

**PENGARUH STRESS AKADEMIK TERHADAP *EMOTIONAL EATING*
PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR SELAMA PANDEMI COVID-19**

Shalsa Billa Rizkya Farhansi

Universitas Mercu Buana

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh stress akademik terhadap *emotional eating* pada mahasiswa semester akhir selama pandemik covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi linear ,untuk mengetahui pengaruh antara stres akademik terhadap *emotional eating*. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir universitas x selama pandemi covid-19. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 154 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Emotional Eating Scale* (EES) yang dikembangkan oleh Goldbacher, Grunwald dan LaGrotte (2012), *Student Life Stress Inventory* (SLSI) yang dikembangkan oleh Bernadette M. Gadzella (1991). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara variabel stress akademik terhadap *emotional eating* menunjukkan hubungan positif yang signifikan dengan nilai koefisien 0,774**, dengan demikian semakin tinggi stress akademik maka semakin tinggi juga *emotional eating* begitupun sebaliknya. Hasil hipotesis 59.9% yang mana 40.1% dipengaruhi oleh ketidakpuasan tubuh anak-anak dan remaja cina. Tingkat stress akademik pada penelitian ini berada pada tingkat sedang, lalu pada *emotional eating* berada pada kategori sedang.

Kata kunci : Stress Akademik, *Emotional Eating*, Pandemi Covid-19

**PENGARUH STRESS AKADEMIK TERHADAP *EMOTIONAL EATING*
PADA MAHASISWA SEMESTER AKHIR SELAMA PANDEMI COVID-19**

Shalsa Billa Rizkya Farhansi

Universitas Mercu Buana

ABSTRACT

*This study aims to determine whether there is an effect of academic stress on emotional eating in final semester students during the covid-19 pandemic. This study uses a quantitative approach with linear regression analysis method, to determine the effect of academic stress on emotional eating. The subjects in this study were students in the final semester of university x during the covid-19 pandemic. The number of respondents in this study were 154 respondents. The instruments used in this study are the Emotional Eating Scale (EES) developed by Goldbacher, Grunwald and LaGrotte (2012), the Student Life Stress Inventory (SLSI) developed by Bernadette M. Gadzella (1991). The results showed that the relationship between the academic stress variable and emotional eating showed a significant positive relationship with a coefficient value of 0.774**, thus the higher the academic stress, the higher the emotional eating and vice versa. The Hypothesis result is 59.9% of which 40.1% is influenced by body dissatisfaction of Chinese children and adolescents. The level of academic stress in this study was at a moderate level, then emotional eating was in the moderate category.*

Keywords: Academic Stress, Emotional Eating, Covid-19 Pandemic

UNIVERSITAS
MERCU BUANA