

SKRIPSI

**PENGARUH STRES TERHADAP PERILAKU MAKAN
PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
ANGKATAN 2021–2023**



JANTI WAHYUNINGRUM

04011282126080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

SKRIPSI

PENGARUH STRES TERHADAP PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2021–2023

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



JANTI WAHYUNINGRUM

04011282126080

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH STRES TERHADAP PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2021–2023

LAPORAN AKHIR SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran (S.Ked)


Oleh :
Janti Wahyuningrum
04011282126080

Palembang, 10 Januari 2025
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

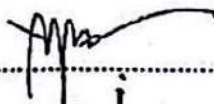
Pembimbing I
dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes
NIP. 198509272010122006


.....

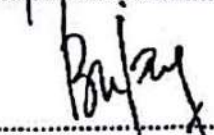
Pembimbing II
dr. Syarifah Aini, Sp.KJ
NIP. 198701172010122002


.....

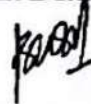
Penguji I
dr. Diyaz Syaumi Ikhsan, Sp.KJ
NIP. 198503092009121004


.....

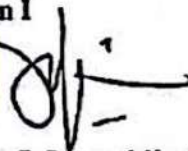
Penguji II
dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198702052014042002


.....

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter



Mengetahui,
Wakil Dekan I



Dr. dr. Susilawati, M.Kes. NIP. 197802272010122001
Prof. Dr. dr. Irfannuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked
NIP. 197306131999031001

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi ini dengan judul “Pengaruh Stres Terhadap Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2021–2023” telah dipertahankan dihadapan Tim penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 10 Januari 2025.

Palembang, 10 Januari 2025

Tim Penguji Karya Ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi

Pembimbing I

dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes

NIP. 198509272010122006

Pembimbing II

dr. Svarifah Aini, Sp.KJ

NIP. 198701172010122002

Penguji I

dr. Diyaz Syaumi Ikhsan, Sp.KJ

NIP. 198503092009121004

Penguji II

dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ

NIP. 198702052014042002

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter

Mengetahui,
Wakil Dekan I



Dr. dr. Susilawati, M.Kes., Sp.KJ NIP. 197802272010122006

Prof. Dr. dr. Irfanuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked NIP. 197306131999031001

HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Janti Wahyuningrum
NIM : 04011282126080
Judul : Pengaruh Stres Terhadap Perilaku Makan pada Mahasiswa
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2021–2023.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi saya ditulis oleh saya sendiri didampingi oleh tim pembimbing, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Tidak terdapat karya yang pernah diajukan atau ditulis oleh orang lain kecuali karya yang saya kutip dan rujuk yang saya sebutkan dalam daftar pustaka. Apabila ditemukan unsur plagiarisme dalam Skripsi ini saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.



Palembang, 10 Januari 2025



Janti Wahyuningrum
NIM. 04011282126080

ABSTRAK

PENGARUH STRES TERHADAP PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2021–2023

(Janti Wahyuningrum, Januari 2025, 82 halaman)
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Latar Belakang: Mahasiswa Fakultas kedokteran memiliki tingkat stres yang tinggi akibat tekanan akademik. Stres terbagi menjadi *eustress* dan *distress*. Stres dapat memengaruhi perilaku makan seperti makan berlebihan atau mengurangi nafsu makan. Perilaku makan adalah upaya untuk meredakan keresahan, meningkatkan penerimaan diri, keamanan pada diri, serta orang lain. Perilaku makan pada penelitian ini berperan sebagai mekanisme koping atau untuk mengurangi perasaan tidak aman akibat tekanan dari luar. Penelitian ini dilakukan atas dasar kekhawatiran peneliti mengenai tingkat stres yang cukup tinggi di kalangan mahasiswa fakultas kedokteran.

Metode: Jenis penelitian ini adalah analitik observasional menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik *total sampling*. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer yang didapatkan dengan pengisian kuesioner PSS-10 dan AEBQ. Data tersebut kemudian diolah menggunakan Microsoft Excel untuk di edit dan dianalisis menggunakan SPSS 27. Responden yang mendekati makan berpeluang 2,371 kali dialami oleh orang yang stres berat dibandingkan dengan yang mengalami stres ringan dan sedang.

Hasil : Berdasarkan penelitian, dari 322 responden sebanyak 257 responden (79,8%) mengalami stres sedang, 55 responden (17,1%) mengalami stres berat, dan 10 responden (3,1%) mengalami stres ringan. Dari segi perilaku makan, sebanyak 161 responden (50%) mendekati makan dan sebanyak 161 responden (50%) menjauhi makan

Kesimpulan: Dari gabungan sel pada kategori tingkat stres berat dan sedang-ringan, didapatkan adanya pengaruh tingkat stres terhadap perilaku makan yang signifikan ($p = 0,005$), dengan odds ratio (OR) sebesar 2,371 dan interval kepercayaan (CI) 95% sebesar 1,285–4,373. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mendekati makan berpeluang 2,371 kali lebih besar untuk mengalami stres berat dibandingkan dengan yang mengalami stres ringan dan sedang.

Kata Kunci: Tingkat Stres, Perilaku Makan, Mahasiswa Kedokteran.

ABSTRACT

THE IMPACT OF STRESS ON EATING BEHAVIOR AMONG STUDENTS AT THE FACULTY OF MEDICINE, SRIWIJAYA UNIVERSITY CLASS OF 2021–2023

(Janti Wahyuningrum, January 2025, 82 page)
Faculty of Medicine, Sriwijaya University

Introduction: Medical students experience high levels of stress due to academic pressures. Stress can be categorized into eustress and distress. Stress can influence eating behavior, such as overeating or loss of appetite. Eating behavior serves as an effort to alleviate anxiety, enhance self-acceptance, and provide a sense of security for oneself and others. In this study, eating behavior is viewed as a coping mechanism or a way to reduce feelings of insecurity caused by external pressures. This research is conducted based on the researcher's concern about the high levels of stress among medical students.

Method: This type of research is observational analytic using cross-sectional design with total sampling technique. The data used in this study are primary data obtained by filling out the PSS-10 and AEBQ questionnaires. Data processing was done through Microsoft Excel to be edited and analyzed using SPSS 27.

Results: Based on the research, 322 respondents were surveyed, of which 257 respondents (79.8%) experienced moderate stress, 55 respondents (17.1%) had severe stress, and 10 respondents (3.1%) had mild stress. In terms of eating behavior, 161 respondents (50%) tended to approach eating, while 161 respondents (50%) tended to avoid eating.

Conclusion: From the combination of cells in the severe and moderate-light stress level categories, a significant effect of stress level on eating behavior was observed ($p = 0.005$), with an odds ratio (OR) of 2.371 and a 95% confidence interval (CI) of 1.285–4.373. The results show that respondents who are prone to eating have a 2.371 times higher likelihood of experiencing severe stress compared to those with mild or moderate stress.

Keyword: Stress Level, Eating Behavior, Medical Students.

RINGKASAN

PENGARUH STRES TERHADAP PERILAKU MAKAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA ANGKATAN 2021–2023

Karya tulis ilmiah berupa skripsi, 10 Januari 2025.

Janti Wahyuningrum; Dibimbing oleh dr. Puji Rizky Suryani, M.Kes dan dr. Syarifah Aini, Sp.KJ

Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

xviii + 82 halaman, 9 tabel, 3 gambar, 12 lampiran.

Mahasiswa Fakultas Kedokteran sering mengalami tingkat stres yang tinggi akibat tekanan akademik. Stres ini dapat memengaruhi perilaku makan, baik itu makan berlebihan atau berkurangnya nafsu makan. Perilaku makan dapat berfungsi sebagai mekanisme koping untuk meredakan kecemasan atau perasaan tidak aman. Penelitian ini dilakukan untuk mencari pengaruh antara tingkat stres terhadap perilaku makan di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran.

Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain *cross-sectional* menggunakan teknik *total sampling*. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner PSS-10 untuk mengukur tingkat stres dan AEBQ untuk mengukur perilaku makan. Data kemudian dianalisis menggunakan SPSS 27.

Dari 322 responden, 79,8% mengalami stres sedang, 17,1% mengalami stres berat, dan 3,1% mengalami stres ringan. Sebanyak 50% responden cenderung mendekati makan sebagai respons terhadap stres, sementara 50% lainnya menjauhi makan. Analisis data menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres terhadap perilaku makan ($p = 0,005$), dengan Odds Ratio (OR) = 2,371 dan 95% Confidence Interval (CI) = 1,285-4,373. Responden yang mendekati makan berpeluang 2,371 kali dialami oleh orang yang stres berat dibandingkan dengan yang mengalami stres ringan dan sedang.

Kata Kunci: Tingkat Stres, Perilaku Makan, Mahasiswa Kedokteran.

SUMMARY

THE IMPACT OF STRESS ON EATING BEHAVIOR AMONG STUDENT AT THE FACULTY OF MEDICINE, SRIWIJAYA UNIVERSITY CLASS OF 2021–2023

Scientific writing in the form of thesis, January 10th, 2025

Janti Wahyuningrum; Supervised by dr. Puji Rizky Suryani, M.Kes dan dr. Syarifah Aini, Sp.KJ

Medical Education Study Program, Faculty of Medicin Sriwijaya University

xviii + 82 pages, 9 table, 3 figure, 12 attachment

Medical students often experience high levels of stress due to academic pressures. This stress can affect eating behaviors, such as overeating or reduced appetite. Eating behavior can serve as a coping mechanism to relieve anxiety or feelings of insecurity. This study was conducted to examine the influence of stress levels on eating behaviors among medical students.

This research is an observational analytical study with a cross-sectional design using total sampling technique. Primary data were collected through the PSS-10 questionnaire to measure stress levels and the AEBQ questionnaire to assess eating behaviors. The data were then analyzed using SPSS 27.

Of the 322 respondents, 79.8% experienced moderate stress, 17.1% experienced severe stress, and 3.1% experienced mild stress. Fifty percent of the respondents tended to approach eating as a response to stress, while the other 50% tended to avoid eating. Data analysis showed a significant relationship between stress levels and eating behaviors ($p = 0.005$), with an Odds Ratio (OR) = 2.371 and a 95% Confidence Interval (CI) = 1.285-4.373. The results show that respondents who are prone to eating have a 2.371 times higher likelihood of experiencing severe stress compared to those with mild or moderate stress.

Keywords: Stress Level, Eating Behavior, Medical Students.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas berkah, rahmat dan karunia-Nya, sehingga usulan penelitian skripsi yang berjudul “Pengaruh Stres Terhadap Perilaku Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Angkatan 2021–2023” yang menjadi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana kedokteran (S.Ked.) pada Program Studi Pendidikan Dokter Umum, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Dalam penyusunan skripsi ini melibatkan banyak pihak yang selalu senantiasa memberi bantuan, dukungan serta doa. Oleh sebab itu, ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis ucapkan kepada:

1. Allah SWT karena telah memberikan saya nikmat pengetahuan, kesehatan, dan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
2. dr. Puji Rizki Suryani M.Kes. dan dr. Syarifah Aini, Sp.KJ. selaku dokter pembimbing saya yang telah memberi banyak bantuan, masukan serta ilmu untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penulisan skripsi ini.
3. Ibu, papak, kakak-kakak, dan ayuk penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan doa selama penulisan skripsi ini.
4. Gledisyah, Intan, Violin, Mita, Icha, Fifi, Alde, Bila, Zikra dan seluruh teman-teman yang tidak saya bisa sebutkan satu persatu yang sudah memberikan dukungan, semangat, doa, dan hiburan di saat masa sulit dalam penulisan skripsi ini.

Palembang, 10 Januari 2025



Janti Wahyuningrum

04011282126080

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Janti Wahyuningrum

NIM : 04011282126080

Judul Skripsi : Pengaruh Stres Terhadap Perilaku Makan pada Mahasiswa
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2021–2023.

Memberikan izin kepada Pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Dalam kasus ini saya setuju untuk menempatkan Pembimbing sebagai penulis korespondensi (*Corresponding author*).

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, 10 Januari 2025



Janti Wahyuningrum

04011282126080

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
RINGKASAN	viii
SUMMARY	ix
KATA PENGANTAR.....	x
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1. Tujuan Umum	3
1.3.2. Tujuan Khusus	3
1.4. Hipotesis.....	4
1.5. Manfaat Penelitian.....	4
1.5.1. Manfaat Teoritis	4
1.5.2. Manfaat Praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1. Stres	5
2.1.1. Definisi Stres	5
2.1.2. Definisi Perceived Stress	6
2.1.3. Penyebab Stres	6
2.1.4. Jenis Stres.....	8

2.1.5.	Manifestasi Klinis	9
2.1.6.	Klasifikasi Stres	11
2.1.7.	Cara Mengatasi Stres	12
2.1.8.	Cara Pengukuran Tingkat Stres.....	12
2.2.	Perilaku Makan	15
2.2.1.	Definisi	15
2.2.2.	Epidemiologi	15
2.2.3.	Aspek-aspek Perilaku Makan.....	16
2.2.4.	Faktor-Faktor Perilaku Makan	17
2.2.5.	Cara Ukur Perilaku Makan	18
2.3.	Hubungan Tingkat Stres terhadap Perilaku.....	19
2.4.	Kerangka Teori.....	22
2.5.	Kerangka Konsep	23
BAB III METODE PENELITIAN.....		24
3.1	Jenis Penelitian	24
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian	24
3.3	Populasi dan Sampel Penelitian	24
3.3.1	Populasi	24
3.3.2	Sampel.....	24
3.3.3	Besar Sampel.....	25
3.4	Cara Pengambilan Sampel	25
3.5	Kriteria Inklusi	25
3.6	Variabel Penelitian	26
3.7	Definisi Operasional.....	27
3.8	Rencana Pengumpulan Data.....	29
3.9	Cara Pengolahan Data dan Analisis Data.....	29
3.9.1	Cara Pengolahan Data	29
3.9.2	Analisis Data	29
3.10	Kerangka Operasional	30

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
4.1 Hasil Penelitian	31
4.1.1 Distribusi Berdasarkan Sosisiodemografi	31
4.1.2 Distribusi Berdasarkan Tingkat Stres	32
4.1.3 Distribusi Berdasarkan Perilaku Makan.....	33
4.1.4 Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Perilaku Makan	33
4.2 Pembahasan	37
4.2.1 Distribusi Responden Berdasarkan Sosisiodemografi.....	37
4.2.2 Distribusi Responden Berdasarkan Distribusi Tingkat Stres	40
4.2.3 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Makan.....	42
4.2.4 Distribusi Tingkat Stres Berdasarkan Perilaku Makan	44
4.3 Keterbatasan Penelitian	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	27
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Sosiodemografi.....	32
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres.....	32
Tabel 4. 3 Rerata Distribusi Tingkat Stres Responden	33
Tabel 4. 4 Distribusi Berdasarkan Perilaku Makan	33
Tabel 4. 5 Rerata Distribusi Perilaku Makan	33
Tabel 4. 6 Distribusi Karakteristik Sosiodemografi terhadap Tingkat Stres.	34
Tabel 4. 7 . Distribusi Karakteristik Sosiodemografi terhadap Perilaku Makan. ..	36
Tabel 4. 8 Pengaruh Tingkat Stres Berdasarkan Perilaku Makan.....	37
Tabel 4. 9 Pengaruh Tingkat Stres Berdasarkan Perilaku Makan.....	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	23
Gambar 3. 1 Kerangka Operasional	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Menjadi Responden	56
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden	58
Lampiran 3. Identitas Responden.....	60
Lampiran 4. Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS)	62
Lampiran 5. Kuesioner Adult Eating Behavior Questionner (AEBQ)	64
Lampiran 6. Hasil Analisis SPSS.....	68
Lampiran 7. Sertifikat Etik.....	77
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	78
Lampiran 9. Surat Keterangan Selesai Penelitian	79
Lampiran 10. Lembar Konsultasi Skripsi	80
Lampiran 11. Cek Plagiarisme (Turnitin)	81
Lampiran 12. Biodata.....	82

DAFTAR SINGKATAN

PSS	: <i>Perceived Stress Scale</i>
AEBQ	: <i>Adult Eating Behavior Questionnaire</i>
CRH	: <i>Constrictotrocin-Releasing Hormone</i>
ARC/ARH	: <i>Arkuata hipotalamus</i>
SPSS	: <i>Statistical Program for Social Sciences</i>
EF	: <i>Enjoyment of Food</i>
EOE	: <i>Emotional Over-Eating</i>
EUE	: <i>Emotional Under-Eating</i>
FF	: <i>Food Fussiness</i>
FR	: <i>Food Responsiveness</i>
SE	: <i>Slowness in Eating</i>
H	: <i>Hunger</i>
SR	: <i>Satiety Responsiveness</i>
FFQ	: <i>Food Frekuensi Questionnaire</i>

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres merupakan fenomena yang pasti dialami oleh semua manusia. Stres adalah perasaan tertekan dan ketegangan mental. Berdasarkan Kaplan & Saddock, stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap tuntutan yang disebabkan oleh kondisi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan.¹ Secara garis besar, stres terbagi menjadi dua, yaitu stres positif dan stres negatif. Stres positif adalah tingkat stres ringan yang dapat meningkatkan fasilitas kinerja serta penting untuk motivasi, adaptasi, dan melakukan reaksi terhadap lingkungan sekitar, sedangkan stres dikatakan negatif apabila tingkat stresnya tinggi dan dapat mengganggu masalah biologis, psikologis, dan sosial, bahkan bahaya serius bagi seseorang. Stres dapat berasal dari faktor eksternal yang berasal dari lingkungan maupun faktor internal yang berasal dari persepsi internal individu.²

Menurut WHO, prevalensi stres secara global tergolong cukup tinggi, yaitu terdapat lebih dari 350 juta penduduk di dunia yang mengalami stres.³ Sementara itu di Indonesia, sekitar 1,33 juta penduduk diperkirakan mengalami gangguan kesehatan mental atau stres. Angka tersebut mencapai 14% dari total penduduk dengan tingkat stres akut (stres berat) mencapai 1-3%.⁴

Fenomena stres telah menjadi perhatian utama dalam berbagai bidang kehidupan, termasuk di kalangan mahasiswa fakultas kedokteran.⁵ Mahasiswa fakultas kedokteran seringkali menghadapi tekanan yang tinggi dalam menjalani kehidupan perkuliahan, menghadapi tugas-tugas akademik, mengatur waktu, dan menghadapi harapan dari berbagai pihak.⁵ Menurut penelitian oleh Nursa'adah (2022), prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38% - 71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6% - 61,3% dan di Indonesia sendiri prevalensi mahasiswa yang mengalami stres sebesar 36,7% - 71,6%.⁶ Adapun menurut penelitian dari Bayantari (2022), mahasiswa di tingkat pertama dan tingkat

kedua justru memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa di tingkat yang lain.⁷ Akan tetapi, menurut Agusmar, dkk (2019) untuk mahasiswa tingkat akhir berada pada kategori yang tinggi dibandingkan tingkat awal.⁸ Berdasarkan hasil penelitian di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi, didapatkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres tingkat sedang dengan frekuensi kejadian sebanyak 52,6%.⁹ Adapun pada mahasiswa tingkat akhir tahap akademik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung, hampir mengalami stres tingkat sedang yaitu sebanyak 61 responden (46,92%) dan diikuti dengan stres tingkat berat sebanyak 45 responden (34,62%).¹⁰ Sedangkan untuk di Pendidikan Dokter Universitas Sriwijaya didapatkan stres yang cukup tinggi dengan hasil 178 responden (51,1%).¹¹

Tingginya prevalensi pada mahasiswa tingkat akhir umumnya diakibatkan oleh tekanan kegiatan akademik yang padat dan tuntutan menyelesaikan skripsi sebagai salah satu persyaratan kelulusan kuliah.¹² Sementara itu, tekanan stres pada mahasiswa semester awal cenderung berasal dari peralihan peran siswa menjadi mahasiswa. Pada awal perkuliahan, mahasiswa semester awal merasakan perbedaan dalam gambaran kehidupan kampus yang dibayangkan.¹³ Adapun menurut Rahmayani, dkk (2019), faktor yang menyebabkan stres pada mahasiswa kedokteran terdiri ke dalam enam kelompok, yaitu stresor terkait akademik, stresor terkait hubungan interpersonal dan intrapersonal, stresor terkait hubungan belajar mengajar, stresor terkait hubungan sosial, stresor terkait keinginan dan pengendalian, serta stres terkait aktivitas kelompok.¹⁴

Salah satu wujud dari regulasi emosi adalah *emosional eating*, yaitu upaya untuk mengendalikan emosi negatif melalui makan. Makan emosional berarti konsumsi makanan berlebihan sebagai respons terhadap emosi negatif dari stres sebagai cara yang mungkin untuk mengatur emosi.¹⁵ Selain dapat meningkatkan nafsu makan, kondisi stres tertentu juga dapat berpengaruh pada penurunan nafsu makan bahkan sampai penurunan berat badan.¹⁶ Perubahan yang tidak dapat diprediksi, yang menyebabkan stres dan tekanan psikologis, seringkali dapat menjadi pemicu makan secara emosional.¹⁷ Perubahan perilaku makan akibat stres, gairah (depresi, kemarahan dan ketakutan), intensitas (tinggi atau rendah) dan

valensi (positif atau negatif) dari emosi atau pemicu stres dapat berpengaruh pada perilaku makan emosional.¹⁸ Perilaku makan ini bertindak sebagai mekanisme koping atau untuk mengurangi perasaan tertekan atau tidak aman akibat tekanan dari luar. Perilaku makan dilakukan sebagai upaya untuk meredakan keresahan, meningkatkan penerimaan diri, keamanan kepada diri, serta orang lain.

Antara stres dan perilaku makan yang kurang baik ini dapat berdampak buruk bagi penderitanya, salah satunya dapat berdampak pada prevalensi terjadinya dyspepsia.¹⁹ Oleh karena itu, sebagai peneliti saya tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh stres terhadap perilaku makan pada mahasiswa kedokteran.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh stres terhadap perilaku makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya program studi Pendidikan Dokter, Kedokteran Gigi, Keperawatan, dan Psikologi?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengidentifikasi hubungan antara tingkat stres dengan perilaku makan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Diidentifikasi perilaku makan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Dianalisis pengaruh antara tingkat stres dengan perilaku makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

1.4. Hipotesis

Terdapat pengaruh yang signifikan antara stres terhadap perilaku makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Program Studi Pendidikan dokter, Kedokteran gigi, Keperawatan, dan Psikologi.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan di masa perkuliahan untuk mengkaji hubungan pengaruh stres terhadap perilaku makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.

1.5.2. Manfaat Praktis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi tambahan bagi klinisi dan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Akiskal HS, Jeste D V, Krystal JH, et al. *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook Of Psychiatry - Tenth Edition.*; 2017.
2. Hidayati¹ LN, Harsono² DM. *Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi.* Vol 18.; 2021.
3. Al A, Nainar A, Maisarah S, Studi P, Keperawatan S, Tangerang UM. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Keperawatan Pada Masa Pandemi COVID-19 Di Kota Tangerang The Relationship between Stress Levels and Learning Achievements of Nursing Students During the COVID-19 Pandemic in the City of Tangerang.*; 2022.
4. Bayantari NM, Indonesiani SH, Apsari PIB. *Regulasi Diri dalam Belajar dan Hubungannya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran. Jurnal Imiah Pendidikan dan Pembelajaran.* 2022;6(3):609-618.
5. Al Rivaldi A, Soedarto J, Tembalang K, Semarang K, Tengah J. *Analisis Faktor Penyebab Stres pada Mahasiswa dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental. Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan.* 2024;(4):11-18.
6. Nursa'adah. *Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Akhir Di Universitas Abulyatama Tahun 2022.*; 2022.
7. Bayantari NM, Indonesiani SH, Apsari PIB. *Regulasi Diri dalam Belajar dan Hubungannya dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Kedokteran. Jurnal Imiah Pendidikan dan Pembelajaran.* 2022;6(3):609-618.
8. Agusmar Adhitya Y, Vani Ade T, Wahyuni Sri. *Perbandingan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 dengan Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah. Health and Medical Journal .* 2019;Vol.1 No.2:36-37. Accessed November 18, 2024.
9. Hedyaty S, Natasha Ayu Shafira N. *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stresor Questionnaire Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.*; 2022.
10. Afif Januar Ginata, Ratna Dewi Indi Astuti, Julia Hartati. *Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Stresor Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Tahap Akademik Fakultas Kedokteran Unisba. Jurnal Riset Kedokteran.* Published online July 31, 2023:25-30.

11. Tinambunan Andrian. *Angka Kejadian Gejala Gangguan Jiwa Pada Mahasiswa FK Unsri Program Studi Pendidikan Dokter Umum Dan Pendidikan Profesi Dokter Selama Pandemi Covid-19.*; 2020.
12. Keperawatan Profesional J, Elita V, Dilaluri A. Gambaran Stres pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*. 2023;11.
13. Putri PK, Risnawati E, Avati P. Stress Akademik Mahasiswa Semester Awal dan Mahasiswa Semester Awal dan Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*. 2022;20(2).
14. Rahmayani Rizkia Dwina, Liza Rini Gusya Liza, Syah Nur Afrainin. *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017*. Vol 8.; 2019.
15. Tittandi NA. Persepsi Remaja terhadap Perilaku Emotional Eating. *Jurnal Psikologi Udayana 2022*. 2022;9(1):33-39.
16. Kusuma S. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Risiko Gangguan Makan pada Mahasiswa Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Published online 2023.
17. Hadar-Shoval D, Alon-Tirosh M, Asraf K, Tannous-Haddad L, Tzischinsky O. Lifestyle Changes, Emotional Eating, Gender, and Stress during COVID-19 Lockdown. *Nutrients*. 2022;14(18).
18. Nurwahidah A, Rifani R, Anwar H. *Hubungan Coping Stress Dengan Perilaku Makan Pada Usia Dewasa Awal Yang Mengalami Stres*. Vol 2.; 2022.
19. Rosyda Nur Afifah, I Ketut Mariadi, I Wayan Losen Adnyana, Ketut Tuti Parwati Merati. Hubungan antara stres dan kebiasaan makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa pendidikan dokter Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis*. 2023;14(1):294-298.
20. Sosiady M, Fakultas E, Dan E, Sosial I, Sultan U, Riau SK. *Analisis Dampak Stres Akademik Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir (Skripsi) Studi Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen UIN Sultan Syarif Kasim Riau Dan Universitas Internasional Batam Kepulauan Riau.*; 2020.
21. Yusuf Shafira N. *Hubungan Antara Adversity Quotient Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Yang Pernah Mengikuti Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi.*; 2022.
22. Nursa'adah. *Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Akhir Di Universitas Abulyatama Tahun 2022.*; 2022.

23. Ramadhan H, Kunci K. *Gambaran Tingkat Stress Akademik pada Mahasiswa Akhir yang Sedang Menyusun Skripsi An Overview Of Stress Levels In Students Who Are Compiling a Thesis Info Artikel Abstrak. Journal Education of Batanghari.* 2022;4(10).
24. Setyawan B. *Gambaran Tingkat Stress pada Pasien yang Terdiagnosa Covid-19 di Ruang Isolasi Al-Aqsa Lt.6 RSUD Haji Surabaya.* Published online 2020:9-11. Accessed June 5, 2024.
25. Resiana R, Widyarini M. *Analisa Peran Manajemen Stres Sebagai Mediasi Pengaruh Stres Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja.;* 2020.
26. Hendra Robi, Setiyadi Bradley, Bahri Zainul. *Coping Stres Dalam Aktivitas Belajar Pada.;* 2022.
27. Bunyamin Andi. *Mengelola Stres dengan Pendekatan Islami dan Psikologis. Universitas Muslim Indonesia Makassar.* Published online 2021.
28. Wilwoho Galuh Surryo. *Stres Kerja pada Karyawan Tunadaksa. Universitas Semarang.* Published online 2021. Accessed June 2, 2024.
29. Andriana J, Prihantini NN. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.;* 2021.
30. Rauf Abdul, Santoso H. *Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 Riazul Jannah. Vol 1.;* 2021.
31. Amelia Dinda R. *Skripsi Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi Di STIKes Alifah Padang Tahun 2022.;* 2022.
32. Purnami CT, Sawitri DR. *Instrumen "Perceive Stress Scale" Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat.;* 2019.
33. Ulfah Inayah. *Skrining Masalah Kesehatan Jiwa Dengan Kuisisioner DASS-42 Pada Civitas UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Yang Memiliki Riwayat Hipertensi.;* 2019.
34. Noushad Shamoan, Ahmed Sadaf, Ansari Basit, Mustafa Umme-Hani, Saleem Yusra, Hazrat Hina. *Physiological Biomarkers of Chronic Stress: A Systematic Review Introduction.;* 2021.
35. Zakrzewska MZ, Liuzza MT, Lindholm T, Blomkvist A, Larsson M, Olofsson JK. *An Overprotective Nose? Implicit Bias Is Positively Related to Individual Differences in Body Odor Disgust Sensitivity. Front Psychol.* 2020;11.

36. Frisone F, Sicari F, Settineri S, Merlo EM. *Clinical Psychological Assessment of Stress: A Narrative Review of The Last 5 Years*. *Clin Neuropsychiatry*. 2021;18(2):91-100.
37. Ord AS, Coddington K, Maksad GP, et al. *Neuropsychological Symptoms and Functional Capacity in Older Adults with Chronic Pain*. *Gerontol Geriatr Med*. 2024;10.
38. Rosser P. "Educational Anamnesis and Emotional Well-being in Lifelong Learning for Older Adults: Strategies and Assessments for Comprehensive Care." *Biomed J Sci Tech Res*. 2023;55(2).
39. A Bunga Maranthika. *Gambaran Tingkat Stress pada Penerapan Full Day School SMA Negeri di Kota Surakarta*. STIKES 'AISIAH SURAKARTA. Published online 2018.
40. Muslihah N, Ariestiningsih AD, Almirra IR, Ginting AT. *Nutritional Status and its Associations with Eating Behavior and Diet Quality among Adult: A Cross-Sectional Study*. *Open Access Maced J Med Sci*. 2022;10(T8):167-173.
41. Fatmawati I, Maryusman T, Nasrullah N, Studi Gizi Program Sarjana P, Ilmu Kesehatan F, Veteran Jakarta U. *The Relationship of Body Image, Anxiety Level and Balanced Nutritional Knowledge with Eating Behavior among Students at 45 Vocational High School in Jakarta*. Vol 15.; 2023.
42. Made G, Kepakisan AJ, Primatanti PA, Agung A, Indraningrat G. *Hubungan Tingkat Stres dengan Kecenderungan Gangguan Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa*. *Aesculapius Medical Journal* |. 2024;4(1).
43. Pingkan B, Rares S, Punuh MI, et al. *Gambaran Perilaku Makan Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*. Vol 11.; 2022.
44. Sonya Anandyajati M. *Stres dan Perilaku Makan pada Mahasiswa*. *Universitas Islam Indonesia*. Published online 2019.
45. Chae MO, Park MY. *Factors Influencing the Eating Behaviors of Young Adults Using the 2013-2018 Korea National Health and Nutrition Examination Survey*. Vol 51.; 2022.
46. Kholifah Nur. *Hubungan Tingkat Stres, Perilaku Makan, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Status Gizi Ibu Rumah Tangga Di Kelurahan Manyaran Kota Semarang Pada Masa Pandemi Covid-19*.; 2021.
47. Dewi Citra Elisabet, Konginan Agustina. *Perbedaan Perceived Stress dan Perilaku Makan Sebelum dan Sesudah Menjalani Tiga Bulan Pertama Masa*

- Pendidikan Klinis pada Peserta PPDS-1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga - RSUD Dr.Soetomo. Universitas Airlangga. Published online 2018.*
48. Made Linawati N, Dewi Ratnayanti I, Kamasan Arijana I. *Ghrelin Dalam Tinjauan Histofisiologi.*; 2023.
 49. Desfika Nasution S. *Studi Literatur Peran Leptin Dalam Metabolisme. Journal Departemen Fisiologi Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.* 2023;4.
 50. Kim Y, Kikuchi Y, Mohammad Vatanparast J, et al. *Peptide Hormones in the Insect Midgut. Frontiers in Physiology | www.frontiersin.org.* 2020;11:191.
 51. Fikri M. *Hubungan Stres Dengan Perilaku Makan Pada Mahasiswa Semester Akhir Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.*; 2022.
 52. Khoiroh Zaimatul. *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Perilaku Makan Dan Status Gizi Pada Mahasiswa Di Pondok Pesantren A.P.I Al-Masykur Jombor.*; 2022.
 53. Wijayanti Annisa et al. *Hubungan Stres, Perilaku Makan, dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Indonesia. Published online 2019.*
 54. Eddy Sarwono A, Asih Handayani MSi A, Sumpah Pemuda No J, Surakarta K, Appti A. *Metode Kuantitatif Penulis.*; 2021.
 55. Made G, Kepakistan AJ, Primatanti PA, Agung A, Indraningrat G. *Hubungan Tingkat Stres dengan Kecenderungan Gangguan Makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. Aesculapius Medical Journal |.* 2024;4(1).
 56. Nuramalia SAR, Sumarmi S. *Relationship between Academic Stress Level with Eating Behavior in Undergraduate Students of Faculty of Public Health Airlangga University. Media Gizi Kesmas.* 2024;13(1):192-199.
 57. Nugraha AD. *Kesejahteraan Subjektif pada Emerging Adulthood Ditinjau dari Self Compassion dan Religiusitas pada Remaja Akhir. Psyche 165 Journal.* Published online September 7, 2023:189-194.
 58. Sutanto Monica A, Muttaqin Darmawan. *Dimensi Pembentukan Identitas dan Intimasi pada Emerging Adult yang Menjalani Relasi Romantis. journal unnes.* Published online 2021:148.

59. Reimyza Farhaniaz Salma, Paramita Pramesti Pradna. *Peran Stres Terhadap Emotional Eating Pada Emerging Adult.*; 2024.
60. Shiddiq S, Indriarti W, Ma'sum³ A. *Hubungan Tingkat Stres Dengan Emotional Eating Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020 Dan Tinjauannya Menurut Islam.* Vol 1.; 2023.
61. PDDikti. PDDikti. PDDikti. November 17, 2024. Accessed November 17, 2024.
62. Wulandari Komang Nindya Ayu, Astini Dewa Ayu Agung Alit Suka Astini, Arsana I Wayan Eka, et al. *Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa selama Pembelajaran Daring pada masa Pandemi COVID-19.* *Aesculapius Medical Journal.* 2022;2(2).
63. Anandita R. *Hubungan Perceived Stress dengan Emotional Eating pada Mahasiswi Tingkat Akhir di Jakarta.* *Jurnal Cendekia Ilmiah.* 2024;4(1).
64. Rohmah Nurur. *Stres Dan Perilaku Emotional Eating Pada Mahasiswa Universitas Negeri Semarang.*; 2022.
65. Universitas Sriwijaya (Internet). Universitas Sriwijaya. Universitas Sriwijaya. 2024. Accessed November 17, 2024.
66. Kesehatan Masyarakat J, Khairul Pratama M, Pandu Wiriansya E, Azis U, Syamsuddin S. *Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Program Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia.* 2024;8(1).
67. Karlina Hale L, Doko R, Rammang S, et al. *Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Stres Terhadap Pola Makan Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Di Universitas Widya Nusantara.* *Gudang jurnal multidisiplin.* 2023;Vol 1 nomor 3:30-36.
68. Augesti Gita. *Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tingkat Awal dan Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.* *Journal Universitas Lampung.* Published online 2019.
69. Nadhilah N, Kartika Rini Q, Author C. *Pengaruh Stres terhadap Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa.* *JIMPS: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah.* 2023;8(4):4021-4028.
70. Penelitian A, Gryzela E, Atika &, Ariana D. *Hubungan Antara Stres Dengan Emotional Eating Pada Mahasiswa Perempuan Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.*; 2021.
71. Rahim Renna Noviarda, Prasetya Guntari. *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Emotional Eating Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Seni Rupa*

Dan Desain Universitas Trisakti Jakarta Saat Pandemi Covid-19 Renna Noviarda Rahim, Guntari Prasetya. Vol 3.; 2022.

72. Irzanti AF, Husodo BT, Kusumawati A. *Faktor yang Berhubungan dengan Emotional Eating Pada Mahasiswa di Semarang. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia. 2023;22(6):364-372.*
73. Rheabaks SJ, Herlina S, Sri Damayanti D. *Tingkat Stres Berhubungan Terhadap Perilaku Emotional Eating Dan Kadar Glukosa Darah Pada Mahasiswa Prodi Pendidikan Dokter Universitas Islam Malang.; 2023.*
74. Carpio-Arias TV, Solís Manzano AM, Sandoval V, et al. *Relationship Between Perceived Stress and Emotional Eating. A Cross Sectional Study. Clin Nutr ESPEN. 2022;49:314-318.*
75. Christabel G, Suwindere W, Maria C. *Hubungan Antara Stress Akademik, Pola Makan, Dan Durasi Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Menjelang Pelaksanaan Ujian SOCA Online. Vol 7.; 2019.*
76. Andini Cintianisa. *Hubungan Tingkat Stres dengan Pola Makan pada Remaja di SMK Negeri 3 Kota Bekasi.; 2021.*
77. Tasadeva Azalea M. *Hubungan Tingkat Stres dan kepribadian Neutroticism dengan Perilaku Emotional Eating pada Mahasiswa Gizi Stikes Mitra Keluarga. 2023;12(2):153-160.*
78. Nikarli M, Citra Putri D, Intan Aprilia N, et al. *Pengaruh Stress Akademik Terhadap Pola Makan Dan Kebutuhan Gizi Mahasiswa: Studi Kasus Di Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Semarang. Vol 3.; 2024.*
79. Syarofi ZN, Muniroh L. *Apakah Perilaku dan Asupan Makan Berlebihan Berkaitan dengan Stress pada Mahasiswa Gizi yang Menyusun Skripsi? Published online 2020.*
80. Luh P, Savitri MD, Primatanti PA, Pratiwi AE. *Hubungan Tingkat Stres dengan Emotional Eating saat Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa. Aesculapius Medical Journal |. 2022;2(1).*
81. Rachma HA, Ekowati W, Kusumawardani LH. *Hubungan Antara Stres dengan Perilaku Emotional eating pada Mahasiswa Semester Satu di Purwokerto. journal ilmiah J, STIKES Hang Tuah Surabaya. Published online 2024.*