



**HUBUNGAN MOTIVASI MAKAN VEGETARIAN
DENGAN KUALITAS HIDUP
(SEBUAH STUDI DI SEKOLAH X)**

SKRIPSI

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**
HENDRIANI
46121110051

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA
2025**



**HUBUNGAN MOTIVASI MAKAN VEGETARIAN
DENGAN KUALITAS HIDUP
(SEBUAH STUDI DI SEKOLAH X)**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

HENDRIANI

46121110051

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERCU BUANA
JAKARTA**

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hendriani
NIM : 46121110051
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Makan Vegetarian dengan
Kualitas Hidup (Sebuah Studi di Sekolah X)

Menyatakan bahwa Laporan Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 21 Juli 2025



Hendriani

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Hendriani
NIM : 46121110051
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Makan Vegetarian dengan Kualitas Hidup (Sebuah Studi di Sekolah X)

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psikolog ()
NIDN : 0315099102

Ketua Penguji : Agustini, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0308087008

Penguji 1 : Popi Avati, M.Psi., Psikolog ()
NIDN : 0315028801

Jakarta, 21 Juli 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi, Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Motivasi Makan Vegetarian dengan Kualitas Hidup (Sebuah Studi di Sekolah X)”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana.

Penyusunan skripsi ini tentu tidak terlepas dari bantuan, dukungan, doa, dan semangat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan tulus, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Ardiansyah, M.Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing Tugas Akhir, yang dengan penuh kesabaran dan dedikasi telah membimbing penulis sejak awal hingga selesainya penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Fatma Nur Aqmarina, S.Psi, M.Psi. Psikolog, selaku Dosen Penguji Seminar Proposal yang telah memberikan masukan berharga untuk penyempurnaan skripsi ini.
6. Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Sidang dan Ibu Popi Avati, M.Psi., Psikolog selaku Penguji pada Sidang Tugas Akhir yang telah memberikan saran dan arahnya yang sangat berarti untuk penyempurnaan skripsi ini.
7. Ibu Erna Multahada, S.HI., S.Psi., M.Si. selaku dosen Pembimbing Akademik dan seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana yang telah membagikan ilmu dan pengalaman selama masa studi Penulis.

8. Para staf administrasi Fakultas Psikologi yang telah memberikan bantuan teknis dan administratif selama masa studi Penulis dan proses penyusunan skripsi ini.
9. Mama Subur tersayang, yang selalu hadir dalam doa dan kasih yang tak tergantikan.
10. Suami tercinta, FX.Widyasmara, yang dengan kesabaran luar biasa senantiasa mendampingi Penulis di setiap proses. Kehadirannya menjadi sumber kekuatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Seluruh keluarga besar, atas cinta, semangat, dan dukungan yang selalu diberikan tanpa henti.
12. Para guru dan karyawan di Sekolah X, yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi responden dalam penelitian ini dan mendukung usaha Penulis untuk menyelesaikan pendidikan sarjana ini.
13. Rekan-rekan seperjuangan, Lisa dan Sherly, atas kebersamaan, semangat, dan dukungan dalam melalui masa-masa sulit penyusunan skripsi ini.
14. Seluruh pihak yang tidak dapat Penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam berbagai bentuk.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun sangat Penulis harapkan untuk penyempurnaan di masa mendatang. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan psikologi, serta menjadi inspirasi dalam menjalani kehidupan yang lebih berkualitas.

Jakarta, 21 Juli 2025

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hendriani
NIM : 46121110051
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Makan Vegetarian dengan Kualitas Hidup (Sebuah Studi di Sekolah X)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 21 Juli 2025
Yang menyatakan,


Hendriani

ABSTRAK

Nama : Hendriani
NIM : 46121110051
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Hubungan Motivasi Makan Vegetarian dengan Kualitas Hidup (Sebuah Studi di Sekolah X)
Pembimbing : Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psikolog.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara motivasi makan vegetarian dan kualitas hidup pada guru dan karyawan di Sekolah X yang menerapkan pola makan vegetarian. Motivasi makan vegetarian diukur menggunakan instrumen VEMI+ (*Vegetarian Eating Motives Inventory Plus*) yang mencakup tujuh dimensi motivasi, sedangkan kualitas hidup diukur menggunakan WHOQOL-BREF yang mencakup empat domain utama. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Pearson. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi makan vegetarian secara keseluruhan dengan persepsi kualitas hidup ($r = 0,260$; $p = 0,078$). Analisis lebih lanjut terhadap hubungan antar dimensi motivasi makan dengan total skor kualitas hidup juga tidak menunjukkan signifikansi statistik. Demikian pula, korelasi antara total skor motivasi makan vegetarian dan masing-masing dimensi kualitas hidup menunjukkan kekuatan hubungan yang lemah dan tidak signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa motivasi makan vegetarian, baik secara keseluruhan maupun pada tiap dimensinya, belum menunjukkan pengaruh yang berarti terhadap persepsi kualitas hidup subjek penelitian ini. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hidup dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar motivasi pola makan, seperti kondisi psikososial, lingkungan sosial, dan stabilitas emosi.

Kata kunci: motivasi makan vegetarian, kualitas hidup, VEMI+, WHOQOL-BREF, kesejahteraan psikologis

ABSTRACT

Name : Hendriani
NIM : 46121110051
Study Program : Psikologi
Title Thesis Report : *The Relationship Between Vegetarian Eating Motivation and Quality of Life (A Study at School X)*
Counsellor : Prahastia Kurnia Putri, M. Psi, Psikolog

This study aims to examine the relationship between vegetarian eating motivation and quality of life among teachers and staff at School X who follow a vegetarian diet. Vegetarian motivation was measured using the Vegetarian Eating Motives Inventory Plus (VEMI+), which consists of seven motivational dimensions. Quality of life was assessed using the WHOQOL-BREF instrument, which includes four main domains. Data was analyzed using Pearson correlation tests. The results showed no significant relationship between overall vegetarian eating motivation and perceived quality of life ($r = 0.260$; $p = 0.078$). Further analysis also revealed no statistically significant correlation between each motivation dimension and total quality of life scores. Similarly, the correlation between overall vegetarian motivation and each domain of quality of life indicated weak and nonsignificant associations. These findings suggest that vegetarian eating motivation, both as a whole and by individual dimensions, does not substantially affect participants' perception of quality of life. This indicates that quality of life is influenced by a variety of factors beyond dietary motivation, such as psychosocial conditions, social environment, and emotional stability.

Keywords: *vegetarian eating motivation, quality of life, VEMI+, WHOQOL-BREF, psychological well-being*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
2.1 Kualitas Hidup	8
2.1.1 Definisi Kualitas hidup	8
2.1.2 Dimensi Kualitas Hidup <i>WHOQOL-BREF</i>	10
2.1.3 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup	11
2.2 Motivasi Makan Vegetarian.....	13
2.2.1 Definisi Motivasi Makan Vegetarian	13
2.2.2 Dimensi Motivasi Makan Vegetarian <i>VEMI+</i>	15

2.2.3 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Motivasi Makan Vegetarian.....	16
2.3 Penelitian Terdahulu	18
2.4 Dinamika Penelitian.....	20
2.5 Kerangka Berfikir.....	23
2.6 Hipotesis.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Desain Penelitian.....	26
3.2 Populasi dan sampel.....	26
3.2.1 Populasi.....	26
3.2.2 Sampel.....	26
3.3 Definisi Operasional Variabel.....	27
3.3.1 Kualitas Hidup (Y).....	27
3.3.2 Motivasi Makan Vegetarian (X)	27
3.4 Instrumen Penelitian.....	28
3.4.1 WHOQOL-BREF.....	28
3.4.2 VEMI+	30
3.5 Validitas dan Reliabilitas	31
3.5.1 Validitas	31
3.5.2 Reliabilitas.....	33
3.5.3 Simpulan Hasil Pengujian Alat Ukur.....	36
3.6 Analisis Data	36
3.6.1 Analisis Deskriptif	37
3.6.2 Analisis inferensial.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
4.1 Gambaran Umum Subjek.....	39
4.1.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
4.1.2 Data Responden Berdasarkan Usia	40
4.1.3 Data Responden Berdasarkan Lama menjadi Vegetarian	40

4.2 Hasil Analisis Data.....	41
4.2.1 Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	41
4.2.2 Analisis Inferensial.....	43
4.2.2.1 Uji Asumsi Klasik	43
4.2.2.2 Uji Hipotesis	48
4.2.2.3 Uji Kolerasi antar Dimensi Motivasi Makan Vegetarian	49
4.2.2.3 Uji Korelasi antar Dimensi Kualitas Hidup.....	50
4.3 Diskusi	51
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
5.1 Kesimpulan	55
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	56
5.3 Keunikan Penelitian	58
5.4 Saran.....	58
5.4.1 Saran Teoritis	58
5.4.2 Saran Praktis.....	60
 DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	65

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu	18
Tabel 3.1	Blueprint <i>World Health Organization Quality of Life</i> (WHOQOL) – BREF	29
Tabel 3.2	Blueprint <i>Vegetarian Eating Motives Inventory Plus</i> (VEMI+) ...	30
Tabel 3.3	Hasil <i>Expert Judgement VEMI+</i>	33
Tabel 3.4	Rekapitulasi Cronbach's Alpha untuk Setiap dimensi VEMI+	35
Tabel 4.1	Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	39
Tabel 4.2	Responden Berdasarkan Usia.....	40
Tabel 4.3	Responden Berdasarkan Lama Menjadi Vegetarian	40
Tabel 4.4	Uji Analisis Deskriptif	41
Tabel 4.5	Kategorisasi Hipotetik Variabel Motivasi Makan Vegetarian	42
Tabel 4.6	Kategorisasi Hipotetik Variabel Kualitas Hidup.....	43
Tabel 4.7	Uji Normalitas Kolmogorov dan Shapiro-Wilk.....	45
Tabel 4.8	Hasil Uji Korelasi.....	48
Tabel 4.9	Uji Korelasi antar Dimensi VEMI+	49
Tabel 4.10	Uji Korelasi antar Dimensi WHOQOL-BREF	50

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Berfikir.....	25
Gambar 4.1	Histogram.....	44
Gambar 4.2	Normal P-P Plot	45
Gambar 4.3	Scatterplot	46
Gambar 4.4	Scatterplot Uji Homoskedasitas	47



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Expert Judgement.....	66
Lampiran 2	Kuesioner Penelitian	72
Lampiran 3	Data Kuesioner.....	83
Lampiran 4	Reliabilitas Variabel Y.....	90
Lampiran 5	Reliabilitas Variabel X.....	91
Lampiran 6	Reliabilitas variabel X antar Dimensi	92
Lampiran 7	Analisis Deskriptif	93
Lampiran 8	Uji Normalitas.....	93
Lampiran 9	Uji Korelasi	94
Lampiran 10	Similarity Check.....	96

