



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK, PENGETAHUAN GIZI, INTERAKSI
TEMAN SEBAYA, DAN UANG SAKU DENGAN PERILAKU MAKAN
PADA MAHASISWA RUMPUN ILMU KESEHATAN
DI UNIVERSITAS ANDALAS**

Oleh:

FAGHIRA SYAFRIANI

No. BP 1911222003

Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM

Pembimbing II : Dr. Deni Elnovriza, STP, M.Si



Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2023

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Agustus 2023

Faghira Syafriani, No. BP 1911222003

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK, PENGETAHUAN GIZI, INTERAKSI
TEMAN SEBAYA, DAN UANG SAKU DENGAN PERILAKU MAKAN
MAHASISWA RUMPUN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS ANDALAS**
xi + 88 halaman, 29 tabel, 2 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang

Mahasiswa sebagai remaja tingkat akhir merupakan salah satu kelompok usia yang rentan mengalami perilaku makan yang tidak baik dan akan berdampak pada gangguan makan dan status gizi jika tidak segera ditangani. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi perilaku makan yang tidak baik pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres akademik, pengetahuan gizi, interaksi teman sebaya, dan uang saku dengan perilaku makan pada mahasiswa rumpun ilmu kesehatan di Universitas Andalas.

Metode

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*, dilakukan pada bulan Juli 2023 dengan jumlah sampel 166 orang mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proportional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Pengolahan dan analisis data secara univariat dan bivariat dengan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 52,4% mahasiswa memiliki perilaku makan yang tidak baik, 64,5% mahasiswa mengalami stres akademik tingkat sedang, 45,8% mahasiswa memiliki pengetahuan gizi yang baik, 69,9% mahasiswa memiliki interaksi teman sebaya tingkat sedang, dan 60,8% mahasiswa memiliki uang saku yang besar. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara variabel tingkat stres (*p-value* 0,001), pengetahuan gizi (*p-value* 0,009), interaksi teman sebaya (*p-value* 0,043) dan uang saku (*p-value* 0,004) dengan perilaku makan.

Kesimpulan

Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres, pengetahuan gizi, interaksi teman sebaya, dan uang saku dengan perilaku makan mahasiswa rumpun ilmu kesehatan di Universitas Andalas. Diharapkan mahasiswa lebih memperbaiki atau mempertahankan perilaku makan yang sudah baik dengan mengelola stres, meningkatkan pengetahuan gizi, memilih lingkungan pertemanan yang baik, serta mengalokasikan uang saku secara bijak.

Daftar Pustaka : 79 (2013 – 2023)

Kata Kunci : interaksi teman sebaya, pengetahuan gizi, perilaku makan, stres akademik, uang saku

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

**Thesis, August 2023
Faghira Syafriani, No. BP 1911222003**

THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS, NUTRITIONAL KNOWLEDGE, PEER INTERACTION, AND POCKET MONEY AND EATING BEHAVIORS OF ANDALAS UNIVERSITY HEALTH SCIENCE STUDENTS

xi + 88 pages, 29 tables, 2 pictures, 11 appendices

ABSTRACT

Objective

Students as final grade adolescents are one of the age groups that are vulnerable to unhealthy eating behaviors and it will have an impact on eating disorders and poor nutritional status if not get overcome immediately. Many factors can influence unhealthy eating behaviors in college students. This study aims to determine the relationship between academic stress levels, nutritional knowledge, peer interaction, and pocket money and eating behaviors in Andalas University Health Science students.

Method

The research type is quantitative with a cross-sectional design. The study was conducted in July 2023 with 166 samples. Sampling using proportional random sampling technique. Data collection was carried out using questionnaires. Univariate and biavariate data processing and analysis with Chi-Square statistical test.

Result

The results showed that 52.4% of students had unhealthy eating behavior, 73.7% of students experienced moderate academic stress, 45.8% of students had good nutritional knowledge, 64.5% of students had moderate peer interaction, and 60.8% of students had large pocket money. The results of the bivariate analysis showed that there was a significant relationship between the variables of stress level (p-value 0.001), nutritional knowledge (p-value 0.009), peer interaction (p-value 0.043), and pocket money (p-value 0.004) and eating behavior.

Conclusion

There was a significant relationship between stress levels, nutritional knowledge, peer interaction and pocket money and eating behavior of Andalas University health science students. It is expected that students will improve or maintain healthy eating behavior by managing stress, increasing nutritional knowledge, choose a good circle of friends, and allocating pocket money wisely.

Bibliography : 79 (2013 – 2023)

Keywords : academic stres, eating behavior, nutritional knowledge, peer interaction, pocket money