



**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN INDEKS
MASSA TUBUH PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
ANGKATAN 2016**

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran UKI Sebagai Pemenuhan Salah
Satu Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran**

Abraham Fernando Parasian Patria Turnip

1661050055

**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA**

2019

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN INDEKS MASSA TUBUH PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN
INDONESIA ANGKATAN 2016

Diajukan Ke Fakultas Kedokteran UKI
Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran

Disusun oleh :

Abraham Fernando Parasian Patria Turnip

1661050055

Telah disetujui Pembimbing



(dr.Nur Nunu Prihantini Sinaga, M.Si)

NIP. 091687

Mengetahui,



(Prof. Dra. Rondang R. Soegianto, M.Sc.,PhD)

Ketua Tim Skripsi

NIP. 991460

PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama Mahasiswa : Abraham Fernando Parasian Patria Turnip

NIM : 1661050055

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa Skripsi berjudul : **Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2016**, adalah betul-betul karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam Skripsi tersebut telah diberi tanda *citation* dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Jakarta, 7 November 2019

Yang membuat pernyataan,



Abraham Fernando Parasian Patria Turnip

1661050055

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai sivitas akademik Universitas Kristen Indonesia, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Abraham Fernando Parasian Patria Turnip

NIM : 1661050055

Program studi : Kedokteran Umum

Fakultas : Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Jakarta

Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, **menyetujui untuk memberikan Universitas Kristen Indonesia bebas royalti noneksklusif (*Non Exclusive royalty free right*)** atas karya ilmiah yang berjudul:

**Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas
Kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2016**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini Universitas Kristen Indonesia berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkal data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Jakarta

Pada tanggal 7 November 2019

Yang menyatakan,



Abraham Fernando Parasian Patria Turnip

1661050055

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmatNya saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu suarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Kristen Indonesia. Saya bersyukur karena banyak pihak yang telah membimbing dan membantu saya sejak masa perkuliahan hingga selesainya penyusunan skripsi ini. Saya ucapkan terimakasih kepada:

- 1) Dr. dr. Robert Hotman Sirait, Sp.An selaku Dekan FK UKI yang telah mengeluarkan kebijakan-kebijakan yang bijaksana dan turut membantu kelancaran proses perkuliahan saya.
 - 2) Prof. Dra. Rondang R. Soegianto Siagian, selaku Ketua Tim Skripsi beserta anggota Tim Skripsi yang lain yang telah mengkoordinir pembagian dosen pembimbing dan menyusun Buku Pedoman Penulisan dan Penilaian Skripsi sebagai pedoman dalam saya menulis skripsi ini/
 - 3) dr. Nur Nunu Prihantini Sinaga, M.Si selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan saya dengan sabar dalam penyusunan skripsi ini.
 - 4) Ibu Rytha R. Manurung, orang tua saya, yang telah memberikan dukungan material dan moral serta yang terus mendoakan saya supaya dapat menyelesaikan kuliah di FK UKI
 - 5) Teman-teman saya mahasiswa FK UKI angkatan 2016 yang bersedia menjadi responden pada skripsi saya sehingga dapat menyusun skripsi ini dengan baik.
- Akhir kata, saya berharap Tuhan berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini memberi manfaat bagi pengembangan ilmu kedokteran.

Jakarta, 15 November 2019



Abraham Fernando

NILAI KRISTIANI

“Apabila bertambah banyak pikiran dalam batinku, penghiburan-Mu menyenangkan
jiwaku” – Mazmur 94:19

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK	iv
KATA PENGANTAR	v
NILAI KRISTIANI.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah Penelitian	3
I.3 Tujuan Penelitian.....	3
I.3.1 Tujuan Umum	3
I.3.2 Tujuan Khusus	3
I.4. Manfaat Penelitian.....	4
I.4.1 Manfaat bagi Peneliti	4
I.4.2 Manfaat bagi Peneliti lain	4
I.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5

II.1 Landasan Teori	5
II.1.1 Stres	5
II.1.1.1 Penyebab Stres.....	5
II.1.1.2 Tanda dan Gejala Stres	6
II.1.1.3 Klasifikasi Stres	7
II.1.1.4 Tingkat Stres	8
II.1.1.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat stres	8
II.1.1.6 Jenis-jenis Stresor menurut Waktu Terjadi.....	9
II.1.1.7 Jenis Stresor berdasarkan Sumbernya.....	9
II.1.1.8 Tahapan dalam Stres	11
II.1.1.9 Mekanisme Koping	12
II.1.1.10 Manajemen Stres	13
II.1.2 Indeks Massa Tubuh.....	14
BAB III METODE PENELITIAN	17
III.1 Rancangan Penelitian.....	17
III.2 Waktu dan Tempat Penelitian	17
III.3 Populasi dan Subyek Penelitian	17
III.4 Teknik Sampling.....	17
III.5 Sumber Data Penelitian.....	18
III.6 Identifikasi Variabel Penelitian.....	18
III.7 Instrumen Penelitian	19
III.8 Definisi Operasional	19
III.9 Alur Penelitian	20
III.10 Definisi Operasional	21
III.11 Etika Penelitian	21

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	22
IV.1 Hasil Penelitian.....	22
IV.1.1 Gambaran Karakteristik Responden.....	22
IV.1.1.1 Karakteristik Usia.....	22
IV.1.1.2 Distribusi Jenis Kelamin	24
IV.1.1.3 Distribusi Indeks Massa Tubuh.....	25
IV.1.2. Analisis Univariat.....	27
IV.1.2.1 Frekuensi Tingkat Stres Mahasiswa FK UKI Angkatan 2016.....	27
IV.1.2.2 Distribusi Frekuensi Usia terhadap Indeks Massa Tubuh	31
IV.1.2.3 Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh berdasarkan Jenis Kelamin.....	32
IV.1.3 Analisis Bivariat.....	33
IV.1.3.1 Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh.....	33
IV.2 Pembahasan	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	37
V.1 Kesimpulan	37
V.2 Saran	37
V.2.1 Bagi Peneliti	37
V.2.2 Bagi Peneliti lain	37
V.2.3 Bagi Institusi Pendidikan.....	37
DAFTAR PUSTAKA	38
Lampiran 1. Biodata Mahasiswa.....	40
Lampiran 2. Lembar Permohonan Menjadi Responden	41

Lampiran 3. Lembar <i>Informed Consent</i>	42
Lampiran 4. Tes DASS 42	43
Lampiran 5. Data Indeks Massa Tubuh	45
Lampiran 6. Data Skoring Tes DASS 42	46
Lampiran 7. Hasil Pengolahan Data SPSS.....	47

DAFTAR TABEL

Tabel II.1 Interpretasi Penghitungan IMT	15
Tabel III.1 Definisi Operasional.....	19
Tabel IV.1 Distribusi Usia Responden.....	22
Tabel IV.2 Distribusi Jenis Kelamin Responden.....	23
Tabel IV.3 Distribusi Indeks Massa Tubuh.....	25
Tabel IV.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres.....	27
Tabel IV.5 Tingkat Stres berdasarkan Usia Responden.....	29
Tabel IV.6 Distribusi Tingkat Stres berdasarkan Jenis Kelamin.....	30
Tabel IV.7 Distribusi Frekuensi Umur dengan Indeks Massa Tubuh.....	31
Tabel IV.8 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dengan indeks massa tubuh.....	32
Tabel IV.9 Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh.....	33
Tabel IV.10 Hasil pengolahan data SPSS dengan uji korelasi <i>Spearman</i>	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Rumus Menghitung IMT	15
Gambar III.1 Alur Penelitian.....	20
Gambar IV.1 Distribusi Frekuensi Usia.....	23
Gambar IV.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	24
Gambar IV.3 Distribusi Indeks Massa Tubuh	26
Gambar IV.4 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres.....	28

ABSTRAK

Masalah stres pada mahasiswa menjadi salah satu masalah yang sering sulit untuk diselesaikan. Prevalensi terjadinya stres pada mahasiswa juga tinggi. Hal ini dapat mengancam efektifitas mahasiswa dalam menjalankan perkuliahannya sehingga kualitas belajar akan terganggu. Selain itu, pola makan juga dapat terganggu karena adanya pengaruh stres pada asupan nutrisi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan tingkat stres dengan indeks massa tubuh dari mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Kristen Indonesia angkatan 2016. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan penggunaan sampel sebanyak 117 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *DASS 42* dan pengukuran berat badan serta tinggi badan menggunakan timbangan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa FK UKI angkatan 2016 memiliki tingkat stres yang normal atau sekitar 76,9 % mahasiswa. Tingkat stres yang dialami mahasiswa FK UKI angkatan 2016 juga sebagian besar normal dengan jumlah 58 anak atau sekitar 49,6 %. Untuk mengetahui hubungan antar variabel, digunakan Uji korelasi *Spearman*. Kesimpulan didapatkan antara variabel tingkat stres dengan indeks massa tubuh tidak memiliki korelasi yang bermakna ($p < 0,5$).

Kata kunci : Tingkat stres, indeks massa tubuh

ABSTRACT

The problem of stress on students is one of the problems that is difficult to solve. The prevalence of stress occurrence in students is also high. This can threaten the effectiveness of students in carrying out lectures so that the quality of learning will be disrupted. In addition, eating patterns can also be disrupted because of the influence of stress on nutritional intake. This study aims to determine how the relationship of stress levels with body mass index of medical faculty students of the Christian University of Indonesia in 2016. This research is a descriptive analytic study with a sample of 117 people. Data collection was carried out using the DASS 42 questionnaire and measurements of body weight and height using a scale. The results of this study showed that the majority of the students had normal stress levels is about 90 students or 76.9% of the students. The stress levels experienced by the students were also mostly normal with 58 students or around 49.6%. To find out the relationship between variables, *Spearman* correlation test was used. The conclusion obtained between the stress level variable with body mass index does not have a significant correlation ($p < 0,5$).

Keywords : Stress levels, body mass index