

LAMPIRAN

No. Responden

--	--	--

INFORM CONSENT PENELITIAN

Hubungan Kebiasaan Menonton *Mukbang*, Pengetahuan Gizi dan Tingkat Stres dengan Perubahan Perilaku Makan pada Penggemar *Mukbang* di Media Sosial Instagram
Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dimana data dependen yakni perubahan perilaku makan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin dan uang saku), kebiasaan menonton *mukbang*, pengetahuan gizi dan tingkat stres, menganalisis kebiasaan menonton *mukbang*, pengetahuan gizi dan tingkat stress dengan perubahan perilaku makan pada penggemar *mukbang* di media sosial Instagram. Pada penelitian ini akan dilakukan pengisian kuesioner mengenai kebiasaan menonton *mukbang*, pengetahuan gizi, tingkat stres dan perubahan perilaku makan. Responden dalam penelitian ini adalah Followers akun Instagram @mgdalenaf dan @nexcarlos yang sesuai dengan kriteria penelitian. Responden akan diminta untuk mengisi kuesioner karakteristik responden, kebiasaan menonton *mukbang*, pengetahuan gizi, tingkat stress, dan perubahan perilaku makan.

Pengambilan data ini tidak akan menimbulkan kerugian dan risiko apapun bagi responden. Kerahasiaan data akan tetap terjaga dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian saja. Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa paksaan apapun dan responden berhak menolak atau mengundurkan diri jika tidak bersedia. Apabila terdapat kerugian atau hal-hal yang kurang jelas dapat menghubungi *contact person* :

Nama peneliti : Dea Sofa Amalia
No. Hp : 085890892100
Alamat : Jl. Delima 1 No.61, Sampit – Kalimantan Tengah

Jakarta, Juli 2020

Dea Sofa Amalia

Lampiran 2

No. Responden

--	--	--

NASKAH PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya Dea Sofa Amalia mahasiswi Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul sedang melakukan penelitian tentang ” Hubungan Kebiasaan Menonton *Mukbang*, Pengetahuan Gizi dan Tingkat Stres dengan Perubahan Perilaku Makan pada Penggemar *Mukbang* di Media Sosial Instagram. oleh karena itu saya memohon kesediaan waktu saudara/saudari untuk mengisi kuesioner karakteristik responden, kebiasaan menonton *mukbang*, pengetahuan gizi, tingkat stress, dan perubahan perilaku makan.

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :
Jenis Kelamin :
Usia :
No. Hp :
Alamat :
Email :

Menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Seluruh data yang ada akan dijaga kerahasiaannya hanya untuk kepentingan penelitian dan akademik.

Demikian surat pernyataan ini saya tanda tangani dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari pihak manapun karena saya mengetahui bahwa keterangan yang akan saya berikan sangat besar manfaatnya bagi kelanjutan penelitian.

Jakarta, Juli 2020

Tanda tangan responden

Tanda tangan Enumerator

(Nama:.....)

(Nama:.....)

Lampiran 3

No. Responden

--	--	--

KUESIONER PENELITIAN

Hubungan Kebiasaan Menonton *Mukbang*, Pengetahuan Gizi dan Stres dengan Perubahan Perilaku Makan pada Penggemar *Mukbang* di Media Sosial Instagram
Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul

Kuesioner Karakteristik

Kuesioner ini bertujuan untuk mengetahui identitas responden meliputi nama, usia, jenis kelamin, uang saku, nama akun Instagram dan no. telepon/hp,. Kami mohon kesediaan responden untuk dapat menjawab pertanyaan dengan tulus dan benar.

“Isilah pertanyaan di bawah ini dengan mengisi kolom yang disediakan atau melingkari pilihan yang tersedia”.

Hari/Tanggal :

Waktu Pengambilan Data :

Karakteristik Responden	
1. Nama Responden	:.....
2. Usia	:..... Tahun
3. Jenis Kelamin	1. Laki-laki 2. Perempuan
4. Uang saku perbulan	:
5. Nama akun Instagram	:.....

9. No. Telepon/ HP :.....

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa U

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa U

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa U

Lampiran 4

No. Responden

--	--	--

KUESIONER PENELITIAN

Hubungan Kebiasaan Menonton *Mukbang*, Pengetahuan Gizi dan Tingkat Stres dengan Perubahan Perilaku Makan pada Penggemar *Mukbang* di Media Sosial Instagram

**Program Studi S1 Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
Universitas Esa Unggul**

Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510

LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Penelitian ini merupakan penelitian Cross Sectional Jenis penelitian ini adalah Kuantitatif dengan desain Cross sectional yang sesuai dengan tujuan peneliti yang bersifat ingin mengetahui hubungan variable independen (Kebiasaan menonton mukbang, pengetahuan gizi, dan tingkat stress) dengan variable dependen (perubahan perilaku makan).

Penelitian ini dilakukan dengan mengisi form kuesioner karakteristik responden, kebiasaan menonton mukbang, pengetahuan gizi, Tingkat stress, dan perubahan perilaku makan. Responden ini adalah penggemar mukbang pada followers akun media sosial Instagram @magdalenaf dan @nexcarlos.

Manfaat dari penelitian ini secara umum dari penelitian ini adalah dapat mengetahui Hubungan Kebiasaan Menonton *Mukbang*, Pengetahuan gizi dan tingkat stres dengan perubahan perilaku makan pada penggemar *Mukbang* di media sosial Instagram.

Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa paksaan apapun dan responden berhak menolak atau mengundurkan diri jika tidak bersedia. Hasil yang berkaitan dengan privasi akan dijaga kerahasiaannya. Semua data tidak akan dihubungkan dengan identitas.

Contact person : Dea Sofa Amalia (085890892100)

Lampiran 5

No. Responden

--	--	--

Kuisisioner Kebiasaan Menonton Mukbang

Nama :

No	Pertanyaan
1.	Seberapa seringkah anda melihat/menonton tayangan <i>Mukbang</i> di Instagram dalam sehari (24jam) a. 1-2 kali b. 3-4 kali c. 5-6 kali d. >6 kali
2	Makanan seperti apa yang sering anda lihat pada video <i>Mukbang</i> ? a. Fried chicken, burger, pizza, kentang goreng, mie, bakso, <i>seafood</i> , b. Sayur dan buah-buahan c. lainnya, sebutkan....

Lampiran 6

No. Responden

--	--	--

Kuisisioner Pengetahuan Gizi

Nama :

No	Pertanyaan	Pilihan jawaban	Jawaban
1	Mie merupakan makanan sumber karbohidrat	a. Salah b. Benar	Benar
2	Pada video <i>Mukbang</i> pada umumnya merupakan makanan yang tinggi lemak dan karbohidrat yang baik bagi tubuh	a. Salah b. Benar	Salah
3	Makanan yang ada pada video <i>Mukbang</i> sebagian besar adalah makanan rendah serat yang baik bagi kesehatan	a. Salah b. Benar	Salah
4	Makanan yang ada pada video <i>Mukbang</i> seperti daging bakar, <i>seafood</i> , dan mie instan jika dikonsumsi setiap hari dengan porsi besar membuat tubuh menjadi sehat	a. Salah b. Benar	Salah
5	Mengonsumsi makanan cepat saji setiap hari baik bagi kesehatan	a. Salah b. Benar	Salah
6	Mengonsumsi makanan cepat saji tidak perlu dibatasi karena baik bagi kesehatan	a. Salah b. Benar	Salah
7	Makanan bergizi seimbang adalah makanan yang mengandung karbohidrat dan protein saja	a. Salah b. Benar	Salah
8	Daging sapi merupakan sumber protein hewani yang apabila dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan baik bagi tubuh	c. Salah d. Benar	Salah
9	Makanan yang baik adalah makanan yang berporsi besar	a. Salah b. Benar	Salah
10	Buah dan sayuran mengandung sumber serat dan vitamin yang tidak diperlukan untuk tubuh	a. Salah b. Benar	Salah

No	Pertanyaan	Pilihan jawaban	Jawaban
11	Makanan yang digoreng mengandung tinggi lemak jenuh yang baik bagi kesehatan	a. Salah b. Benar	Salah
12	Mengonsumsi sayuran sebanyak 3-4 porsi dalam sehari baik bagi kesehatan	a. Salah b. Benar	Benar
13	Makanan manis, asin dan berlemak tidak perlu dibatasi karena baik bagi kesehatan	a. Salah b. Benar	Salah
14	Minuman yang manis lebih sehat daripada air putih	a. Salah b. Benar	Salah
15	<i>Hamburger, fried chicken dan pizza</i> merupakan contoh makanan yang bergizi seimbang	a. Salah b. Benar	Benar

Lampiran 7

No. Responden

--	--	--

Kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS)

Nama :

Petunjuk :

Pengisian Kuesioner ini adalah menanyakan tentang perasaan dan pikiran bapak/ibu/Saudara selama sebulan terakhir.

Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan, yaitu:

0 : Tidak pernah.

1 : Hampir tidak pernah (1-2 kali).

2 : Kadang-kadang (3-4 kali).

3 : Hampir sering (5-6 kali) .

4 : Sangat sering (lebih dari 6 kali).

Pilihan jawaban yang paling sesuai dengan perasaan dan pikiran Saudara selama satu bulan terakhir

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena sesuatu yang tidak terduga	0	1	2	3	4
2	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu mengontrol hal-hal yang penting dalam kehidupan anda	0	1	2	3	4
3	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa gelisah dan tertekan	0	1	2	3	4
4	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa yakin terhadap kemampuan diri untuk mengatasi masalah pribadi	0	1	2	3	4
5	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa segala sesuatu yang terjadi sesuai dengan harapan anda	0	1	2	3	4
6	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa tidak mampu menyelesaikan hal-hal yang harus dikerjakan	0	1	2	3	4

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
7	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mampu mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan anda	0	1	2	3	4
8	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasa lebih mampu mengatasi masalah jika dibandingkan dengan orang lain	0	1	2	3	4
9	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda marah karena adanya masalah yang tidak dapat anda kendalikan	0	1	2	3	4
10	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda merasakan kesulitan yang menumpuk sehingga anda tidak mampu untuk mengatasinya	0	1	2	3	4
Skor						

Sumber : (Cohen,1994)

Lampiran 8

No. Responden

--	--	--

Kuisiner Perubahan Perilaku Makan

Nama : _____

No	Pertanyaan	Skor
1	Menonton <i>mukbang</i> membuat saya menjadi selera makan a. Ya b. Tidak	a= 1 b=0
2	Karena menonton <i>mukbang</i> saya menjadi lebih sering makan a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
3	Karena menonton <i>mukbang</i> porsi makan saya menjadi banyak a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
4	Karena menonton <i>mukbang</i> , makanan yang saya makan menjadi beraneka ragam a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
5	Karena menonton <i>mukbang</i> , membuat tata cara makan saya menjadi seperti tidak beraturan a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
6	Karena menonton <i>mukbang</i> , membuat saya menyukai makanan <i>Junkfood</i> a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
7	Karena menonton video <i>mukbang</i> , makanan saya menjadi tidak seimbang a. Ya	a=1 b=0

No	Pertanyaan	Skor
	b. Tidak	
8	Karena menonton <i>Mukbang</i> , saya sering melewatkan sarapan a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
9	Karena menonton <i>mukbang</i> , waktu makan saya menjadi tidak teratur a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
10	Karena menonton video <i>mukbang</i> , porsi makan saya menjadi tidak terkontrol a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
11	Karena menonton video <i>mukbang</i> , nafsu makan saya meningkat a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
12	Karena menonton <i>mukbang</i> , membuat saya cenderung membeli makanan <i>junkfood</i> a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
13	Karena menonton <i>mukbang</i> , saya menjadi sering makan tengah malam a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
14	Saya makan lebih banyak ketika menonton <i>mukbang</i> a. Ya b. Tidak	a=1 b=0
15	Karena menonton <i>mukbang</i> , saya menjadi senang dengan berbagai jenis makanan cepat saji a. Ya b. Tidak	a=1 b=0

LAMPIRAN OUTPUT SPSS

1. Hasil Uji Validitas
 A. Pengetahuan Gizi

Pertanyaan 1	Pearson Correlation	.548**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	32
Pertanyaan 2	Pearson Correlation	.489**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	31
Pertanyaan 3	Pearson Correlation	.373*
	Sig. (2-tailed)	.039
	N	31
Pertanyaan 4	Pearson Correlation	.440*
	Sig. (2-tailed)	.013
	N	31
Pertanyaan 5	Pearson Correlation	.532**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	31
Pertanyaan 6	Pearson Correlation	.399*
	Sig. (2-tailed)	.024
	N	32
Pertanyaan 7	Pearson Correlation	.560**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	32
Pertanyaan 8	Pearson Correlation	.595**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	31
Pertanyaan 9	Pearson Correlation	.658**
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	31
Pertanyaan 10	Pearson Correlation	.532**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	31
Pertanyaan 11	Pearson Correlation	.423*
	Sig. (2-tailed)	.018
	N	31
Pertanyaan 12	Pearson Correlation	.477**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	32
Pertanyaan 13	Pearson Correlation	.553**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	31
Pertanyaan 14	Pearson Correlation	.542**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	31
Pertanyaan 15	Pearson Correlation	.376*
	Sig. (2-tailed)	.037
	N	31

B. Perubahan Perilaku Makan

Pertanyaan 1	Pearson Correlation	0.455*
	Sig. (2-tailed)	0.010
	N	31
Pertanyaan 2	Pearson Correlation	0.315
	Sig. (2-tailed)	0.084
	N	31
	Pearson Correlation	0.727**

Pertanyaan 3	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 4	Pearson Correlation	0.571**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 5	Pearson Correlation	0.744**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 6	Pearson Correlation	0.577**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 7	Pearson Correlation	0.733**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 8	Pearson Correlation	0.543**
	Sig. (2-tailed)	0.002
	N	31
Pertanyaan 9	Pearson Correlation	0.589**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 10	Pearson Correlation	0.612**
	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 11	Pearson Correlation	0.514**
	Sig. (2-tailed)	0.003
	N	31
Pertanyaan 12	Pearson Correlation	0.664**

	Sig. (2-tailed)	0.001
	N	31
Pertanyaan 13	Pearson Correlation	0.532**
	Sig. (2-tailed)	0.002
	N	31
Pertanyaan 14	Pearson Correlation	0.455*
	Sig. (2-tailed)	0.010
	N	31
Pertanyaan 15	Pearson Correlation	0.454*
	Sig. (2-tailed)	0.010
	N	31

2. Uji Reliabilitas

A. Pengetahuan Gizi pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.864	11

B. Pengetahuan Gizi Kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.332	4

C. Perubahan Perilaku Makan

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.555	4

3. Uji Normalitas Perubahan Perilaku Makan

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor Perubahan Perilaku Makan	.101	125	.003	.940	125	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Pada tabel Kolmogorov Smirnov nilai sig. $0.003 < 0.05$, dapat dikatakan bahwa data tidak sehingga skor menggunakan median.

HASIL ANALISIS UNIVARIAT

Food Vlogger

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Mgdalenaf	85	68.0	68.0	68.0
Valid Nexcarlos	40	32.0	32.0	100.0
Total	125	100.0	100.0	

Kategori Umur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Remaja Awal	24	19.2	19.2	19.2
Valid Remaja Akhir	101	80.8	80.8	100.0
Total	125	100.0	100.0	

Frekuensi Menonton Mukbang 3 Kategori

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
>4kali (Sering)	15	12.0	12.0	12.0
Valid 3-4 kali (Tidak sering)	37	29.6	29.6	41.6
1-2 kali (Sangat tidak sering)	73	58.4	58.4	100.0
Total	125	100.0	100.0	

Jenis Makanan yang sering di tonton

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	-----------	---------	---------------	--------------------

	Junkfood (seperti Fried chicken, burger, pizza, kentang goreng)	52	41.6	41.6	41.6
Valid	Cepat Saji (seperti mie, bakso, seafood)	54	43.2	43.2	84.8
	Makanan Sehat (seperti sayur dan buah)	2	1.6	1.6	86.4
	Lainnya	17	13.6	13.6	100.0
	Total	125	100.0	100.0	

Kategori Pengetahuan Gizi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	Kurang	22	17.6	17.6
Valid	Baik	103	82.4	100.0
	Total	125	100.0	

Kategori Tingkat Stres

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	Stres berat	13	10.4	10.4
Valid	Stres sedang	100	80.0	90.4
	Stres ringan	12	9.6	100.0
	Total	125	100.0	

Kategori Perubahan Perilaku Makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	Sangat Berubah	65	52.0	52.0
Valid	Berubah	60	48.0	100.0
	Total	125	100.0	

HASIL ANALISIS BIVARIAT

			Kategori Perubahan Perilaku Makan		Total
			Sangat Berubah	Berubah	
Frekuensi Menonton Mukbang 3 Kategori	>4kali (Sering)	Count % within Frekuensi Menonton Mukbang 3 Kategori	13 86.7%	2 13.3%	15 100.0%
	3-4 kali (Tidak sering)	Count % within Frekuensi Menonton Mukbang 3 Kategori	22 59.5%	15 40.5%	37 100.0%
	1-2 kali (Sangat tidak sering)	Count % within Frekuensi Menonton Mukbang 3 Kategori	30 41.1%	43 58.9%	73 100.0%
Total		Count % within Frekuensi Menonton Mukbang 3 Kategori	65 52.0%	60 48.0%	125 100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	11.524 ^a	2	.003
Likelihood Ratio	12.474	2	.002
Linear-by-Linear Association	11.267	1	.001
N of Valid Cases	125		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 7.20.

Kategori Pengetahuan * Kategori Perubahan Perilaku Makan Crosstabulation

			Kategori Perubahan Perilaku Makan		Total
			Sangat Berubah	Berubah	
Kategori Pengetahuan	Kurang	Count % within Kategori Pengetahuan	17 77.3%	5 22.7%	22 100.0%
	Baik	Count % within Kategori Pengetahuan	48 46.6%	55 53.4%	103 100.0%
Total		Count % within Kategori Pengetahuan	65 52.0%	60 48.0%	125 100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6.832 ^a	1	.009		
Continuity Correction ^b	5.659	1	.017		
Likelihood Ratio	7.192	1	.007		
Fisher's Exact Test				.010	.008
Linear-by-Linear Association	6.777	1	.009		
N of Valid Cases	125				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10.56.

b. Computed only for a 2x2 table

Kategori Tingkat Stres * Kategori Perubahan Perilaku Makan Crosstabulation

		Kategori Perubahan Perilaku Makan		
		Sangat Berubah	Berubah	Total
Kategori Tingkat Stres	Stres berat	Count 10 % within Kategori Tingkat Stres 76.9%	3 23.1%	13 100.0%
	Stres sedang	Count 52 % within Kategori Tingkat Stres 52.0%	48 48.0%	100 100.0%
	Stres ringan	Count 3 % within Kategori Tingkat Stres 25.0%	9 75.0%	12 100.0%
Total		Count 65 % within Kategori Tingkat Stres 52.0%	60 48.0%	125 100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	6.740 ^a	2	.034
Likelihood Ratio	7.076	2	.029
Linear-by-Linear Association	6.678	1	.010
N of Valid Cases	125		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.76.

LAMPIRAN DOKUMENTASI

