

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Stres Akademik, Pola Konsumsi Gizi Seimbang dan Uang Saku terhadap Asupan Energi Mahasiswa Tingkat Akhir Fikes Uhamka

Zaytina Eka Nuraini

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=77424&lokasi=lokal>

Abstrak

Stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir akibat pengerjaan skripsi merupakan salah satu penyebab terjadinya kelebihan dan kekurangan asupan energi. Selain itu, pola konsumsi gizi seimbang dan uang saku juga berperan dalam asupan yang dikonsumsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres akademik, pola konsumsi gizi seimbang dan uang saku terhadap asupan energi mahasiswa tingkat akhir Fikes Uhamka. Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional yang dilakukan pada bulan Februari-Maret tahun 2023. Populasi adalah mahasiswa tingkat akhir angkatan 2018 dan 2019 Fikes Uhamka sebanyak 107 orang yaitu Prodi Gizi 63 orang dan Prodi Kesmas 44 orang yang dipilih dengan simple random sampling. Variabel dependen yaitu asupan energi dan variabel independen yaitu stres akademik, pola konsumsi gizi seimbang dan uang saku. Pengambilan data dengan mengisi kuesioner stres akademik, pola konsumsi gizi seimbang dan uang saku pada link g-form yang diberikan dan melakukan food recall 2x24 jam dengan wawancara daring via g-meet. Penelitian ini menggunakan analisis statistik univariat dan bivariat menggunakan uji fisher exact dengan taraf nyata 5%. Hasil menunjukkan bahwa sebanyak 88,8% responden memiliki asupan energi kategori kurang; 72% memiliki stres akademik kategori sedang; 71% memiliki pola konsumsi gizi seimbang kategori kurang; 55,2% memiliki uang saku untuk konsumsi kategori rendah, serta terdapat hubungan signifikan pada variabel stres akademik ($p=0,000$), pola konsumsi gizi seimbang ($p=0,005$) dan uang saku ($p=0,000$) dengan asupan energi. Kesimpulan, stres akademik, pola konsumsi gizi seimbang dan uang saku merupakan faktor-faktor yang berhubungan dengan asupan energi mahasiswa tingkat akhir Fikes Uhamka.