

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN KEBIASAAN MONGONSUMSI MAKANAN KARIOGENIK DAN AKTIVITAS MENYIKAT GIGI SELAMA PANDEMI COVID-19

(Kajian pada Mahasiswa Diploma dan Sarjana Universitas Jenderal Soedirman)

Hanifah Tantri Nastiti

Stres adalah reaksi tubuh yang muncul saat seseorang menghadapi ancaman, tekanan atau suatu perubahan. Stres akademik muncul akibat tuntutan pembelajaran. Mahasiswa dapat mengalami stres akademik akibat perubahan sistem pembelajaran saat pandemi Covid-19. Stres akademik dapat menyebabkan perubahan kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik dan aktivitas menyikat gigi. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres akademik dengan kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik dan aktivitas menyikat gigi. Jenis penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *proportional random sampling*. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner terhadap responden 432 mahasiswa. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan bermakna antara tingkat stres akademik dengan kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik ($p < 0,05$) dengan *coefficient correlation* (cc) 0,226 yang menunjukkan hubungan kedua variabel lemah. Terdapat perbedaan bermakna antara tingkat stres akademik dan aktivitas menyikat gigi ($p < 0,05$) dengan *coefficient correlation* (cc) -0,258, yang menunjukkan hubungan kedua variabel lemah. Simpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara tingkat stres akademik dengan kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik, semakin tinggi tingkat stres akademik semakin tinggi pula kebiasaan mengonsumsi makanan kariogenik. Terdapat hubungan yang negatif antara tingkat stres akademik dengan aktivitas menyikat gigi, semakin tinggi tingkat stres akademik, semakin rendah aktivitas menyikat gigi.

Kata kunci : Stres, Stres Akademik, Kariogenik, Menyikat Gigi

ABSTRACT

RELATIONS OF ACADEMIC STRESS TO CARIOGENIC FOOD CONSUMPTION AND DAILY TOOTH BRUSHING DURING COVID-19 PANDEMIC

(Study on Diploma and Undergraduate Students at Jenderal Soedirman University)

Hanifah Tantri Nastiti

Stress is a natural reaction that occurs in body when faced with threat, pressure or changes. Academical stress can happen because of academical demands. Students suffer from academical stress because of the changes in learning method during Covid-19 pandemic. Academical stress can cause changes to cariogenic food eating habit and tooth brushing habit. The purpose of this study is to discover the relations between academical stress with cariogenic food eating habit and brushing habit. The study done is an analytical observation with a cross sectional approach and a proportional random sampling data gathering. The data gathering is done using questioner to 432 respondents. Data analysis is done by univariat and bivariat method using chi-square. The result of this study shows that there's a relation between academical stress level with cariogenic food eating habit ($p < 0,05$) with a coefficient correlation (cc) 0,226 that shows the relationship between the two variables is weak. There's a relation between academical stress and brushing habit ($p < 0,05$) with a coefficient correlation (cc) 0,258 that shows the relationship between the two variables is weak. The conclusion of this study is that there's a weak positive relations between academical stress level with cariogenic food eating habit, the higher the level of academical stress the higher the reate of cariogenic food eating habit. There's a weak negatif relations between academical stress level with brushing habit, the higher the academical stress level, the lower the rate of brushing habit.

Keyword: *Stress, Academic Stress, Cariogenic, Tooth Brushing*