

**HUBUNGAN STRES DENGAN OBESITAS PADA MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA ANGKATAN 2015**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan Untuk Salah Satu Syarat Guna  
Meraih Gelar Sarjana Kedokteran**



**Oleh:**

**Arif Bagus Adianto**

**NPM: 13700204**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA  
SURABAYA**

**2017**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**TUGAS AKHIR**

**HUBUNGAN STRES DENGAN OBESITAS PADA MAHASISWA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA  
SURABAYA ANGKATAN 2015**

**Diajukan Untuk Salah Satu Syarat Guna  
Meraih Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh:**

**Arif Bagus Adianto**

**NPM: 13700204**

**Menyetujui untuk diuji pada tanggal :**

**Jumat, 15 September 2017**

**Pembimbing,**



**Harsono Wiradinata, dr., MBA, Sp.KJ**

**NIK. 03387-ET**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**TUGAS AKHIR**

**HUBUNGAN STRES DENGAN OBESITAS PADA MAHASISWA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA  
SURABAYA ANGKATAN 2015**

**Oleh:**

**Arif Bagus Adianto**

**NPM: 13700204**

**Telah diuji pada**

**Hari : Jumat**

**Tanggal: 15 September 2017**

**dan dinyatakan lulus oleh:**

**Pembimbing,**



**Harsono Wiradinata,dr,MBA,Sp.KJ A.A.A Mas Ranidewi,dr,Sp.THT,MARS**

**NIK. 03387-ET**

**Penguji,**



**A.A.A Mas Ranidewi,dr,Sp.THT,MARS**

**NIK.13721-ET**

## Lampiran 1: Pernyataan Keaslian Tulisan

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Arif Bagus Adianto  
NPM : 13700204  
Program Studi : Pendidikan Kedokteran  
Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma  
Surabaya;

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis dengan judul “Hubungan Stres dengan Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Angkatan 2015”, benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 15 September 2017

Yang membuat pernyataan,



(Arif Bagus Adianto)

NPM : 13700204

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas anugerah yang diberikan-Nya, peneliti bisa menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Hubungan stres dengan obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Angkatan 2015”.

Peneliti terdorong untuk meneliti topik ini oleh karena obesitas saat ini semakin banyak dan salah satunya dapat disebabkan oleh stres. Tugas Akhir ini berhasil peneliti selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. H. Soedarto, dr.,DTM&H, PhD.,Sp.Park, sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Harsono Wiradinata,dr.,MBA, Sp.KJ, sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
3. A.A.A Mas Ranidewi, dr., Sp. THT, MARS, sebagai dosen penguji proposal maupun tugas akhir.
4. Segenap Tim Pelaksana Tugas Akhir dan sekretariat Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Tugas Akhir.
5. Semua pihak yang tidak mungkin disebut satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Akhirnya peneliti berharap semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya, 15 September 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

### Halaman

Judul .....	i
Lembar Persetujuan Proposal .....	ii
Lembar Pengesahan Proposal .....	iii
Lembar Persetujuan Tugas Akhir .....	iv
Lembar Pengesahan Tugas Akhir .....	v
Kata Pengantar .....	vi
Abstrak .....	vii
Abstract .....	viii
Daftar Isi .....	ix
Daftar Gambar .....	xii
Daftar Tabel .....	xiii
Daftar Singkatan .....	xiv
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Stres	
1. Definisi Stres.....	5
2. Penyebab Stres .....	6
3. Gejala Stres .....	8
4. Fisiologi Stres .....	9
5. Klasifikasi stres dan alat ukur .....	10
6. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat Stres .....	13
7. Penatalaksanaan Stres .....	14
B. Obesitas	
1. Definisi Obesitas .....	15
2. Jenis Obesitas .....	16
3. Faktor penyebab Obesitas .....	16
4. Dampak Obesitas .....	20
5. Pencegahan Obesitas .....	20
6. Pengukuran Obesitas dan Klasifikasinya .....	21
7. Hubungan Stres dengan Obesitas .....	23

<b>BAB III</b>	<b>KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN</b>	
	A. Kerangka Konsep Penelitian .....	25
	B. Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB IV</b>	<b>METODE PENELITIAN</b>	
	A. Rancangan Penelitian .....	27
	B. Populasi dan Sampel .....	27
	C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
	D. Variabel Penelitian .....	29
	E. Definisi Operasional .....	30
	F. Prosedur Penelitian/Pengumpulan Data .....	31
	G. Analisis Data .....	33
<b>BAB V</b>	<b>HASIL DAN ANALISIS DATA</b>	
	A. Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	34
	B. Deskripsi Hasil Penelitian .....	34
	1. Karakteristik Jenis Kelamin .....	34
	2. Karakteristik Tingkat Stres .....	35
	3. Karakteristik Angka Kejadian Obesitas .....	36
	4. Hubungan Stres dengan Obesitas .....	37
<b>BAB VI</b>	<b>PEMBAHASAN</b>	
	Pembahasan Hasil Penelitian .....	39
<b>BAB VII</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	42
	B. Saran .....	42
	<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	44
	<b>LAMPIRAN - LAMPIRAN</b>	
	Lampiran 1 Pernyataan Keaslian Tulisan .....	48
	Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	49
	Lampiran 3 Pernyataan Telah Melaksanakan Informed Consent .....	50
	Lampiran 4 Pengantar Kuesioner .....	51
	Lampiran 5 Kuesioner Penelitian .....	52
	Lampiran 6 Surat Keterangan Etik .....	54
	Lampiran 7 Lembar Konsultasi Penelitian Tugas Akhir.....	55
	Lampiran 8 Output Data SPSS .....	56
	Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	59
	Lampiran 10 Jurnal .....	60

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar III.1 Kerangka Konsep Penelitian .....	25
Gambar V.1 Grafik Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	35
Gambar V.2 Grafik Karakteristik Responden Berdasarkan Kejadian Stres	36
Gambar V.3 Grafik Karakteristik Responden Berdasarkan Obesitas .....	37



## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel I.1	Klasifikasi Berat Badan Berdasarkan Indeks Massa Tubuh pada Penduduk Asia ..... 22
Tabel IV.1	Definisi Operasional ..... 30
Tabel V.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin ..... 34
Tabel V.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Kejadian Stres ..... 35
Tabel V.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Obesitas ..... 37
Tabel V.4	Hubungan Stres dengan Obesitas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Angkatan 2015 ..... 38

## DAFTAR SINGKATAN

<u>Singkatan</u>	<u>Keterangan</u>
CDC	Center for Disease Control
BMI	Body Mass Index
IMT	Indeks Massa Tubuh
BB	Berat Badan
IOTF	International Obesity Task Force
KPDS	Kessler Psychological Distress Scale
PSS-10	Perceived Stress Scale 10
DASS 42	Depression Anxiety Stres Scale 42
WHO	World Health Organization

## ABSTRAK

Adianto, Arif Bagus. 2017. *Hubungan Stres dengan Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Angkatan 2015*. Tugas Akhir, Program Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing: Harsono Wiradinata, dr., MBA, Sp.KJ.

Obesitas adalah kondisi akumulasi lemak yang tidak normal atau berlebihan di jaringan adiposa yang dapat mengganggu kesehatan, salah satu penyebab dari obesitas adalah faktor psikologis, obesitas bermula dari masalah emosional yang tidak teratasi atau tingkat stres yang tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan stres dengan obesitas pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya angkatan 2015. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya angkatan 2015 yang berjumlah 160 mahasiswa dengan jumlah sampel sebanyak 62 responden. Hasil penelitian menunjukkan dari 62 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya angkatan 2015 yang mengalami obesitas sebagian besar juga mengalami stres baik itu ringan 37,1% dan sedang 12,9%. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan stres dengan obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Angkatan 2015, hal ini terbukti dengan nilai p-value sebesar 0,002 ( $< 0,05$ ).

**Kata Kunci : Stres, Obesitas, Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya**

## ABSTRACT

Adianto, Arif Bagus. 2017. *Correlation Stress with Obesity in Students of Medical Faculty in University of Wijaya Kusuma Surabaya class of 2015*. Final Assignment, Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma Surabaya University. Supervisor: Harsono Wiradinata, dr., MBA, Sp.KJ.

*Obesity is a condition of abnormal fat in adipose tissue that can interfere with health, one of obesity cause is a psychological factor, obesity started from unresolved emotional problems or high levels stress. The aim of this study is to identify the relationship between stress and obesity in the students of Medical Faculty class of 2015 Wijaya Kusuma Surabaya University. The population of this study was 160 students of Medical Faculty class of 2015, Wijaya Kusuma Surabaya University with a total sample of 62 respondents. The results showed that 62 medical students of Wijaya Kusuma Surabaya University class of 2015 who are obese also experience either 37,1% mild stress or 12,9% medium stress. The result of the study also shows that there is a relationship of stress with obesity to the students of Medical Faculty in University of Wijaya Kusuma, Surabaya Class of 2015, as evidenced by p-value of 0.002 (<0.05).*

**Keywords:** *Stress, Obesity, Students of Medical Faculty in University of Wijaya Kusuma Surabaya*