



NUTRIRE

Jurnal Gizi UMSA

Kantor Editor: Kampus 1 UMSA

K.H. Dewantara No.3, Baamang Hilir, Kec. Baamang, Kabupaten Kotawaringin Timur, Kalimantan Tengah 74311, Indonesia

E-Mail: jurnalumsa@gmail.com

Website: <https://journals.umsa.ac.id>



Judul ditulis dengan huruf Times New Roman ukuran 14 poin dan sebaiknya tidak lebih dari 14 kata

Article	Abstract
<u>Penulis</u> Dikosongkan saat pengiriman naskah <u>Penulis Koresponden:</u> Dikosongkan saat pengiriman naskah <u>Data Artikel:</u> Submit: Jan 11, 2025; Diterima: Mei 10, 2025; Diterbitkan: Jun 31, 2025	(Abstract must be written in English and Indonesian. Times New Roman 10 pt is preferably between 150-250 words. The abstract should be clear, concise, and descriptive.) This study addresses the critical PROBLEM of MAIN PROBLEM: e.g., severe lack of academic adjustment] among RESEARCH SUBJECTS: e.g., first-year university students, often exacerbated by CONTEXT/BACKGROUND: e.g., the transition from high school. The objective was to determine the RESEARCH AIM: e.g., effectiveness of peer group counseling in improving their VARIABLE: e.g., self-efficacy and adjustment scores. The METHOD employed was a DESIGN: e.g., true experimental design] with pre-test and post-test control groups. A total of NUMBER students were randomly assigned to the experimental group (receiving NUMBER sessions) and the control group. The RESULT showed a KEY FINDING: e.g., highly significant increase in adjustment scores in the experimental group, with an effect size of EFFECT SIZE, e.g., Cohen's $d = 0.85$] ($Sp < 0.01$). The DISCUSSION highlights that the structured guidance and feedback mechanism inherent in the intervention model were crucial factors in the positive change. CONCLUSION: The intervention is proven effective and highly recommended for implementation in university guidance programs as a primary strategy to mitigate early student academic struggle. Keywords: word (phrase); word (phrase); word (phrase); word (phrase). (Max 3-5 words) Penelitian ini membahas MASALAH kritis mengenai MASALAH UTAMA: misalnya, kurangnya penyesuaian akademik yang parah] di kalangan SUBJEK PENELITIAN: misalnya, mahasiswa tahun pertama], yang sering diperburuk oleh KONTEKS/LATAR BELAKANG: misalnya, masa transisi dari sekolah menengah]. Tujuannya adalah untuk menentukan TUJUAN PENELITIAN: misalnya, efektivitas konseling kelompok sebaya] dalam meningkatkan VARIABEL: misalnya, efikasi diri dan skor penyesuaian mereka. METODE yang digunakan adalah DESAIN: misalnya, desain eksperimen murni] dengan kelompok kontrol pre-test dan post-test. Sebanyak JUMLAH mahasiswa secara acak dialokasikan ke kelompok eksperimen (menerima JUMLAH sesi) dan kelompok kontrol. HASIL menunjukkan TEMUAN KUNCI: misalnya, peningkatan yang sangat signifikan pada skor penyesuaian di kelompok eksperimen, dengan ukuran efek UKURAN EFEK, misalnya, Cohen's $d = 0,85$] ($Sp < 0,01$). PEMBAHASAN menyoroti bahwa mekanisme bimbingan dan umpan balik terstruktur yang melekat pada model intervensi adalah faktor penting dalam perubahan positif tersebut. KESIMPULAN: Intervensi ini terbukti efektif dan sangat direkomendasikan untuk diterapkan dalam program bimbingan universitas sebagai strategi utama untuk mengurangi kesulitan akademik mahasiswa pada tahap awal. Kata Kunci: kata (frasa); kata (frasa); kata (frasa); kata (frasa). (Maksimal 3-5 kata)



PENDAHULUAN

Bagian pendahuluan harus ditulis dengan jelas dan menjelaskan isu atau permasalahan yang akan dibahas dalam manuskrip. Sebelum menyampaikan tujuan penelitian, penulis perlu memberikan latar belakang yang memadai serta tinjauan pustaka singkat untuk menunjukkan kondisi yang ada saat ini, penelitian-penelitian terdahulu yang paling relevan atau terbaik, serta keterbatasan utama dari penelitian-penelitian sebelumnya.

Penulis juga harus menjelaskan apa yang ingin dicapai dalam penelitian ini sebagai upaya untuk mengatasi keterbatasan tersebut, serta menunjukkan keunggulan ilmiah atau kebaruan (novelty) dari penelitian yang dilakukan. Di akhir paragraf pendahuluan, penulis perlu menutup dengan komentar mengenai pentingnya penelitian dalam mengidentifikasi masalah dan tujuan penelitian. Selain itu, naskah yang ditulis oleh penulis dengan bahasa Inggris sebagai bahasa kedua wajib diperiksa ulang (proofread), karena mengabaikan ketentuan ini dapat mengakibatkan penolakan naskah.

METODE

Bagian metode bersifat opsional untuk artikel penelitian asli. Metode ini ditulis secara deskriptif dan harus memuat penjelasan mengenai metodologi penelitian yang digunakan. Penulisan bagian ini sebaiknya mampu memberikan gambaran yang jelas kepada pembaca tentang bagaimana penelitian dilakukan, sehingga pembaca dapat memahami proses serta pendekatan yang digunakan dalam penelitian tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini merupakan bagian yang paling penting dari artikel. Analisis atau hasil penelitian harus disajikan secara jelas dan ringkas. Hasil penelitian sebaiknya merangkum temuan-temuan ilmiah tanpa menyajikan data secara terlalu rinci. Penulis perlu menonjolkan perbedaan antara hasil atau temuan penelitian ini dengan publikasi-publikasi sebelumnya dari peneliti lain. Untuk tabel, penulis juga harus memberikan penjelasan atau keterangan yang sesuai agar pembaca dapat memahami isi tabel dengan mudah.

Tabel 1: Judul tabel

No	Rincian 1	Rincian 2	Dst.
----	-----------	-----------	------

Untuk gambar, grafik, atau ilustrasi, masing-masing harus diberi nomor secara berurutan (misalnya Gambar 1) sesuai dengan urutan kemunculannya dalam teks. Setiap gambar harus memiliki judul dan keterangan yang jelas, diletakkan di bawah gambar. Gunakan gambar dengan resolusi tinggi (minimal 300 dpi) dalam format standar seperti JPG, PNG, atau TIFF. Jika suatu gambar diambil atau diadaptasi dari sumber lain, maka sumber tersebut harus dicantumkan dengan benar.



Gambar 1. Judul gambar.

Untuk kutipan langsung yang terdiri dari lebih dari empat baris, penulisan harus menggunakan ukuran huruf 10 pt dengan spasi tunggal (single space):

“Setiap individu memiliki hak untuk memperoleh pendidikan yang layak, hak untuk mengembangkan potensi diri secara optimal, serta hak untuk berpikir dan berpendapat secara bebas dalam proses pembelajaran sebagai bentuk penghormatan terhadap nilai-nilai kemanusiaan.”

Setelah judul utama, bagian-bagian utama harus disertakan dalam naskah. Pemisahan antara judul utama, subjudul, dan sub-subjudul harus diberi penomoran dalam naskah dengan contoh sebagai berikut:

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Permasalahan Penelitian

1. Nomor 1
2. Nomor 2
3. Number 3

KESIMPULAN

Bagian kesimpulan berisi uraian yang harus menjawab permasalahan yang diangkat serta tujuan penelitian. Kesimpulan harus ditulis secara jelas dan ringkas. Hindari pengulangan isi abstrak atau sekadar menjelaskan hasil penelitian. Berikan penjelasan yang tegas mengenai kemungkinan penerapan hasil penelitian dan/atau saran yang berkaitan dengan temuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar pustaka dan catatan kaki di akhir naskah harus ditulis menggunakan gaya **APA Edisi ke-7**. Sumber yang dapat dikutip meliputi buku, artikel jurnal, peraturan perundang-undangan, dan referensi lainnya. Hanya cantumkan sumber yang benar-benar telah dibaca dan digunakan dalam catatan kaki.

Disarankan menggunakan aplikasi manajemen referensi seperti EndNote, Mendeley, atau Zotero (dengan Mendeley sebagai pilihan utama). Gunakan artikel yang telah diterbitkan dalam jurnal yang sama sebagai contoh penulisan referensi. Semua publikasi yang dikutip dalam teks harus tercantum dalam daftar pustaka, yang disusun secara alfabetis berdasarkan nama penulis.

Contoh penulisan referensi (APA 7th Edition):

- Amelia, D. (2020). *Teori dan praktik bimbingan dan konseling*. Kencana.
- Hadiwijaya, B., Wijaya, K., Pramono, E., Sari, D., Utomo, J., & Lestari, R. (2017). *Metode penelitian psikologi (Psychological research methods)* (A. R. Saputra, Ed.; 1st ed.). CV. Psikologi Maju.
- Kusumawati, I. (2021). Cyber bullying and its impact on student mental health. *Jurnal Psikologi Sekolah*, 5(1), 45–58. <https://doi.org/10.xxxx/jps.v5i1.xxx>
- Nugraha, A. (2019). Konstitusionalitas Dan Desain Pemilukada Langsung Serentak Nasional. *Jurnal Konstitusi*, 16(3), 655–676. <https://doi.org/10.31078/JK16310>
- Pratama, R. (2018). Efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar. *Jurnal Dinamika Konseling*, 12(2), 150–165. <https://doi.org/10.xxxx/jdk.2018.12.2.1234>
- Pratama, R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orang tua dan penyesuaian diri siswa di sekolah menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan*, 4(1), 70–85. <https://doi.org/10.xxxx/jbkip.v4i1.4567>
- Undang-Undang Nomor 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia (1999).
- Wardhana, D. (2021). Pengaruh *peer counseling* terhadap penurunan tingkat stres akademik. *Jurnal Konseling Inovatif*, 2(2), 14.