

**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN
KECENDERUNGAN GANGGUAN MAKAN PADA REMAJA DI DESA
LIMBANGAN KABUPATEN KENDAL**

Oleh

Nadya Daffa Camilla, NIM 2218011070

Program Studi Kedokteran

ABSTRAK

Prevalensi kecenderungan gangguan makan mengalami kenaikan seiring berjalannya waktu. Gangguan makan (*eating disorders*) merupakan gangguan psikologis yang dapat menyebabkan perubahan dalam konsumsi makanan dan berdampak signifikan terhadap kesehatan fisik maupun fungsi psikososial individu. Gangguan makan pada dasarnya memiliki hubungan erat pada kehidupan remaja, termasuk remaja yang sedang menempuh pendidikan. Faktor pemicu dari gangguan ini salah satunya yaitu kondisi stres akademik. Stres akademik dapat memicu tekanan pada tubuh dan dikenal sebagai agen pemicu stres (*stressor*) serta dapat memengaruhi kualitas hidup dan kesehatan remaja. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan kecenderungan gangguan makan terhadap remaja di Desa Limbangan Kabupaten Kendal. Desain penelitian ini yaitu dengan analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian dipilih dengan teknik *proportionate simple random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden. Hasil penelitian terhadap tingkat stres akademik menunjukkan kategori rendah sebanyak 45 (75%), sedang 14 (23,3%), dan tinggi 1 (1,7%). Hasil penelitian terhadap kecenderungan gangguan makan menunjukkan responden yang tidak berisiko 48 (80%) dan berisiko 2 (20%). Nilai signifikansi penelitian adalah 0,030 dan didapatkan *correlation coefisien* (r) +0,281 dengan arah korelasi positif. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecenderungan gangguan makan dengan stres akademik pada remaja di Desa Limbangan Kabupaten Kendal.

Kata Kunci: Gangguan makan, stres akademik, remaja

**THE CORRELATION BETWEEN ACADEMIC STRESS LEVELS AND
EATING DISORDER TENDENCIES AMONG ADOLESCENTS IN
LIMBANGAN VILLAGE, KENDAL REGENCY**

Submitted by:

Nadya Daffa Camilla, Student ID 2218011070

Medical Study Program

ABSTRACT

The prevalence of eating disorder tendencies has increased over time. Eating disorders are psychological conditions that lead to alterations in food consumption, significantly impacting physical health and psychosocial functioning. Fundamentally, eating disorders are closely associated with adolescence, particularly among students. One triggering factor for these disorders is academic stress. Academic stress exerts pressure on the body, acting as a stressor that can diminish the quality of life and overall health of adolescents. This study aims to determine the correlation between academic stress levels and eating disorder tendencies among adolescents in Limbangan Village, Kendal Regency. This research employed an observational analytical design with a cross-sectional approach. A sample of 60 respondents was selected using the proportionate simple random sampling technique. The results regarding academic stress levels showed that 45 respondents (75%) were in the low category, 14 (23.3%) in the moderate category, and 1 (1.7%) in the high category. Regarding eating disorder tendencies, 48 respondents (80%) were categorized as not at risk, while 12 (20%) were at risk. The study obtained a significance value (p-value) of 0.030 and a correlation coefficient (r) of +0.281, indicating a positive correlation. In conclusion, there is a significant correlation between academic stress and eating disorder tendencies among adolescents in Limbangan Village, Kendal Regency.

Keywords: Eating disorders, academic stress, adolescents