



HUBUNGAN PENGELUARAN PANGAN, TINGKAT STRES DENGAN STATUS GIZI PETANI PADI DESA JAYAMULYA, INDRAMAYU

Nelly Refina Habeahan^{1✉}, Yuliati Widiastuti¹, Mayang Januarti Permatasari¹

¹Program Studi S-1 Ilmu Gizi, Institut Kesehatan Immanuel Bandung, Indonesia

Info Artikel	Abstrak
Keywords: Pengeluaran pangan, petani padi, status gizi , tingkat stres	Petani padi merupakan pelaku utama sektor pertanian yang berperan penting dalam ketahanan pangan nasional, namun sering menghadapi tantangan ekonomi dan psikologi yang dapat berdampak pada kesejahteraan dan status gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengeluaran pangan dan tingkat stres dengan status gizi petani padi di Desa Jayamulya, Indramayu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain <i>cross-sectional</i> , melibatkan 90 responden yang dipilih melalui <i>simple random sampling</i> . Variabel yang dianalisis mencakup pengeluaran pangan, tingkat stres, dan status gizi yang diukur menggunakan kuesioner PPG 2018 dan PSS-10 serta pengukuran antropometri (IMT). Analisis penelitian ini meliputi analisis univariat dan bivariat yaitu Uji <i>Chi-Square</i> . Hasil penelitian menunjukkan bahwa 48,9% petani memiliki pengeluaran pangan rendah, 47,8% mengalami stres berat, dan 66,7% memiliki status gizi kurang. Uji <i>Chi-Square</i> mengungkapkan terdapat hubungan signifikan antara pengeluaran pangan dan status gizi ($p=0,05$) serta antara tingkat stres dan status gizi ($p=0,001$). Intervensi gizi yang tepat dan edukasi mengenai pengelolaan tingkat stres diperlukan untuk meningkatkan kesehatan dan produktivitas petani secara berkelanjutan.
Article Info	Abstract
Keywords: Food expenditure, stress levels, nutritional status, rice farmers	Rice farmers are key players in the agricultural sector who play an important role in national food security. However, they often face economic and psychological challenges that can impact their well-being and nutritional status. This study aims to identify the relationship between food expenditure and stress level with the nutritional status of rice farmers in Jayamulya Village, Indramayu. This study employs a quantitative approach with a cross-sectional design, involving 90 respondents selected through simple random sampling technique. The analyzed variables include food expenditure, stress levels, and nutritional status measured using PPG 2018 and PSS-10 questionnaires as well as anthropometric measurements (BMI). The analysis of this research includes univariate and bivariate analysis using the Chi-Square test. The results show that 48,9% of farmers have low food expenditure, 47,8% experience severe stress, and 66,7% have poor nutritional status. The Chi-Square test reveals a significant relationship between food expenditure and nutritional status ($p=0.05$) as well as between stress levels and nutritional status ($p=0.001$). Proper nutritional interventions and education on stress management are needed to improve the health and productivity of farmers sustainably.

© 2025 Poltekkes Kemenkes Pontianak

✉ Alamat korespondensi:
Institut Kesehatan Immanuel Bandung, Jl. Kopo No.161, Situsaur, Bojongloa Kidul, West Java, Indonesia
Email: nelly.habeahan@gmail.com

Pendahuluan

Indonesia merupakan negara agraris dengan jumlah petani padi yang signifikan, yang berperan strategis dalam mendukung dan menjaga ketahanan pangan nasional (World Bank, 2022). Namun, kondisi kesejahteraan petani, khususnya dalam aspek ekonomi dan psikologis, masih menjadi tantangan serius. Kabupaten Indramayu, salah satu wilayah produksi padi di Jawa Barat, mencerminkan fenomena ini, dengan mayoritas penduduknya bekerja di sektor pertanian dan menghadapi penurunan pendapatan akibat alih fungsi lahan serta fluktuasi hasil panen (Badan Pusat Statistik, 2025).

Pendapatan yang tidak stabil berkontribusi pada rendahnya pengeluaran pangan, yang dapat memengaruhi akses terhadap makanan berkualitas. Hal ini berdampak langsung pada status gizi petani (Hidayati, 2023). Pengeluaran pangan merupakan indikator penting dalam menilai ketahanan pangan rumah tangga (Jayarni & Sumarmi, 2018). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa rendahnya proporsi pengeluaran pangan berhubungan dengan risiko gizi kurang pada anggota keluarga (Ren et al., 2019).

Selain aspek ekonomi, tekanan psikologis seperti stres juga berperan penting dalam menentukan status gizi (Arianti & Irwanto, 2021). Petani sering kali mengalami stres akibat ketidakpastian hasil panen, harga jual yang fluktuatif, dan beban kerja tinggi. Stres berat diketahui dapat mengubah pola makan dan perilaku konsumsi, baik berupa penurunan maupun peningkatan asupan energi yang tidak seimbang, sehingga berpotensi menimbulkan masalah gizi (Oktia Melina, 2021).

Pendapatan rendah yang berdampak pada pengeluaran pangan dan stres yang dialami petani memiliki potensi untuk memengaruhi status gizi petani. Apabila status gizi petani tidak optimal, akan berdampak negatif pada produktivitas petani menjadi menurun dan kualitas hidup petani memburuk (Omotayo et al., 2016). Desa Jayamulya dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki proporsi luas lahan pertanian yang tinggi, serta mayoritas penduduknya bermata pencaharian sebagai petani. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pengeluaran pangan dan tingkat stres dengan status gizi petani padi di Desa Jayamulya, Kabupaten Indramayu. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam perencanaan intervensi gizi dan kesehatan mental di kalangan petani demi meningkatkan kualitas hidup dan produktivitas mereka

Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif dengan desain penelitian *cross sectional* dan menggunakan *simple random sampling* dalam pengumpulan sampel. Seluruh petani di Desa Jayamulya, Kabupaten Indramayu yang memiliki lahan sendiri yang sudah berusia dewasa dan usia lanjut merupakan populasi dari penelitian ini. Sampel penelitian ialah petani yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani dan menyetujui *informed consent* yang diberikan. Jumlah sampel penelitian ini yaitu 90 sampel. Penelitian dilakukan di Desa Jayamulya, Kabupaten Indramayu pada bulan Juni 2025.

Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik responden (nama, jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan) dengan metode wawancara kuesioner karakteristik responden. Data berat badan dan tinggi badan diketahui dengan melakukan pengukuran langsung menggunakan timbangan dan *microtoise* dengan ketelitian masing-masing 0,1 kg dan 0,1 cm dan dikumpulkan untuk mengetahui indeks massa tubuh dengan membagi berat badan (kg) dengan badan (m^2). Data pengeluaran pangan diketahui melalui wawancara yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner Data Sosial Ekonomi Perencanaan Program Gizi (PPG) 2018. Data tingkat stres diketahui dengan hasil wawancara yang dilakukan menggunakan kuesioner *Perceived Stres Scale* (PSS)-10.

Dalam penelitian ini, untuk hasil ukur pengeluaran pangan terdapat dua kategori, yaitu rendah bila proporsi pengeluaran pangan $<60\%$ dan tinggi bila proporsi pengeluaran pangan $\geq 60\%$. Untuk hasil ukur tingkat stres terdapat dua kategori, yaitu sedang bila total skor 1-26 dan berat bila total skor 27-40. Hasil ukur status gizi terdapat tiga kategori, yaitu kurang bila $IMT \leq 18,4$, normal bila $IMT 18,5-24,9$, dan lebih bila $IMT \geq 25,0$.

Analisis univariat dan bivariat merupakan analisis yang digunakan dalam penelitian ini. Analisis univariat untuk mengetahui karakteristik responden dan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antar variabel dengan menggunakan uji *chi-square*.

Hasil dan Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Berdasarkan Usia

Responden

Berdasarkan data yang diperoleh, usia sampel dikategorikan menjadi 19-59 tahun dan ≥ 60 tahun.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	n	Persen (%)
19-59 tahun	66	73,3
≥60 tahun	24	26,7
Total	90	100

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari 90 petani yang menjadi sampel penelitian, sebanyak 66 orang (73,3%) berusia 19-59 tahun dan sebanyak 24 orang (26,7%) berusia ≥60 tahun.

Usia 19-59 tahun merupakan usia dewasa, yaitu usia produktif baik secara fisik dan mental sehingga memiliki tenaga kerja yang maksimal untuk bertani (Zahra, 2024). Badan Pusat Statistik juga menyebutkan bahwa usia 19-59 tahun merupakan usia produktif dan mayoritas petani di Indonesia berusia dewasa (BPS, 2023). Status gizi petani usia dewasa beragam, namun risiko mengalami gizi kurang di kalangan petani dapat meningkat bila ketahanan pangan rendah akibat terbatasnya pendapatan petani dan berisiko mengalami gizi lebih bila aktivitas fisik rendah dan memiliki kebiasaan makan malam yang menyebabkan tubuh menyimpan kalori sebagai lemak (Kohir et al., 2024).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat lima tingkat pendidikan responden, yaitu tidak sekolah, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, dan Sarjana.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	n	Persen (%)
Tidak sekolah	30	33,3
SD	35	38,9
SMP	18	20
SMA	6	6,7
Sarjana	1	1,1
Total	90	100

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebanyak 30 orang (33,3%) tidak sekolah, sebanyak 35 orang (38,9%) dengan tingkat pendidikan Sekolah Dasar (SD), sebanyak 18 orang (20%) dengan tingkat pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP), sebanyak 6 orang (6,7%) dengan tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA), dan sebanyak 1 orang (1,1%) dengan tingkat pendidikan Sarjana.

Badan Pusat Statistik menyatakan bahwa 70-75% petani Indonesia berpendidikan rendah (Badan Pusat Statistik, 2023). Petani dengan pendidikan rendah akan memengaruhi status gizinya dan cenderung akan mengalami gizi kurangnya sebab keterbatasan pengetahuan gizi terkait pemilihan makanan yang berkualitas dan gizi seimbang (Hadi Kurniyawan et al., 2024).

c. Pengeluaran Pangan

Berdasarkan data diperoleh, pengeluaran pangan dikategorikan menjadi pengeluaran pangan rendah bila proporsi pengeluaran pangan <60% dan pengeluaran pangan tinggi bila proporsi pengeluaran pangan ≥60%.

Tabel 3 Gambaran Pengeluaran Pangan

Pengeluaran Pangan	n	Persen (%)	Mean (Min – Max) (Rp)	Mean (Min – Max)
Pengeluaran pangan rendah (<60%)	44	48,9	Rp 783.392 (Rp 466.000 – Rp 1.400.583)	62, 21% (33,4% - 91,58%)
Pengeluaran pangan tinggi (≥60%)	46	51,1		
Total	90	100		

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari 90 petani yang menjadi sampel penelitian, sebanyak 44 orang (48,9%) memiliki pengeluaran pangan rendah dan sebanyak 46 orang (51,1%) memiliki pengeluaran pangan tinggi. Tabel tersebut menggambarkan bahwa rata-rata responden memiliki pengeluaran pangan tinggi di kisaran 62,21%. Rata-rata total pengeluaran pangan Rp 783.392.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (51,1%) memiliki pengeluaran pangan tinggi (≥60%). Hal ini terjadi disebabkan besarnya pengeluaran yang digunakan untuk bahan minuman, seperti kopi dan teh. Mengonsumsi kopi tiga hingga lima kali dalam sehari menjadi alasan responden untuk menunjang aktivitasnya saat bekerja sebagai petani (Mursito, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian Irawan et al., (2022) dengan judul “Analisis Pengeluaran Pangan, Ketahanan Pangan dan Asupan Zat Gizi Anak Bawah Dua Tahun (Baduta) sebagai Faktor Risiko *Stunting*” yang menunjukkan sebanyak 14 orang (58,3%) memiliki pengeluaran pangan tinggi dan sebanyak 10 orang (41,7%) memiliki pengeluaran pangan rendah.

d. Tingkat Stres

Berdasarkan data yang diperoleh, tingkat stres dikategorikan menjadi stres sedang bila total skor 1-26 dan stres berat bila total skor 27-40.

Tabel 4 Gambaran Tingkat Stres

Tingkat Stres	n	Persen (%)	Mean (Min – Max)
Stres Sedang (1-26)	47	52,2	24,9
Stres Berat (27-40)	43	47,8	(13-32)
Total	90	100	

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari 90 petani yang menjadi sampel penelitian, sebanyak 47 orang (52,2%) dengan kategori stres sedang dan sebanyak 43 orang (47,8%) dengan kategori stress berat. Tabel tersebut menggambarkan bahwa rata-rata responden mengalami tingkat stres sedang di kisaran 24,9.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (52,2%) mengalami stres sedang. Stres sedang sebagian besar dialami oleh responden yang berusia ≥ 60 tahun. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya pengalaman dan lama masa kerja responden. Semakin lama masa kerja yang telah dilalui, petani akan semakin terbiasa akan hal-hal yang dapat memicu terjadinya stres (Arie Pradini et al., 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurul Laili (2023) dengan judul “Hubungan Stres Kerja, *Emotional Eating*, dan Pola Konsumsi Makan dengan Status Gizi Pada Pegawai UIN Walisongo Semarang” yang

menunjukkan sebanyak 64 orang (79%) mengalami tingkat stres sedang dan sebanyak 17 orang (21%) mengalami tingkat stres berat.

e. Status Gizi

Berdasarkan data yang diperoleh, status gizi dikategorikan menjadi gizi kurang bila $IMT \leq 18,4$, gizi normal bila $IMT 18,5-24,9$, dan gizi lebih bila $IMT \geq 25,0$.

Tabel 5 Gambaran Status Gizi

Status Gizi	n	Persen (%)	Mean (Min – Max)
Kurang ($\leq 18,4$)	60	66,7	19,6
Normal (18,5-24,9)	10	11,1	(15,4 – 28,6)
Lebih ($\geq 25,0$)	20	22,2	
Total	90	100	

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari 90 petani yang menjadi sampel penelitian, sebanyak 60 orang (66,7%) dengan kategori status gizi kurang, sebanyak 10 orang (11,1%) dengan kategori status gizi normal, dan sebanyak 20 orang (22,2%) dengan kategori status gizi lebih. Tabel tersebut menggambarkan bahwa rata-rata responden dengan status gizi normal dengan $IMT 19,6$.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (66,7%) mengalami gizi kurang. Hal ini disebabkan oleh bahan makanan yang dikonsumsi setiap harinya tidak beragam. Makanan yang sering dikonsumsi responden setiap harinya yaitu nasi, ikan asin, sayur asem, gorengan, kopi, dan teh. Seseorang dapat mengalami gizi kurang bila pangan yang dikonsumsi setiap harinya tidak beragam (Prasetyo et al., 2023).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pengeluaran Pangan dengan Status Gizi

Tabel 6 Hubungan Pengeluaran Pangan dengan Status Gizi

Tabel 6. Hubungan Pengeluaran Pangan dengan Status Gizi									
Pengeluaran Pangan	Status Gizi						Total	p-value	
	Gizi Kurang		Gizi Normal		Gizi Lebih				
	n	%	n	%	n	%	n		%
Rendah	33	36,7	6	6,7	5	5,6	44	48,9	0,05
Tinggi	27	30	4	4,4	15	16,7	46	51,1	

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengeluaran pangan rendah dengan status gizi kurang sebanyak 33 orang (36,7%), pengeluaran pangan rendah status gizi normal sebanyak 6 orang (6,7%), dan responden memiliki pengeluaran pangan tinggi dengan status gizi lebih sebanyak 15 orang (16,7%). Setelah diuji statistik menggunakan *Chi-Square* diketahui nilai *p-value* 0,05 ($<0,05$), artinya terdapat hubungan antara pengeluaran pangan dengan status gizi responden.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat lima responden dengan pengeluaran pangan rendah namun memiliki status gizi lebih. Hal ini disebabkan kebiasaan makan responden yang sering mengonsumsi makanan tinggi kalori yang tidak memenuhi kebutuhan gizi responden, contohnya gorengan. Petani lebih sering mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat dan aktivitas fisik yang menurun apabila saat sudah tidak musim panen menyebabkan terjadinya pergeseran obesitas ke kelompok ekonomi bawah (Saraswati, 2012).

Responden dengan pengeluaran pangan tinggi mengalami gizi kurang sebanyak 27

responden. Hal ini disebabkan pengeluaran pangan digunakan untuk mencukupi kebutuhan bahan minuman, seperti kopi dan teh, sehingga pengeluaran pangan tinggi. Namun kandungan gizi dan energi yang didapat dari mengonsumsi minuman saja tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan energi harian seseorang sebab energi sebenarnya diperoleh dari zat gizi makro (Jannah, 2021). Selain itu, pengeluaran pangan untuk tembakau yaitu rokok juga tinggi. Sebagian besar petani minimal mengonsumsi satu bungkus rokok. Hal ini diperkuat dengan temuan yang menyatakan bahwa pengeluaran pangan terbesar rumah tangga petani di Desa Gunungmanik yaitu kelompok tembakau sebesar 31,24% (Anzaini et al., 2022)

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aflizar (2022) dengan judul “Hubungan Asupan Gizi Makro, Kebiasaan Konsumsi Telur dan Pengeluaran Pangan dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Gunungtua Tongan Tahun 2022”, menyatakan terdapat hubungan antara pengeluaran pangan rumah tangga dengan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan dengan nilai $p = 0,0001$.

b. Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi

Tabel 7 Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi

Tabel 7. Hubungan Tingkat Stres dengan Status Gizi									
Tingkat Stres	Status Gizi								p-value
	Gizi Kurang		Gizi Normal		Gizi Lebih		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Stres Sedang	37	41,1	7	7,8	3	3,3	47	52,2	0,001
Stres Berat	23	25,6	3	3,3	17	18,9	43	47,8	

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berkategori stres sedang dengan status gizi kurang sebanyak 37 orang (41,1%), stres sedang dengan status gizi normal sebanyak 7 orang (7,8%), dan responden berkategori stres berat dengan status gizi lebih sebanyak 17 orang (18,9%). Setelah diuji statistik menggunakan *Chi-Square* diketahui nilai *p-value* 0,001 ($<0,05$), artinya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan status gizi responden.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat 37 responden mengalami stres sedang dan status gizi kurang. Hal tersebut disebabkan pola makan responden yang tidak teratur sehingga tidak terpenuhinya energi yang dibutuhkan oleh tubuh. Seseorang akan cenderung mengabaikan pola makan yang sehat dan teratur bila sedang mengalami stres (Kusaeri, 2024).

Responden yang mengalami stres berat dan status gizi lebih sebanyak 17 orang. Hal tersebut disebabkan responden mengalami gangguan pada sistem pencernaan, yaitu maag. Awalnya, pola makan responden tidak teratur sehingga munculnya gangguan sistem pencernaan dan menyebabkan responden mengalami stres berat (Fajriansy, 2021). Untuk mengatasinya, pola makan responden mulai berubah menjadi lebih teratur namun jenis makanan yang dikonsumsi merupakan makanan tinggi kalori sehingga menyebabkan responden mengalami gizi lebih.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2024) dengan judul “Hubungan asupan zat gizi makro, kualitas tidur dan tingkat stres dengan status gizi pegawai BP3IP Jakarta” yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan status gizi dengan hasil $p=0,024$. Selain itu, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amelia et al., (2025) dengan judul “Hubungan pola makan, tingkat stres, dan durasi tidur dengan status gizi pada mahasiswa tingkat akhir” yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan status gizi dengan hasil $p=0,018$. Hal ini berkaitan dengan teori yang menyatakan bahwa seseorang yang mengalami stres akan memproduksi hormon kortisol lebih banyak sehingga nafsu makan akan meningkat, terutama pada jenis makanan manis dan berlemak (Oktia Melina, 2021).

Penutup

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang diperoleh, penulis menyimpulkan terdapat hubungan antara pengeluaran pangan dengan status gizi dan tingkat stres dengan status gizi petani padi Desa Jayamulya, Indramayu. Pada penelitian ini, diharapkan kepala desa untuk tetap memperhatikan kesehatan masyarakatnya terutama petani dengan memberikan edukasi terkait gizi. Selain itu, diharapkan penelitian ini menjadi pendorong bagi puskesmas untuk menyelenggarakan program posbindu bagi lansia.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan Terimakasih kepada Kepala Desa Jayamulya, Indramayu yang telah memberi izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian. Terimakasih juga kepada seluruh petani Desa Jayamulya, Indramayu yang telah bersedia menjadi responden dan membantu proses penelitian.

Daftar Pustaka

- Aflizar, A. P. (2022). *Hubungan Asupan Gizi Makro, Kebiasaan Konsumsi Telur dan Pengeluaran Pangan dengan Kejadian Stunting pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Gunungtua Tongan Tahun 2022*.
- Amelia, R., Kurniawan, S., Mardiyah, S., & WJjayanti, W. (2025). *View of Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres, dan Durasi Tidur dengan Status Gizi pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
<https://jurnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK/article/view/639/284>
- Anandita Ramadhanty Puspitasari. (2024). *View of The HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT STRES DENGAN STATUS GIZI PEGAWAI BP3IP JAKARTA*.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/32417/23129>
- Anzaini, B. K., Gantini, T., & Srimenganti, N. (2022). *Analisis Ketahanan Pangan Berdasarkan Proporsi Pengeluaran Dan Konsumsi Energi (Suatu Kasus Pada Rumah Tangga Petani Buruh Di Desa Gunungmanik Kecamatan Tanjungsari Kabupaten Sumedang)*. 2.
- Arianti, W., & Irwanto, I. (2021). Stres Kerja: Penyebab, Dampak dan Strategi Mengatasinya (Studi Kasus Jurnalis Media Daring Rubrik Kriminal). *PSIKODIMENSIA*, 20(2), 207–218.
<https://doi.org/10.24167/psidim.v20i2.3693>
- Arie Pradini, S., Wuri Wuryaningsih, E., & Hadi Kurniyawan. (2020). *Relation of Social*

- Family Support with Job Stress on Tobacco Farmers in Kalisat District, Jember Regency*. 8(1), 2020.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Tingkat Pendidikan Petani*. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM3NiMy/tingkat-pendidikan-petani.html>
- BPS. (2023). *Hasil Pencacahan Lengkap Sensus Pertanian 2023 - Tahap I - Badan Pusat Statistik Indonesia*. <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2023/12/04/2050/hasil-pencacahan-lengkap-sensus-pertanian-2023---tahap-i.html>
- Fajriansi, A. (2021). *PENGARUH TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN TERHADAP PENDERITA GANGGUAN SISTEM PENCERNAAN*. 1.
- Hadi Kurniyawan, E., Ganandya Nurul Firdaus, A., Riana Sari, F., Holipin Putri, M., Putri Diyanti, S., Tri Afandi, A., & Rosyidi Muhammad Nur, K. (2024). Pemenuhan Kebutuhan Gizi Balita Keluarga Petani. *Journal Health and Nutritions*, 10(1), 38–46.
- HASIL SURVEI PERTANIAN ANTAR SENSUS - Badan Pusat Statistik. (n.d.). Retrieved May 6, 2025, from <https://www.bps.go.id/en/publication/2019/01/02/c7cb1c0a1db444e2cc726708/the-result-of-inter-census-agricultural-survey.html>
- Hidayati, N. I. D. (2023). Hubungan Pendapatan Keluarga dan Ketahanan Pangan dengan Status Gizi Balita pada Era Pandemi Covid-19 di Kabupaten Pasuruan. *Media Gizi Kesmas*, 12(1), 359–366. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.359-366>
- Irawan, E., Susanto, D., & Uchyani, R. (2022). Analisis Ketahanan Pangan Rumah Tangga Petani Padi Berdasarkan Proporsi Pengeluaran Pangan dan Konsumsi Energi di Kecamatan Cawas Kabupaten Klaten. *Agrista*, 10. https://r.search.yahoo.com/_ylt=Awr1SanTC1RoHQIAkWNLQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1751548115/RO=10/RU=https%3a%2f%2fjurnal.uns.ac.id%2fagrista%2farticle%2fdownload%2f66665%2f37524/RK=2/RS=LEf87Nr9kYEF3LgYkUJ0QSqnV7Q-
- Iyud Dwi Mursito. (2023, March 28). *Dampak Konsumsi Kopi pada Aktivitas Fisik, Tidur, dan Kesehatan Jantung - PR Bengkulu*. <https://bengkulu.pikiran-rakyat.com/gaya-hidup/pr-2506486424/dampak-konsumsi-kopi-pada-aktivitas-fisik-tidur-dan-kesehatan-jantung>
- Jayarni, D. E., & Sumarmi, S. (2018). *Hubungan Ketahanan Pangan dan Karakteristik Keluarga dengan Status Gizi Balita Usia 2 – 5 Tahun (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonokusumo Kota Surabaya)*. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/7838/4606>
- Kohir, D. S., Murhan, A., & Sulastri, S. (2024). Skrining Faktor Risiko Obesitas Usia Produktif. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 9(2), 97. <https://doi.org/10.52822/jwk.v9i2.673>
- Kusaeri, Y. (2024, February). *Tingkat Stres dapat Mempengaruhi Kualitas Gizi Seseorang, Kok Bisa? - EMC Healthcare - SAME*. <https://www.emc.id/id/care-plus/tingkat-stres-dapat-mempengaruhi-kualitas-gizi-seseorang-kok-bisa>
- Nurul Laili. (2023). *Hubungan Stres Kerja, Emotional Eating, dan Pola Konsumsi Makan dengan Status Gizi Pada Pegawai UIN Walisongo Semarang*.
- Oktia Melina. (2021). *View of Analisis Tingkat Stres Terkait Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II*. <https://journal.unnes.ac.id/sju/IJPHN/article/view/49018/20786>
- Omotayo, A. O., Aremu, B. R., & Alamu, O. P. (2016). Food Utilization, Nutrition, Health and Farming Households' Income: A Critical Review of Literature. *Journal of Human Ecology*, 56(1–2), 171–182. <https://doi.org/10.1080/09709274.2016.11907053>
- Prasetyo, A., Davidson, S. M., & Sanubari, T. P. E. (2023). Correlation between Individual Dietary Diversity and Children 2-5 Years Old Nutrition Status in Batur Village, Getasan Regency, Semarang District. *Amerta Nutrition*, 7(3), 343–349. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3.2023.343-349>
- Ren, Y., Li, H., & Wang, X. (2019). Family income and nutrition-related health: Evidence from food consumption in China. *Social Science & Medicine*, 232, 58–76. <https://doi.org/10.1016/J.SOCSCIMED.2019.04.016>
- Saraswati, I. (2012). *Perbedaan Karakteristik Usia, Asupan Makanan, Aktivitas Fisik, Tingkat Sosial Ekonomi dan Pengetahuan Gizi Pada Wanita Dewasa dengan Kelebihan Berat Badan antara di Desa dan Kota*. Universitas Diponegoro.
- Syarifah Miftahul Jannah. (2021). *Gambaran Pola Konsumsi Minuman Dan Status Gizi Pada Santri Pondok Pesantren Ruhul Islam Anak Bangsa*. UIN Negeri Syarif Hidayatullah

Jakarta.

World Bank. (2022). *Agricultural land (% of land area)* | *Data*.
https://data.worldbank.org/indicator/AG.LND.AGRI.ZS?most_recent_value_desc=true&type=shaded&view=map

Zahra, Y. A. (2024). *Analisis komparatif pendapatan usahatani padi organik, semi organik, dan anorganik*.
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/80383>