



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, EMOTIONAL EATING,
DAN STRES AKADEMIK DENGAN KUALITAS DIET PADA
MAHASISWA PROGRAM STUDI GIZI YANG SEDANG
MENJALANI SKRIPSI DI FAKULTAS KESEHATAN
MASYARAKAT UNIVERSITAS ANDALAS
PADA TAHUN 2024**

Oleh :

MIKE YOLANDA

No. BP. 2011223022

Pembimbing I : Risti Kurnia Dewi, S.Gz., M.Si

Pembimbing II : Dr. Denas Symond, MCN

Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Agustus 2024

MIKE YOLANDA, No. Bp. 2011223022

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, *EMOTIONAL EATING*, DAN STRES
AKADEMIK DENGAN KUALITAS DIET PADA MAHASISWA PROGRAM
STUDI GIZI YANG SEDANG MENJALANI SKRIPSI DI FAKULTAS
KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS ANDALAS PADA TAHUN
2024**

xiv + 118 halaman, 22 tabel, 3 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan gizi, *emotional eating*, dan stres akademik dengan kualitas diet pada mahasiswa program studi gizi yang sedang menjalani skripsi di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas pada tahun 2024.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas dari Februari – Agustus 2024. Jumlah sampel penelitian adalah 63 responden yang diambil dengan cara *proportional random sampling*. Data dikumpulkan dengan cara wawancara dan pengisian kuesioner. Data dianalisis dengan cara uji korelasi *rank spearman*.

Hasil

Hasil analisis korelasi *rank spearman* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *emotional eating* ($p=0,033$; $r=0,269$) dengan kualitas diet dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi ($p=0,410$; $r=106$) dan stres akademik ($p=0,654$; $r=-0,135$) dengan kualitas diet.

Kesimpulan

Kesimpulannya, *emotional eating* memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas diet sedangkan pengetahuan gizi dan stres akademik tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas diet.

Daftar Pustaka : 126 (1986-2024)

Kata Kunci : *Emotional Eating*, Kualitas Diet, Pengetahuan Gizi, Stres Akademik

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, August 2024

MIKE YOLANDA, No. Bp. 2011223022

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL KNOWLEDGE,
EMOTIONAL EATING, AND ACADEMIC STRESS WITH DIET QUALITY
IN NUTRITION STUDY PROGRAM STUDENTS WHO ARE UNDERGOING
A THESIS AT THE FACULTY OF PUBLIC HEALTH, UNIVERSITY OF
ANDALAS IN 2024**

xiv + 118 pages, 22 tables, 3 pictures, 12 appendices

ABSTRACT

Objective

This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge, emotional eating, and academic stress with diet quality in nutrition study program students who are undergoing thesis at the Faculty of Public Health, Andalas University in 2024.

Methods

This study used a cross sectional design. This research was conducted at the Faculty of Public Health, Andalas University from February - August 2024. The number of research samples was 63 respondents taken by proportional random sampling. Data were collected by interview and filling out questionnaires. Data were analyzed using the spearman rank correlation test.

Result

The results of rank spearman correlation analysis showed that there was a significant relationship between emotional eating ($p=0.033$; $r=0.269$) with diet quality and there was no significant relationship between nutritional knowledge ($p=0.410$; $r=106$) and academic stress ($p=0.654$; $r=-0.135$) with diet quality.

Conclusion

In conclusion, emotional eating has a significant relationship with diet quality while nutritional knowledge and academic stress do not have a significant relationship with diet quality.

References : 126 (1986-2024)

Keywords : Academic Stress, Dietary Quality, Emotional Eating, Nutritional Knowledge