

HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI MAHASISWA YAYASAN ALI MAKSUM PONDOK PESANTREN KRAPYAK YOGYAKARTA PADA MASA PANDEMI COVID-19

Hanafiyah Imroni¹, Emy Huriyati², Yayuk Hartriyanti³

INTISARI

Latar Belakang: Status gizi mahasiswa dapat ditentukan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah asupan makan yang tidak optimal akibat stres yang berlebihan. Berbagai penelitian menyebutkan, kondisi pandemic disertai dengan semakin meningkatnya prevalensi berat badan berlebih dan obesitas pada dewasa muda Indonesia, serta tingginya prevalensi status gizi tidak normal pada mahasiswa yang mengalami stres. Status gizi yang tidak optimal menyumbang pada risiko morbiditas, mortalitas, dan *double burden of disease* (penyakit menular dan tidak menular) yang tinggi.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara stres dengan pola makan dan status gizi mahasiswa Yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krpyak Yogyakarta pada masa pandemi Covid-19.

Metode: Metode penelitian yang digunakan adalah epidemiologi analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* di Yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krpyak Yogyakarta dengan 66 responden yang diambil secara total sampling. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik responden, tingkat stres, pola makan, berat badan, dan tinggi badan. Data karakteristik, tingkat stres, dan pola makan diukur menggunakan kuesioner. Data berat badan dan tinggi badan diukur menggunakan pengukuran antropometri kepada responden. Analisis statistik menggunakan *chi-square* dan regresi logistik untuk melihat hubungan antar variabel.

Hasil: Pada penelitian ini tidak terdapat hubungan antara stres dengan pola makan energi ($p=0,317$), protein ($p=0,450$), lemak ($p=0,798$), dan karbohidrat ($p=0,83$). Tidak terdapat hubungan antara stres dengan status gizi ($p=0,145$). Tidak terdapat hubungan antara pola makan energi ($p=0,939$), protein ($p=0,203$), lemak ($p=0,998$), dan karbohidrat ($p=0,828$) dengan status gizi.

Kesimpulan: Prevalensi stres rendah adalah 54,5% dan prevalensi stres tinggi adalah 45,5%. Sedangkan prevalensi status gizi normal adalah 62,1%, prevalensi *underweight* adalah 16,7%, dan prevalensi *overweight* adalah 21,2%. Pada penelitian ini tidak terdapat hubungan antara stres dengan pola makan, stres dengan status gizi, dan pola makan dengan status gizi.

Kata kunci: Status Gizi, Pola Makan, Stres, Mahasiswa, Pandemi Covid-19.

¹ Program Studi Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

² Program Studi Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

³ Program Studi Gizi Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS, DIET, AND NUTRITIONAL STATUS AMONG STUDENTS IN YAYASAN ALI MAKSUM PONDOK PESANTREN KRAPYAK YOGYAKARTA DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Hanafiyah Imroni⁴, Emy Huriyati⁵, Yayuk Hartriyanti⁶

ABSTRACT

Background: Nutritional status of students can be determined by food intake that is not optimal due to excessive stress. Various studies explain that the pandemic is accompanied by increasing prevalence of overweight and obesity in young adults and stress students. Suboptimal nutritional status contributes to the high risk of morbidity, mortality, and double burden disease (communicable and non communicable disease).

Objective: To determine the relationship between stress, diet, and nutritional status among students in Yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta during the Covid-19 pandemic.

Method: The research method is analytical epidemiology observational with a cross-sectional study at Yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta with 66 respondents taken by total sampling. The data collected were the characteristics of respondents, stress levels, eating patterns, weight, and height. Data characteristic, stress levels, and eating patterns were measured using a questionnaire. Weight and height were measured using anthropometric measurements. Statistical analysis using chi-square and logistic regression to see the relationship between variables.

Results: There was no relationship between stress and intake energy ($p=0,317$), protein ($p=0,450$), fat ($p=0,798$), and carbohydrate ($p=083$). There is no relationship between stress and nutritional status ($p=0,145$).

Conclusion: The prevalence of low stress is 54,5% and the prevalence of high stress is 45,5%. The prevalence of normal nutritional status is 62,1%, the prevalence of underweight is 16,7%, and the prevalence of overweight is 21,2%. In this study, there was no relationship between stress and diet, stress and nutritional status, also diet and nutritional status.

Keywords: Nutritional Status, Diet, Stress, Students, Covid-19 Pandemic

⁴ Nutrition and Health Departement, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing Gadjah Mada University

⁵ Nutrition and Health Departement, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing Gadjah Mada University

⁶ Nutrition and Health Departement, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing Gadjah Mada University