

ABSTRAK

Nama : Mayang Ratu Zahra
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul : Hubungan Status Stres Psikososial dengan Status Gizi Mahasiswa FK Yarsi 2019 dan Tinjauan Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang : Transisi menuju dewasa mencakup perkembangan fisik, psikis, psikososial hal ini berhubungan dengan status gizi yang harus dipantau untuk mengidentifikasi remaja berisiko gizi kurang dan berlebihan. Masalah gizi pada remaja akan berdampak serius pada penurunan produktivitas remaja. stresor yang didapatkan berasal dari kehidupan akademiknya, terutama dari kebutuhan eksternal dan harapan mereka sendiri

Tujuan : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan status stres psikososial dengan konsumsi makanan dan status gizi mahasiswa FK Yarsi 2019.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian *analitik observasional* dengan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan kepada mahasiswa angkatan 2019 dengan jumlah sebanyak 77 orang.

Hasil : Terdapat hubungan yang hubungan antara stres psikososial dengan konsumsi energi $p = 0.000$, tetapi tidak terdapat hubungan antara stres psikososial dengan konsumsi protein $p = 0.638$ dan stres psikososial dengan status gizi $p = 0.678$.

Kesimpulan : semakin tinggi stres akan berpengaruh dengan tingkat konsumsi energi tetapi tidak dengan konsumsi protein karena jika pengambilan protein melebihi batas akan langsung di oksidasi, pada stres psikososial dengan status gizi tidak terdapat hubungan karena aktivitas fisik, pedoman gizi seimbang, hidup bersih, memantau dan mempertahankan berat badan.

Kata Kunci : Stres Psikososial, Konsumsi Makanan, Status Gizi, *Food recall*, ALCES

ABSTRACT

Name : Mayang Ratu Zahra
Study Program : Medicine
Tittle : The Relationship Between Psychosocial Streen Status With Food Consumption And Nutritional Status Of Medicine Yarsi Students 2019 and Their Review According to Islamic View

Background : The transition to adulthood includes physical, psychological, psychosocial development, this is related to nutritional status which must be monitored to identify adolescents at risk of undernutrition and excess. Nutritional problems in adolescents will have a serious impact on the decline in adolescent productivity. the stressors they get are from their academic life, especially from their own external needs and expectations

Objective: This study aims to determine the relationship between psychosocial stress status with food consumption and nutritional status of 2019 FK Yarsi students.

Research Methods: This research is an observational analytic study with a cross sectional approach which was conducted on 77 students of the class of 2019 with a total of 77 people.

Result: There is a correlation between psychosocial stress and energy consumption $p = 0.000$, but there is no relationship between psychosocial stress and protein consumption $p = 0.638$ and psychosocial stress with nutritional status $p = 0.678$.

Conclusion: higher stress will affect the level of energy consumption but not with protein consumption because if protein intake exceeds the limit it will be directly oxidized, in psychosocial stress with nutritional status there is no relationship because of physical activity, balanced nutrition guidelines, clean living, monitoring and maintaining weight.

Keywords : Psychosocial Stress, Food Consumption, Nutritional Status, Food recall, ALCES