

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI, DAN STATUS GIZI
PEDAGANG WANITA PADA ERA *NEW NORMAL*
DI PASAR UMUM GIANYAR**



Oleh
NI MADE WIDYA ADNYANI
NIM. P07131219012

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2023**

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI, DAN STATUS GIZI
PEDAGANG WANITA PADA ERA *NEW NORMAL*
DI PASAR UMUM GIANYAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika
Program Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar**

Oleh

**NI MADE WIDYA ADNYANI
NIM. P07131219012**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PRODI GIZI DAN DIETETIKA
PROGRAM SARJANA TERAPAN
DENPASAR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

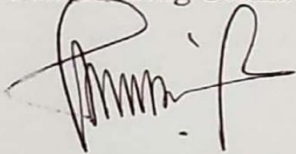
**HUBUNGAN TINGKAT STRES,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI, DAN STATUS GIZI
PEDAGANG WANITA PADA ERA *NEW NORMAL*
DI PASAR UMUM GIANYAR**

Oleh

NI MADE WIDYA ADNYANI
NIM. P07131219012

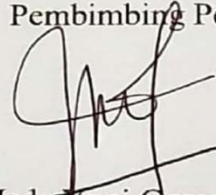
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dr. Ni Nengah Ariati, SST. M.Erg
NIP. 197311182001122001

Pembimbing Pendamping :



Ni Made Yuni Gumala, SKM. M.Kes
NIP. 196506161988032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST.,M.Kes.
NIP. 196703161990032002

SKRIPSI DENGAN JUDUL
HUBUNGAN TINGKAT STRES,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI, DAN STATUS GIZI
PEDAGANG WANITA PADA ERA *NEW NORMAL*
DI PASAR UMUM GIANYAR

Oleh

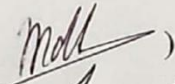
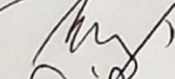
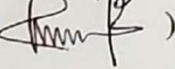
NI MADE WIDYA ADNYANI
NIM. P07131219012

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA
TANGGAL : 30 MEI 2023

TIM PENGUJI :

1. Ni Made Dewantari SKM. M.For (Ketua Penguji)
2. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes (Anggota I)
3. Dr. Ni Nengah Ariati SST. M.Erg (Anggota II)

()
()
()

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. Ni Komang Wiardani, SST., M.Kes.
NIP. 196703161990032002

HUBUNGAN TINGKAT STRES,
TINGKAT KONSUMSI ENERGI, DAN STATUS GIZI PEDAGANG WANITA
PADA ERA *NEW NORMAL*
DI PASAR UMUM GIANYAR

ABSTRAK

Pada masa pandemi *Covid-19*, ada istilah baru di masyarakat yang disebut *New Normal*. *New Normal* adalah adaptasi kebiasaan baru, artinya beraktivitas dengan menerapkan protokol kesehatan. Salah satu hal yang dapat disebabkan oleh *Covid-19* adalah terjadinya stres pada pedagang karena menurunnya jumlah pembeli. Sebesar 80% responden memiliki gejala stres pasca trauma psikologis karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait *Covid-19*. Stres dapat mengakibatkan terjadinya *emotional eating*, *emotional eating* akan mempengaruhi tingkat konsumsi dan status gizi pedagang wanita. Pedagang wanita harus memperhatikan tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi yang dilihat dari pengukuran BB (Berat Badan) dan TB (Tinggi Badan). Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita pada era *new normal* di pasar umum Gianyar. Jenis penelitian observasional dengan desain *Cross Sectional* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang berjumlah 94 orang. Data yang dikumpulkan dengan metode wawancara dan melakukan pengukuran. Data disajikan dengan tabel frekuensi dan tabel silang. Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat konsumsi energi ($p= 0,215$) dan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi ($p= 0,001$).

Kata Kunci : *Covid-19*; *New Normal*, Stres, Energi, Status Gizi

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVEL,
ENERGY CONSUMPTION LEVEL,
AND NUTRITIONAL STATUS
OF WOMEN TRADERS IN THE NEW NORMAL ERA
IN GIANYAR PUBLIC MARKET

ABSTRACT

During the Covid-19 pandemic, there was a new term in society called New Normal. New Normal is an adaptation to new habits, which means carrying out activities by implementing health protocols. One of the things that can be caused by Covid-19 is stress on traders due to a decrease in the number of buyers. 80% of respondents had symptoms of post-traumatic stress due to experiencing or witnessing unpleasant events related to Covid-19. Stress can lead to emotional eating, emotional eating will affect consumption levels and nutritional status of female traders. Female traders must pay attention to stress levels, energy consumption levels, and nutritional status that can be measured with weight and height. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels, energy consumption levels, and the nutritional status of female traders in the new normal era at the Gianyar public market. This type of observational research with a cross sectional design using a purposive sampling technique with a total of 94 people. Data collected by interview method and taking measurements. Data is presented with frequency tables and cross tables. The results of the Rank Spearman test showed that there was no significant relationship between stress levels and energy consumption levels ($p= 0,215$) and there was a significant relationship between energy consumption levels and nutritional status ($p= 0,001$).

Keywords : Covid-19; New Normal; Stress; Energy; Nutritional Status

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, TINGKAT STRES, DAN STATUS GIZI PEDAGANG WANITA PADA ERA *NEW NORMAL* DI PASAR UMUM GIANYAR

Oleh: Ni Made Widya Adnyani (NIM.P07131219012)

Sejak bulan Maret 2020 Indonesia dihebohkan dengan salah satu fenomena yaitu pandemi *Covid-19*. Pandemi *Covid-19* ini diumumkan oleh WHO pertama kali pada tanggal 11 Maret 2020. Berdasarkan jurnal penelitian tentang konsumsi pangan penduduk usia produktif pada masa pandemi *Covid-19* diperoleh data, terdapat 37,6% responden yang mengalami peningkatan konsumsi makanan utama dengan mayoritas jumlah konsumsi 1-3 porsi/hari. Permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita pada era *new normal* di Pasar Umum Gianyar?”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita pada era *new normal* di Pasar Umum Gianyar. Manfaat yang dapat diberikan pada penelitian ini yaitu memberikan sumbangan pemikiran bagi pembaharuan ilmu gizi yang terus berkembang sesuai dengan perkembangan zaman.

Status gizi adalah keadaan tubuh yang disebabkan oleh keseimbangan antara asupan makanan dan penggunaan zat gizi. Untuk mengukur status gizi seseorang dapat digunakan berbagai cara, salah satunya antropometri. Dalam pengertian umum, stres adalah suatu tekanan yang dirasakan dalam diri individu. Sesuatu tersebut dapat terjadi disebabkan oleh ketidakseimbangan antara harapan dan kenyataan yang diinginkan oleh individu, baik keinginan yang bersifat jasmaniah maupun rohaniah. Tingkat konsumsi energi merupakan perbandingan zat gizi yang di konsumsi oleh seseorang dengan kecukupannya atau rata-rata intake zat gizi kedalam tubuh seseorang per hari dibandingkan dengan kecukupan.

Kerangka konsep penelitian ini yaitu mencari hubungan tingkat stres dengan tingkat konsumsi energi dan hubungan tingkat konsumsi energi dengan status gizi. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini terdiri dari, variabel bebas yaitu tingkat stres, variabel antara yaitu tingkat konsumsi energi, dan variabel

terikat yaitu status gizi. Hipotesis yang disusun yaitu ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat konsumsi energi pedagang wanita dan ada hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi pedagang wanita.

Jenis penelitian ini adalah observasional. Rancangan penelitian ini menggunakan metode *Cross Sectional*. Dalam penelitian ini peneliti mencari hubungan antara tingkat stres, tingkat konsumsi energi, dan status gizi pedagang wanita pada era *new normal* di Pasar Umum Gianyar. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. Setelah didapatkan sampel yang memenuhi kriteria inklusi, selanjutnya pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *simple random sampling* dengan cara undian.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa karakteristik subjek penelitian yaitu dari sebaran usia, sebagian besar sampel termasuk kelompok usia 40-59 tahun sebanyak 53 sampel (56,4%). Karakteristik berdasarkan agama yaitu sebagian besar sampel 84 sampel (89,4%) beragama Hindu. Berdasarkan jumlah penghasilan, sebagian besar sampel memiliki penghasilan di bawah UMK (Upah Minimum Kabupaten) yaitu 84 sampel (89,4%). Hasil dari penelitian yang dilakukan yaitu status gizi pedagang wanita di Pasar Umum Gianyar yaitu sebagian besar dengan status gizi normal sebanyak 57,4%. Tingkat stres pedagang wanita di Pasar Umum Gianyar yaitu sebagian besar pedagang memiliki tingkat stres sedang 64,9%. Tingkat konsumsi energi pedagang wanita di Pasar Umum Gianyar yaitu sebagian besar memiliki tingkat konsumsi energi normal 68,1%.

Simpulan yang didapatkan yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat konsumsi energi pedagang wanita di Pasar Umum Gianyar dengan nilai ($p = 0,215$). Ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi pedagang wanita di Pasar Umum Gianyar dengan nilai ($p = 0,001$). Saran yang dapat diberikan bagi pedagang dengan status gizi gemuk dan sangat gemuk disarankan untuk mulai melakukan pola hidup sehat serta bagi pedagang wanita dengan tingkat stres sedang disarankan untuk mempelajari cara mengelola stres yang baik.

Daftar bacaan : 40 bacaan (2014-2023)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nya skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Konsumsi Energi, Tingkat Stres, dan Status Gizi Pedagang Wanita Pada Era *New Normal* Di Pasar Umum Gianyar” ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Skripsi ini penulis susun dalam rangka memenuhi syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis menemukan banyak hambatan yang penulis hadapi. Namun, berkat dukungan, bimbingan dan partisipasi berbagai pihak, hambatan-hambatan tersebut dapat penulis atasi sedikit demi sedikit. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Ni Nengah Ariati SST. M.Erg selaku Pembimbing Utama dan ibu Ni Made Yuni Gumala, SKM. M.Kes selaku Pembimbing Pendamping atas bimbingan dan saran yang sudah diberikan dalam menyusun skripsi ini.
2. Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang sudah memberikan izin sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
3. Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Denpasar atas izin yang diberikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
4. Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Denpasar atas izin yang diberikan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

5. Seluruh Dosen Program Studi Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika Politeknik Kesehatan Denpasar.
6. Orang tua yang tak henti-hentinya selalu mendoakan dan memotivasi untuk senantiasa bersemangat dan tak mengenal kata putus asa.
7. Semua pihak yang telah membantu hingga terselesaikannya skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mohon maaf apabila ada kesalahan-kesalahan yang tidak disengaja didalam penulisan penelitian ini. Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Made Widya Adnyani
NIM : P07131219012
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2022/2023
Alamat : Desa Pejeng, Kec. Tampaksiring, Kab. Gianyar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul “Hubungan antara Tingkat Konsumsi Energi, Tingkat Stres, dan Status Gizi Pedagang Wanita Pada Era *New Normal* Di Pasar Umum Gianyar” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain**.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 18 Mei 2022

Yang membuat pernyataan



Ni Made Widya Adnyani

P07131219012

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
SURAT PERNYATAN BEBAS PLAGIAT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Status Gizi	8
B. Tingkat Stres	15
C. Tingkat Konsumsi Energi	18
D. Pandemi <i>Covid-19</i>	21
E. Era New Normal	23

BAB III	KERANGKA KONSEP.....	25
	A. Kerangka Konsep Penelitian.....	25
	B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	26
	C. Hipotesis	27
BAB IV	METODE PENELITIAN	28
	A. Jenis Penelitian.....	28
	B. Alur Penelitian	28
	C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	30
	D. Populasi dan Sampel	30
	E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	32
	F. Pengolahan dan Analisis Data.....	36
	G. Etika Penelitian	38
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN	40
	A. Hasil	40
	B. Pembahasan.....	45
BAB VI	SIMPULAN DAN SARAN	50
	A. Simpulan	50
	B. Saran	51
	DAFTAR PUSTAKA	52
	LAMPIRAN.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Angka Kecukupan Energi Yang Dianjurkan Untuk Orang Indonesia (per orang per hari).....	12
2. Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT) Untuk Indonesia	15
3. Interpretasi Hasil Pengukuran PSS-10.....	18
4. Penggolongan Tingkat Kecukupan Energi	18
5. Definisi Operasional Variabel.....	25
6. Sebaran Karakteristik Sampel.....	41
7. Sebaran Tingkat Konsumsi Energi Berdasarkan Tingkat Stres.....	44
8. Sebaran Status Gizi Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Hubungan Kerangka Konsep	25
2. Diagram Alur Penelitian	29
3. Grafik Sebaran Sampel Berdasarkan Status Gizi	42
4. Grafik Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi	42
5. Grafik Sebaran Sampel Berdasarkan Tingkat Stres	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Persetujuan Etik	57
2. Surat Rekomendasi Penelitian	58
3. Surat Izin Penelitian	59
4. Informed Consent.....	60
5. Form Food Recall 24 Jam	62
6. Kuesioner PSS-10	63
7. Dokumentasi Penelitian	65
8. Hasil Cek Turnitin.....	66
9. Surat Pernyataan Publikasi Repository	67