

Artikel Penelitian

Emotional Eating Tinggi dan Rendah Pada Status Gizi Lansia Wanita *High and Low Emotional Eating among Nutritional Status of Elderly Women*

Wulan May Kusuma Dewi^{1*}, Emy Huriyati¹, Sumarni DW²

¹ Departemen Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

² Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia

*Corresponding author: Gedung Gizi Kesehatan, Kompleks FK-KMK UGM, Jalan Farmako, Sekip Utara, Yogyakarta 55281, email: wulanmay2020@mail.ugm.ac.id

ABSTRACT

Background: The proportion of elderly women in Indonesia, particularly in Sleman, Special Region of Yogyakarta, has shown a significant increasing trend and entered an aging population structure, necessitating special attention to health aspects in this community. Emotional eating (EE) refers to eating behavior based on coping mechanisms for negative emotions by increasing the intake of calorie-dense and palatable foods, and it may affect the nutritional status of elderly women, yet their relationship remains understudied. **Objective:** This study aimed to examine the association between EE and nutritional status and to determine differences in nutritional status among elderly women with high and low EE. **Materials and Methods:** A cross-sectional design was applied involving 140 elderly women in Dusun Purwobinangun, Sleman, selected by purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. Research instruments included sociodemographic data, MNA-SF for nutritional screening, and DEBQ-EE for EE scoring. Data were analyzed using Spearman Rank and Mann-Whitney tests. **Results:** Most elderly women had low EE (86.4%) and high EE (13.6%). The majority were at risk of malnutrition (55%), followed by normal nutritional status (32.1%), and malnutrition (12.9%). There was a significant and negative correlation between EE and nutritional status ($p=0.007$; $r=-0.226$). The mean rank for nutritional status was higher in the low EE group (Mean rank=70.71) than the high EE group (Mean rank=69.16), but the difference was not statistically significant ($p=0.875$). **Conclusion:** Higher EE scores were associated with lower nutritional status, indicating a tendency for elderly women with high EE to have poorer nutritional status; however, no significant difference was observed in nutritional status between those with high and low EE.

Keywords: Emotional Eating; Nutritional Status; Elderly Women; Mann-whitney; Spearman Rank

ABSTRACT

Latar belakang: Proporsi lansia wanita di Indonesia, khususnya di Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta menunjukkan tren peningkatan yang signifikan atau sudah memasuki struktur penduduk menua sehingga perlu menuntut perhatian pada aspek kesehatan untuk komunitas lansia wanita tersebut. *Emotional eating* (EE) merupakan perilaku makan yang didasarkan pada mekanisme koping terhadap emosi negatif yang dirasakan dengan menambah asupan makan tinggi kalori dan cenderung lezat. EE tersebut berpotensi memengaruhi status gizi lansia wanita, namun hubungan keduanya masih kurang diteliti secara spesifik. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara EE dengan status gizi dan mengetahui perbedaan antara status gizi lansia wanita dengan EE tinggi dan EE rendah. **Bahan dan Metode:** Desain *cross-sectional* dengan 140 sampel lansia wanita di Dusun Purwobinangun, Sleman yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian berupa data sosiodemografi, MNA-SF untuk skrining gizi lansia, dan DEBQ-EE untuk mengetahui skor EE. Analisis data yang digunakan dengan uji *Spearman Rank* dan *Mann-Whitney*. **Hasil:** Mayoritas lansia memiliki EE rendah sebesar 86,4% dan EE tinggi sebesar 13,6%. Status gizi lansia wanita mayoritas berisiko malnutrisi sebesar 55%, 32,1% normal, dan 12,9% malnutrisi. Terdapat hubungan tak searah dan signifikan antara EE dengan status gizi ($p=0,007$; $r=-0,226$). Skor status gizi lansia wanita lebih besar pada EE rendah (Mean rank=70,71) dibandingkan dengan EE tinggi (Mean rank=69,16) tetapi tidak terdapat perbedaan signifikan ($p=0,875$). **Kesimpulan:** Semakin tinggi skor EE maka semakin rendah skor status gizi sehingga lansia

dengan EE tinggi cenderung memiliki status gizi malnutrisi. Namun, tidak terdapat perbedaan signifikan antara status gizi dengan EE tinggi maupun rendah.

Keywords: *Emosi Makan; Status Gizi; Lansia Wanita; Mann-whitney; Spearman Rank*

PENDAHULUAN

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) (2023), beberapa tahun terakhir Indonesia sudah memasuki struktur penduduk menua karena >10% penduduk Indonesia merupakan lanjut usia (lansia). Bahkan, proporsi lansia wanita lebih mendominasi dibandingkan lansia pria. Berdasarkan data tersebut, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menjadi daerah peringkat pertama lansia terbanyak dengan didominasi oleh lansia wanita. Menurut BPS Sleman (2024), penduduk lansia wanita mencapai 93,39 ribu jiwa. Semakin dominan penduduk lansia wanita di Indonesia menjadikan perlu adanya fokus pada isu-isu penting mengenai lansia wanita agar dapat mewujudkan kesejahteraan gender dan tercapainya kehidupan yang layak terutama pada bidang kesehatan.

Emotional eating (EE) merupakan suatu perilaku makan yang berhubungan dengan emosi. Seseorang yang mengalami EE akan cenderung memiliki perilaku makan yang berlebihan untuk menangani emosi negatif yang dirasakan agar kondisi emosi dapat lebih stabil (Grajek et al., 2022). Terjadinya EE sering dikaitkan pada masa remaja atau dewasa muda padahal EE dapat terjadi pula pada segala usia bahkan lansia. Pada penelitian di Mesir, didapatkan bahwa terdapat 52% lansia EE tinggi, 48% lansia EE sedang, dan 2% EE rendah. Penelitian tersebut juga menemukan kecenderungan adanya kecenderungan EE dialami pada lansia wanita ($p=0,000$) (Manal Mohammed Hawash et al., 2024). Hal tersebut juga ditemukan pada penelitian di China bahwa lansia wanita memiliki kecenderungan terhadap EE yang tinggi (Ye et al., 2025). Namun, terdapat perbedaan yang menyatakan bahwa EE pada lansia cenderung rendah jika dibandingkan dengan dewasa muda (Samuel & Cohen, 2018).

Kecenderungan EE tinggi pada lansia wanita dapat terjadi karena emosi negatif salah satunya depresi. Berdasarkan jenis kelamin, lansia wanita memiliki kecenderungan mudah mengalami depresi dibandingkan lansia pria (Barry et al., 2008; Sonnenberg et al., 2013; Jun & Kim, 2024). Hal tersebut dibuktikan pada penelitian di Eropa yakni terdapat hubungan antara perilaku EE dengan kondisi depresi ($OR=1,41$, 95% $CI=1,40-1,43$, $p<0,001$) Selain depresi, EE dapat dipengaruhi oleh stres ($OR=1,30$, 95% $CI=1,07-1,60$, $p<0,001$), kesepian ($OR=1,60$, 95% $CI=1,58-1,62$, $p<0,001$), dan rasa bosan ($OR=1,37$, 95% $CI=1,36-1,39$, $p<0,001$) (Ljubičić et al., 2023).

EE yang dialami oleh lansia wanita dapat menyebabkan dampak buruk salah satunya kualitas status gizi. Pada wanita dewasa, EE dapat mempengaruhi kualitas asupan makanan yakni memiliki kecenderungan makan makanan dengan tinggi kalori, seperti kue, *muffin*, *ice cream*, *pastry*, dan sebagainya sehingga wanita dewasa dengan EE tinggi cenderung memiliki berat badan berlebih atau obesitas (Zare et al., 2024). Bahkan, pada penelitian *systematic review* membuktikan bahwa seseorang dengan EE tinggi cenderung mengonsumsi makanan lezat (*hyperpalatable foods*) dengan tinggi kalori (Fuente González et al., 2022). Hasil tersebut masih kurang membuktikan karena penelitian mengenai EE dan status gizi pada lansia wanita yang masih sedikit. Namun, berdasarkan penelitian lansia rentan terhadap kondisi malnutrisi sehingga menyebabkan lansia rentan mengalami sarkopenia, gangguan fungsi imun, terganggunya proses pemulihan luka hingga meningkatnya risiko mortalitas (Norman et al., 2021). Bahkan, lansia wanita lebih rentan terhadap malnutrisi dibandingkan lansia pria (Kolberg et al., 2023).

Pentingnya penelitian EE dengan status gizi pada lansia wanita karena pengaruhnya terhadap kualitas kesehatan lansia wanita. Selain itu, pada usia tersebut dapat adanya kemungkinan lansia mengalami kesulitan dalam mengatur berat badan bahkan asupan makanan yang disebabkan karena emosi yang tidak dapat dikendalikan oleh individu sehingga perlu adanya perubahan perilaku makan yang baik bagi lansia (Frayn et al., 2018). EE yang tidak terkendali akan menyebabkan lansia memiliki proses penuaan yang tidak sehat dan menyebabkan penyakit tidak menular yang disebabkan oleh obesitas karena konsumsi berlebih dan asupan yang tidak sesuai pedoman gizi seimbang (Manal Mohammed Hawash et al., 2024). Selain itu, jumlah lansia wanita yang lebih dominan dengan Indonesia yang telah memasuki struktur penduduk menua yang bermuara pada peningkatan angka harapan hidup sehingga dapat menggambarkan dampak positif dari hasil pembangunan kesehatan dan aspek lainnya. Oleh karena itu, permasalahan pada lansia wanita di Indonesia perlu diperhatikan untuk meningkatkan kualitas hidupnya (Partini, 2010).

Kurangnya penelitian yang berfokus pada lansia wanita terutama mengenai EE menyebabkan terjadinya kekosongan dalam suatu ilmu pengetahuan mengenai lansia. Selain itu, kurangnya penelitian yang mengeksplorasi mengenai hubungan EE dengan status gizi lansia wanita menjadi penelitian yang menarik

untuk dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dan perbedaan antara kategori EE terhadap status gizi lansia wanita di lokasi pedesaan khususnya di Dusun Purwobinangun, Sleman.

METODE

Desain, tempat, dan waktu

Desain penelitian ini menggunakan *cross-sectional* (potong lintang). Lokasi penelitian berada di Dusun Purwobinangun, Sleman yang dilakukan pada April 2023 - Mei 2024. Penelitian ini sudah mendapatkan surat izin etik dari Komisi Etik Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada pada 14 April 2023 dengan nomor surat KE/FK/0634/EC/2023 dan mendapatkan perpanjangan dengan nomor surat KE/FK/0609/EC/2024.

Jenis dan cara pengambilan subjek

Populasi penelitian ini merupakan lansia wanita di Kelurahan Purwobinangun, Kecamatan (Kapanewon) Pakem, Sleman. Sampel sebesar 140 lansia wanita di Dusun Purwobinangun, Sleman. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* dengan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi berupa lansia wanita yang merupakan warga Kelurahan Purwobinangun, berusia ≥ 60 tahun, tidak memiliki indikasi demensia dengan mengonfirmasi melalui kader posyandu lansia, dan tidak memiliki edema di ekstremitas bawah. Kriteria eksklusi berupa lansia wanita yang tidak bersedia mengikuti penelitian dan data yang tidak terkumpul sempurna.

Jenis dan cara pengumpulan data

Pengumpulan data dilakukan di setiap posyandu yang ada di Dusun Purwobinangun, Sleman yang pelaksanaannya masih dalam rentang waktu penelitian. Pengumpulan data dibantu oleh lima enumerator yang berasal dari program studi gizi, FK-KMK, UGM yang telah mendapat perkuliahan penilaian status gizi.

Data yang dikumpulkan berupa data sosiodemografi, kuesioner *emotional eating* dengan DEBQ-EE (*Dutch Eating Behavioral Questionnaire*) sebanyak 13 item, dan skrining gizi lansia dengan MNA-SF (*Mini Nutritional Assessment-Short Form*) sebanyak 6 item pertanyaan. Sebelum memulai penelitian, peneliti menyampaikan lembar penjelasan kepada lansia wanita dan kader posyandu lansia yang menemani disertai dengan *informed consent* yang dibantu isikan oleh enumerator jika lansia wanita berkenan mengikuti penelitian.

Menurut Jansen *et al.* (2011), skor rata-rata EE dalam DEBQ-EE dikategorikan menjadi dua jenis, yakni skor $\leq 2,35$ merupakan EE rendah dan $>2,35$ merupakan EE tinggi. Sedangkan untuk pada MNA-SF terdapat tiga kategori status gizi, yakni skor 0-7 berstatus gizi normal, 8-11 berstatus berisiko malnutrisi, dan 12-14 berstatus malnutrisi (Susetyowati, 2014).

Pengolahan dan analisis data

Data yang telah dikumpulkan akan diolah dengan menggunakan analisis data uji *Spearman Rank* untuk mengetahui hubungan antara EE sebagai variabel independen dan status gizi sebagai variabel dependen. Selain itu, dilakukan uji *Mann-Whitney* untuk mengetahui perbedaan antara EE tinggi dan rendah pada status gizi lansia wanita. Kedua uji tersebut dilakukan karena data memenuhi syarat terdistribusi normal. Penelitian diolah dengan menggunakan perangkat lunak IBM SPSS (*Statistical Program for Social Science*) Statistics 25.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1. dengan jumlah sampel lansia wanita sebanyak 140 ditemukan bahwa usia lansia wanita tertua adalah 89 tahun dan termuda adalah 60 tahun dengan keseluruhan rata-rata usia beserta standar deviasi adalah $68,40 \pm 6,96$. Skor rata-rata EE lansia wanita terendah adalah 1 (satu) dan tertinggi adalah 3,85 dengan rata-rata sebesar 1,53. Kemudian, pada skor status gizi didapatkan bahwa skor minimum adalah 7 dan skor tertinggi adalah 14 dengan skor rata-rata dan standar deviasi yakni $10,66 \pm 2,152$.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Lansia Wanita (n=140)

Variabel	n	%
Usia		
60-69 tahun (Muda)	89	63,6
70 - 79 tahun (Madya)	36	25,7
≥ 80 tahun (Tua)	15	10,7
Status pernikahan		
Janda	65	46,4
Menikah	66	47,1
Belum pernah menikah	9	6,4
Tingkat pendidikan		
SD/Sederajat	51	36,4
SMP/Sederajat	27	19,3
SMA/Sederajat	28	20
PT	10	7,1
Tidak bersekolah	24	17,1
Status bekerja		
Bekerja	60	42,9
Tidak bekerja	80	57,1
Status gizi		
Malnutrisi	18	12,9
Risiko malnutrisi	77	55
Normal	45	32,1
Emotional Eating		
EE rendah	121	86,4
EE tinggi	19	13,6

Hasil EE pada Tabel 1. menunjukkan bahwa lansia wanita mayoritas memiliki EE rendah. Hal tersebut sesuai dengan Samual dan Cohen (2023) yang menyatakan bahwa lansia memiliki tingkat EE yang rendah karena EE akan semakin rendah seiring dengan bertambahnya usia. Pada penelitian Dakanalis *et al.* (2013 dalam br Limbong, 2020) menyatakan bahwa lansia memiliki kecenderungan pada EE rendah karena mampu mengontrol emosi makan sehingga nafsu makan tetap terjaga. Hal tersebut juga sesuai dengan Partini (2010), bahwa emosi lansia cenderung stabil dan sudah merasakan kepuasan hidup yang lebih besar dibandingkan dengan seseorang dalam masa muda. Hal tersebut disertai pula dengan lansia cenderung sudah menerima kehidupan apa adanya dan menerima ketidaksempurnaan diri.

Status gizi pada lansia wanita pada Tabel 1. menunjukkan bahwa mayoritas lansia wanita berisiko malnutrisi sebesar 55%. Hal tersebut sama halnya dengan penelitian di Kolkata, India bahwa lansia wanita yang tinggal di komunitas terdapat 69,6% berisiko malnutrisi hingga malnutrisi bahkan lansia wanita yang dirawat di institusi terdapat 92,8% berisiko malnutrisi hingga malnutrisi (Shakil *et al.*, 2024). Menurut Partini (2010), lansia memiliki risiko malnutrisi karena nafsu makan menurun yang disebabkan oleh penurunan fungsi panca indra. Malnutrisi pada lansia wanita dapat disebabkan karena usia, pendidikan, persentase lemak tubuh, kondisi gigi, dan nafsu makan yang menurun (Moses *et al.*, 2023).

Berdasarkan Tabel 2. didapatkan hasil mengenai adanya hubungan tidak searah dan signifikan antara EE dengan status gizi lansia wanita ($p < 0,05$; $r = -0,226$). Hal tersebut diartikan bahwa semakin tinggi skor EE maka akan semakin rendah skor MNA-SF atau status gizi yang menandakan bahwa EE tinggi berhubungan dengan lansia cenderung memiliki status gizi malnutrisi. Hal tersebut tidak selaras dengan konsep bahwa EE dapat menyebabkan peningkatan berat badan pada lansia. Bahkan, tidak sesuai pula dengan terjadinya EE karena emosi negatif cenderung membuat orang dewasa tua kurang mampu mengontrol respon dari rasa lapar dan kenyang. Oleh karena itu, EE akan cenderung tinggi. Pada analisis multivariat didapatkan bahwa indeks massa tubuh (IMT) berhubungan memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap EE (Manal Mohammed Hawash et al., 2024). Namun, terdapat kemungkinan bahwa emosi negatif yang menyebabkan terjadinya EE dapat membuat lansia memiliki nafsu makan yang buruk. Depresi dapat menyebabkan berkurangnya nafsu makan pada lansia bahkan lansia yang kesepian karena tinggal sendiri sehingga berkurangnya motivasi dalam mengolah makanan (Pilgrim et al., 2015). Menurut Engel *et al.* (2011), lansia dengan dengan kondisi depresi dan kesejahteraan emosional yang buruk berpeluang memiliki nafsu makan yang menurun. Lansia dengan depresi dan perasaan kesepian cenderung memiliki nafsu makan yang buruk sehingga menyebabkan kehilangan berat badan (Scheufele et al., 2023).

Tabel 2. Hubungan *Emotional Eating* dengan Status Gizi (n=140)

		Status Gizi			Total	p-values	r
		Normal	Risiko Malnutrisi	Malnutrisi			
Emotional Eating (EE)							
EE rendah	n	38	67	16	121	0,007	-0.226
	%	31.4%	55.4%	13.2%	100.0%		
EE tinggi	n	7	10	2	19		
	%	36.8%	52.6%	10.5%	100.0%		
Total	n	45	77	18	140		
	%	32.1%	55.0%	12.9%	100.0%		

Berdasarkan Tabel 3. didapatkan bahwa skor status gizi lansia wanita lebih besar pada lansia wanita dengan EE rendah daripada dengan EE tinggi. Namun, berdasarkan hasil uji Mann-Whitney didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara status gizi lansia wanita dengan EE rendah maupun tinggi ($p > 0,05$). Hal tersebut sesuai dengan Almirra (2018), bahwa tidak ada perbedaan perilaku makan EE dengan status gizi pada orang dewasa ($p = 0,492$).

Tabel 3. Perbedaan status gizi antara *emotional eating* rendah dan tinggi

Status gizi	n	Mean rank	p
EE Rendah	121	70,71	0,875
EE tinggi	19	69,16	

Walaupun terdapat hubungan antara EE dengan status gizi tetapi pada penelitian ini tidak ada perbedaan antara status gizi lansia wanita dengan EE tinggi dan rendah. Hal tersebut dapat terjadi karena jumlah sampel yang terlalu sedikit terutama adanya ketimpangan jumlah antara EE tinggi dan EE rendah. Selain itu, jumlah sampel bergantung pada ketersediaan sehingga tidak melihat hasil yang didapatkan untuk memenuhi keseimbangan hasil EE rendah dan tinggi. Alasan lain adalah karena adanya kemungkinan sampel bersifat heterogenitas dan bervariasi dan instrumen yang kurang sensitif terhadap lansia serta adanya kemungkinan faktor lain yang lebih berpengaruh dan mampu memperlihatkan perbedaan dengan skor status gizi (Kroeger et al., 2021; Chicco et al., 2025).

Penelitian ini memiliki keterbatasan yakni jumlah sampel yang masih sedikit dan terbatas pada suatu wilayah sehingga kurang dapat memperlihatkan perbedaan antarvariabel dan kurangnya variasi responden. Penelitian hanya dapat memaparkan ada tidaknya hubungan tetapi tidak bisa menggambarkan hubungan sebab akibat atau pengaruh. Keunggulan penelitian ini adalah fokus meneliti pada subjek lansia wanita dengan variabel EE yang jarang diteliti pada komunitas lansia. Penelitian ini menggunakan salah satu pernyataan MNA-SF berupa pengukuran lingkaran betis dibandingkan dengan indeks massa tubuh karena kondisi fisik lansia yang sudah membungkuk sehingga adanya kemungkinan tinggi badan kurang tergambarkan dengan baik untuk menghasilkan skor IMT.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan tak searah dan signifikan antara EE dengan status gizi lansia wanita sehingga semakin tinggi skor EE maka skor status gizi semakin rendah atau cenderung malnutrisi. Namun, tidak terdapat perbedaan signifikan pada skor status gizi antara lansia wanita dengan EE tinggi maupun rendah. Saran untuk penelitian berikutnya diharapkan dapat menggunakan desain penelitian yang mampu menguji pengaruh antarvariabel dan metode kualitatif untuk memperkaya dari hasil kuantitatif. Selain itu, dapat diharapkan pada penelitian berikutnya menggunakan instrumen yang spesifik dan sensitif untuk lansia wanita terutama pada variabel EE. Terakhir, disarankan pula meneliti dengan variabel beragam yang berkaitan dengan EE dan status gizi lansia wanita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih pada teman seperjuangan skripsi, dosen pembimbing skripsi (Dr. dr. Emy Huriyati, M.Kes. dan Dr. Dra. Sumarni DW, M.Kes), dan para enumerator yang bersedia membantu pelaksanaan penelitian. Selain itu, peneliti berterima kasih kepada kader posyandu lansia dan responden lansia wanita yang berkenan ikut berpartisipasi dalam penelitian.

REFERENSI

- Almirra, IR. (2018). *Perbedaan Perilaku Makan Pada Orang Dewasa Berdasarkan Status Gizi di Kota Malang*. Skripsi: Universitas Brawijaya.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Usia Lanjut 2023* (Vol. 20). Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Sleman (2024). *Kabupaten Sleman dalam Angka 2024*. Sleman: Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman
- Barry, L. C., Allore, H. G., Guo, Z., Bruce, M. L., & Gill, T. M. (2008). Higher Burden of Depression Among Older Women. *Archives of General Psychiatry*, 65(2), 172. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2007.17>
- Br Limbong, MM. (2020). *Hubungan Perilaku Makan Dan Perception Of Aging Dengan Status Nutrisi Lansia Di Daerah Pesisir Surabaya*. Skripsi: Universitas Airlangga.
- Chicco, D., Sichenze, A., & Jurman, G. (2025). A simple guide to the use of Student's t-test, Mann-Whitney U test, Chi-squared test, and Kruskal-Wallis test in biostatistics. *BioData Mining*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s13040-025-00465-6>
- Engel, J. H., Siewerdt, F., Jackson, R., Akobundu, U., Wait, C., & Sahyoun, N. (2011). Hardiness, Depression, and Emotional Well-Being and Their Association with Appetite in Older Adults. *Journal of the American Geriatrics Society*, 59(3), 482–487. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.2010.03274.x>
- Frayn, M., Livshits, S., & Knäuper, B. (2018). Emotional Eating and Weight Regulation: A Qualitative Study of Compensatory Behaviors and Concerns. *Journal of Eating Disorders*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s40337-018-0210-6>
- Fuente González, C. E., Chávez-Servín, J. L., de la Torre-Carbot, K., Ronquillo González, D., Aguilera Barreiro, M. de los Á., & Ojeda Navarro, L. R. (2022). Relationship between emotional eating, consumption of hyperpalatable energy-dense foods, and indicators of nutritional status: A systematic review. *Journal of Obesity*, 2022(1), 1–11. <https://doi.org/10.1155/2022/4243868>

- Grajek, M., Krupa-Kotara, K., Bialek-Dratwa, A., Staśkiewicz, W., Rozmiarek, M., Misterska, E., & Sas-Nowosielski, K. (2022). Prevalence of Emotional Eating in Groups of Students with Varied Diets and Physical Activity in Poland. *Nutrients*, 14(16), 3289. <https://doi.org/10.3390/nu14163289>
- Ljubičić, M., Matek Sarić, M., Klarin, I., Rumbak, I., Colić Barić, I., Ranilović, J., Dželalija, B., Sarić, A., Nakić, D., Djekic, I., Korzeniowska, M., Bartkiene, E., Papageorgiou, M., Tarcea, M., Černelič-Bizjak, M., Klava, D., Szűcs, V., Vittadini, E., Bolhuis, D., & Guiné, R. P. F. (2023). Emotions and Food Consumption: Emotional Eating Behavior in a European Population. *Foods*, 12(4), 872. <https://doi.org/10.3390/foods12040872>
- Jansen, A., Nederkoorn, C., Roefs, A., Bongers, P., Teugels, T., & Havermans, R. (2010). The proof of the pudding is in the eating: Is the DEBQ - external eating scale a valid measure of external eating? *International Journal of Eating Disorders*, 44(2), n/a-n/a. <https://doi.org/10.1002/eat.20799>
- Jun, H.-J., & Kim, K.-M. (2024). Predictors of Depression in Elderly According to Gender during COVID-19: Using the Data of 2020 Community Health Survey. *Healthcare*, 12(5), 551–551. <https://doi.org/10.3390/healthcare12050551>
- Kolberg, M., Paur, I., Sun, Y.-Q., Gjora, L., Skjellegrind, H. K., Thingstad, P., Strand, B. H., Selbæk, G., Fagerhaug, T. N., & Thoresen, L. (2023). Prevalence of malnutrition among older adults in a population-based study - the HUNT Study. *Clinical Nutrition ESPEN*, 57, 711–717. <https://doi.org/10.1016/j.clnesp.2023.08.016>
- Kroeger, C. M., Keisuke Ejima, Hannon, B. A., Halliday, T. M., McComb, B., Teran-Garcia, M., Dawson, J. H., King, D., Brown, A. J., & Allison, D. B. (2021). Persistent confusion in nutrition and obesity research about the validity of classic nonparametric tests in the presence of heteroscedasticity: evidence of the problem and valid alternatives. *Am J Clin Nutr*, 113(3), 517–524. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa357>
- Manal Mohammed Hawash, Amani Hamad AlHazmi, Mona Metwally El-Sayed, Sakeena Mushfiq, Ayman Mohamed El-Ashry, Hala Awad Ahmed, Seham Ibrahim Abd-Elrahman, Wagida Wafik Kamel, & Sarah Ali Hafez. (2024). Emotional eating behaviors in later life: Identifying key factors for healthy aging. *Geriatric Nursing*, 55, 152–160. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2023.11.012>
- Moses, J. S., John, S., Monica, S. J., & S. Priyadarshini, S. (2023). Determinants of Malnutrition among Elderly Women Living in Institutional Care. *Journal of Mid-Life Health*, 14(2), 139–145. https://doi.org/10.4103/jmh.jmh_26_23
- Norman, K., Hab, U., & Pirlich, M. (2021). Malnutrition in older adults—recent advances and remaining challenges. *Nutrients*, 13(8), 2764. <https://doi.org/10.3390/nu13082764>
- Partini, S. (2010). *Psikologi Usia Lanjut*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Pilgrim, A. L., Robinson, S. M., Sayer, A. A., & Roberts, H. C. (2015). An Overview of Appetite Decline in Older People. *Nursing Older People*, 27(5), 29–35. <https://doi.org/10.7748/nop.27.5.29.e697>
- Samuel, L., & Cohen, M. (2018). Expressive suppression and emotional eating in older and younger adults: An exploratory study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 78, 127–131. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2018.06.012>
- Scheufele, P., Rappl, A., Visser, M., Kiesswetter, E., & Volkert, D. (2023). Characterisation of community-dwelling older adults with poor appetite. *European Journal of Nutrition*, 62(5). <https://doi.org/10.1007/s00394-023-03129-5>
- Shakil, S., Ghosh, J., Singh, K., & Chaudhury, S. R. (2024). Comparative analysis of nutritional status among institutionalised and community-dwelling elderly women and its association with mental health status and cognitive function. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(8), 3078–3083. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_1932_23
- Sonnenberg, C. M., Deeg, D. J. H., Tilburg, T. G. van, Vink, D., Stek, M. L., & Beekman, A. T. F. (2013). Gender differences in the relation between depression and social support in later life. *International Psychogeriatrics*, 25(1), 61–70. <https://doi.org/10.1017/S1041610212001202>
- Susetyowati (2014). *Penerapan Skrining Gizi di Rumah Sakit*. 4th edition. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- Ye, H., Wang, Y., Xu, S., Tu, J., Hao, M., & Zhou, X. (2025). The effects of body dissatisfaction, lifestyle, and loneliness on emotional eating among older adults in Northeast China. *Aging & Mental Health*, 1–10. <https://doi.org/10.1080/13607863.2025.2479188>
- Zare, H., Rahimi, H., Abdollah Omid, Faezeh Nematolahi, & Sharifi, N. (2024). Relationship between emotional eating and nutritional intake in adult women with overweight and obesity: a cross-sectional study. *Nutrition Journal*, 23(1). <https://doi.org/10.1186/s12937-024-01030-3>