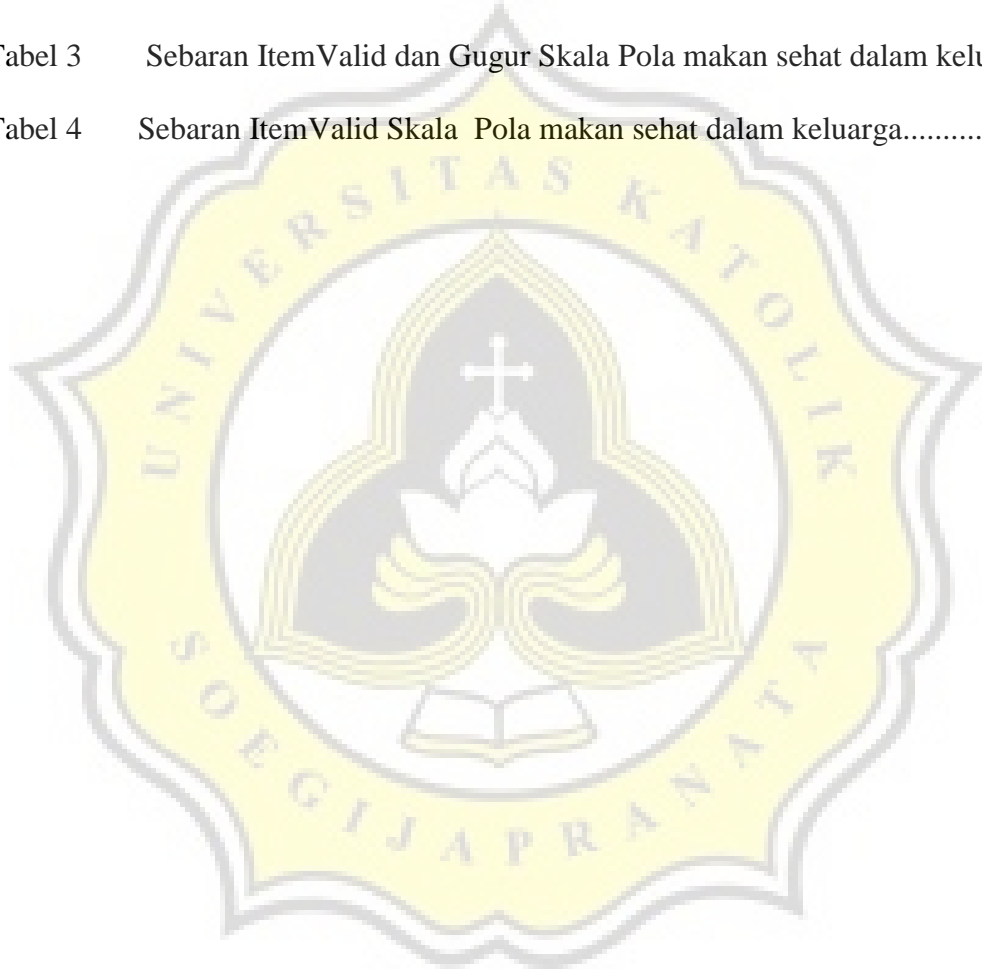
1. Pengertian pola makan sehat dalam keluarga	19
2. Aspek-aspek pola makan sehat dalam keluarga.....	21
C. Hubungan antara pola makan sehat dalam keluarga dengan perilaku makan <i>junk food</i>	22
D. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Metode Penelitian yang digunakan.....	27
B. Identifikasi Variabel Penelitian	27
C. Definisi Operasional	27
D. Subjek Penelitian.....	28
E. Metode Pengumpulan Data	28
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	30
G. Metode Analisis Data	31
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	32
A. Orientasi Kancah Penelitian	32
B. Persiapan Penelitian	32
1. Penyusunan Alat Ukur	33
2. Perijinan Penelitian	34
C. Pengujian Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	35
D. Pelaksanaan Pengambilan Data Penelitian	37
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
A. Hasil Penelitian	38

1. Uji Asumsi	38
a. Uji Normalitas	38
b. Uji Linieritas	38
2. Uji Hipotesis	39
B. Pembahasan	39
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran-saran	42
Daftar Pustaka	44
Lampiran	47



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Blue Print pola makan dalam keluarga	30
Tabel 2	Variasi Sebaran Item Skala Pola Makan Sehat dalam Keluarga.....	34
Tabel 3	Sebaran ItemValid dan Gugur Skala Pola makan sehat dalam keluarga.	36
Tabel 4	Sebaran ItemValid Skala Pola makan sehat dalam keluarga.....	36



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Lembar Item Skala Penelitian.....	48
A-1	Lembar Item Skala perilaku makan <i>junk food</i>	50
A-2	Lembar Item Pola Makan Sehat dalam Keluarga.....	51
Lampiran B	Data Penelitian.....	53
B-1	Data Penelitian Skala perilaku makan <i>junk food</i>	54
B-2	Data Penelitian Skala Pola Makan Sehat dalam Keluarga.....	55
Lampiran C	Data Validitas Reliabilitas.....	57
C-1	Data Validitas & Reliabilitas Skala perilaku makan <i>junk food</i> .	58
C-2	Data Validitas & Reliabilitas Skala Pola Makan Sehat dalam Keluarga.....	66
Lampiran D	Uji Asumsi.....	76
D-1	Uji Normalitas.....	77
D-2	Uji Linearitas.....	80
Lampiran E	Analisis Data.....	85
Lampiran F	Surat Ijin Penelitian.....	87