

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Nur Alifiah R Hi Sudding¹, Yasser Ahmad Fananie², Andi Pudya Hanum Pratiwi²,
H Darwis Muhdina³

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, Angkatan 2022 / Email: nuralifahrhissudding052@gmail.com, ²Dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, ³Dosen Departemen Al-Islam Kemuhammadiyah Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

“Hubungan antara Coping Stres dengan Pola Makan Emosional (*Emotional Eating*) pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar”

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akibat tuntutan akademik yang tinggi dan lingkungan pendidikan yang kompetitif. Salah satu respons terhadap stres adalah pola makan emosional, yaitu kecenderungan mengonsumsi makanan untuk meredakan atau mengalihkan emosi negatif. Strategi coping stres diduga berperan dalam munculnya perilaku tersebut. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan jenis coping stres dan tingkat pola makan emosional serta menganalisis hubungan antara coping stres secara keseluruhan dengan pola makan emosional pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian adalah mahasiswa Pendidikan Dokter angkatan 2022, 2023, dan 2024 yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui Google Form yang memuat kuesioner Brief COPE dan subskala emotional eating DEBQ yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan inferensial menggunakan uji korelasi Spearman dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. **Hasil:** Terdapat hubungan positif yang signifikan antara coping stress secara keseluruhan dan pola makan emosional ($r = 0,229$; $p = 0,000$) dengan kekuatan hubungan yang lemah. Analisis berdasarkan jenis kelamin menunjukkan hubungan lebih kuat pada mahasiswa laki-laki ($r = 0,431$; kategori sedang) dibandingkan mahasiswa perempuan ($r = 0,181$; kategori sangat lemah). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan positif antara coping stres dan pola makan emosional pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar dengan kekuatan hubungan yang lemah. Temuan ini menunjukkan pentingnya pengembangan strategi coping yang adaptif untuk mendukung kesehatan fisik dan psikologis mahasiswa serta mencegah kecenderungan pola makan emosional. **Kata kunci:** coping stres, pola makan emosional, mahasiswa kedokteran, jenis kelamin.