

Hubungan Emotional Eating Dengan Tingkat Stres, Stresor Perkuliahan, Status Gizi Dan Faktor Lainnya Pada Mahasiswi S1 Reguler FKM UI Tahun 2020

Shavira, Dhea

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=134213&lokasi=lokal>

Abstrak

Emotional eating merupakan kecenderungan seseorang untuk makan secara berlebihan dalam menanggapi emosi negatif. Kecenderungan emotional eating erat hubungannya dengan konsumsi makanan tinggi gula, garam dan lemak, makanan bertekstur renyah, dan minuman berpemanis. Apabila pola konsumsi ini dilakukan secara terus menerus, akan meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler dan Diabetes Mellitus tipe II. Kecenderungan emotional eating dapat terjadi karena berbagai faktor seperti tingkat stres, stresor perkuliahan, status gizi, dan eating dysregulation. Untuk melihat hubungan emotional eating dengan faktor-faktor tersebut dilakukan penelitian cross-sectional pada mahasiswi S1 Reguler FKM UI.

Pengambilan sampel dalam penelitian dilakukan dengan metode stratified random sampling. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan dua cara, yaitu uji chi square dan uji t independen. Hasil uji t independen menunjukkan adanya perbedaan rata-rata yang signifikan skor eating dysregulation berdasarkan kecenderungan emotional eating (p value = 0.011). Pada penelitian ini, tidak ada perbedaan proporsi yang signifikan kejadian emotional eating berdasarkan status gizi, namun ditemukan bahwa variabel eating dysregulation juga dapat menjadi variabel confounding yang mempengaruhi hubungan antara status gizi dengan emotional eating (p value = 0.035).

Kata Kunci: Emotional eating, stres, status gizi, eating dysregulation, eating disorder.