

Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Meals Skipping pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Tahun 2025

Tsabita, Yasmin

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138448&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Berbagai masalah gizi yang timbul pada mahasiswa dapat disebabkan karena adanya perubahan gaya hidup terutama pola makan. Tidak jarang mahasiswa melewatkan waktu makan yang nantinya akan berpengaruh pada kesehatan dan performanya baik secara akademik maupun non akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kebiasaan meals skipping pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia angkatan 2021-2024. Penelitian ini dilakukan dengan metode cross-sectional yang melibatkan 152 responden. Pengambilan data dilakukan pada bulan Mei melalui pengisian kuesioner secara online. Sebagian besar mahasiswa FKM UI memiliki kebiasaan meals skipping (78,3%). Berdasarkan hasil uji bivariat didapatkan hubungan yang signifikan antara variabel status tempat tinggal mahasiswa (p-value = 0,029), uang saku (p-value = 0,003), dan tingkat stres (p-value = 0,032) terhadap kebiasaan meals skipping. Setelah mengetahui hasil penelitian, mahasiswa diharapkan dapat lebih memperhatikan waktu makan utamanya, menyimpan dan menyiapkan bahan makanan agar mudah disajikan, mengatur pengeluaran dengan lebih baik, dan melakukan konseling apabila merasa stres.</div><hr /><div style="text-align: justify;">Various nutritional problems experienced by college students can be caused by lifestyle changes, especially in eating patterns. It is common for students to skip meals, which can subsequently affect their health and performance, both academically and non-academically. This study aims to identify factors related to meals skipping habits among students of the Faculty of Public Health, Universitas Indonesia, batch 2021-2024. A cross-sectional method was used involving 152 respondents. Data collection was conducted in May through online questionnaires. The majority of respondents have meals skipping habit (78,3%). Bivariate analysis showed significant associations between meals skipping habits and variables such as student living arrangement (p-value = 0.029), pocket money (p-value = 0.003), and stress level (p-value = 0.032). Based on these findings, students are expected to pay more attention to their meals, make meal prep for easy serving, manage their expenses better, and seek counseling if they experience stress.</div>