

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN
INDEKS MASSA TUBUH PADA SISWA DI
SMAN 1 KUTA UTARA**



OLEH:

KADEK WULAN INDRA MAHISWARI

NIM 2218011025



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2025**



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN
INDEKS MASSA TUBUH PADA SISWA DI SMAN 1
KUTA UTARA**

SKRIPSI

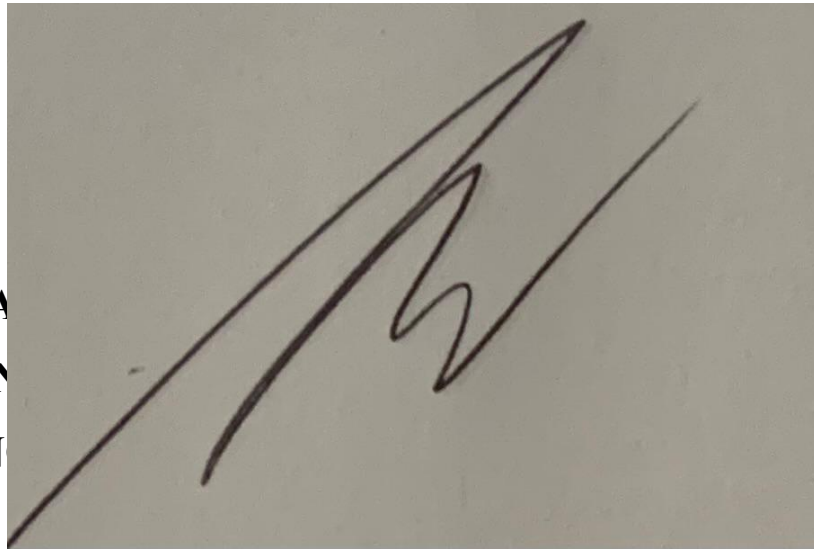
**Diajukan kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program
Sarjana Kedokteran**



**Oleh
Kadek Wulan Indra Mahiswari
NIM 2218011025**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2025**

DIA
DAN
MEN



Pembimbing I



dr. I. P. Adi Wibowo, S.Ked., M.Kes

NIP. 198208112008121005

Pembimbing II



Dr. dr. Putu Adi Suputra, S.Ked., M.Kes.

NIP. 198410152009121005

Skripsi oleh Kadek Wulan Indra Mahiswaridengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswa di SMAN 1 Kuta Utara” ini telah di pertahankan di depan dewan penguji pada

Hari : Selasa

Pada tanggal : 21 Oktober 2025

Dewan Penguji



dr. I. P. Adi Wibowo, S.Ked., M.Kes
198208112008121005

(Ketua)



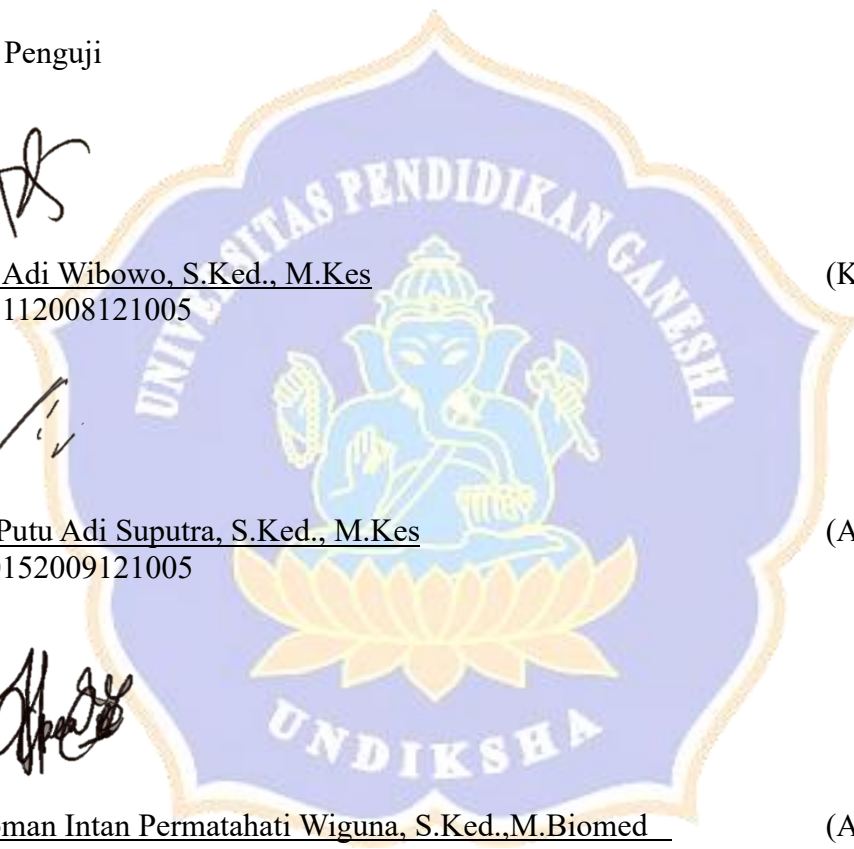
Dr. dr. Putu Adi Suputra, S.Ked., M.Kes
198410152009121005

(Anggota)



dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna, S.Ked.,M.Biomed
199207072019032031

(Anggota)



Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada :
Hari : Selasa
Tanggal : 21 Oktober 2025

Mengetahui,

Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,

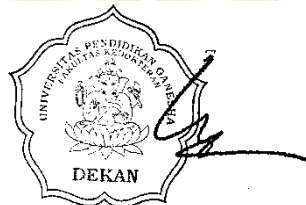


dr. I. P. Adi Wibowo, S.Ked., M.Kes
NIP. 198208112008121005



Dr. dr. Putu Adi Suputra, S.Ked., M.Kes
NIP. 198410152009121005

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran,



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosugito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “ Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswa di SMAN 1 Kuta Utara” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 7 Januari 2026
Yang Membuat Pernyataan,



Kadek Wulan Indra Mahiswari
NIM. 2218011025

PRAKATA

Tiada hentinya peneliti panjatkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat dan Rahmat-Nya, sehingga peneliti mampu menyusun usulan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswa di SMAN 1 Kuta Utara” dengan lancar. Disusunnya penelitian skripsi ini tiada lain untuk melengkapi persyaratan guna mendapatkan gelar sarjana kedokteran di Universitas Pendidikan Ganesha.

Selama penyusunan ini, banyak sekali doa dan dukungan yang peneliti dapatkan berupa ide, saran, kritik, moral, ataupun motivasi dari semua pihak. Untuk itu, izinkan peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. M. Ahmad Djojusugito, dr. Sp.OT(K), MHA,MBA, selaku Dekan Fakultas Kedokteran yang selalu memberikan motivasi dan memastikan ketersediaan fasilitas pendukung untuk membantu kelancaran proses penyusunan laporan penelitian ini.

2. Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked.,M.Kes., selaku Ketua Program Studi Kedokteran yang selalu memberikan kenyamanan serta dukungan moral selama berkuliah di Fakultas Kedokteran Undiksha.

3. dr. I. P. Adi Wibowo, S.Ked., M.Kes selaku Pembimbing I atas arahan, ide, motivasi, serta cinta kasih yang selalu diberikan kepada peneliti sehingga proses penyusunan laporan penelitian ini dapat diselesaikan tepat waktu dan penuh percaya diri.

4. Dr. dr. Putu Adi Suputra, S.Ked., M.Kes, selaku Pembimbing II atas arahan, ide, motivasi, serta cinta kasih yang selalu diberikan kepada peneliti

sehingga proses penyusunan laporan penelitian ini dapat diselesaikan tepat waktu dan penuh percaya diri.

5. dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna, S.Ked., M.Biomed, selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan saran, dukungan serta semangat moral selama menempuh Pendidikan di Fakultas Kedokteran Undiksha.

6. Kepala Sekolah, Guru, serta seluruh warga sekolah SMAN 1 Kuta Utara yang turut memberikan kesempatan untuk dilakukannya penelitian ini.

7. I Made Suastika dan Kadek Wisnawati selaku kedua orang tua peneliti. Putu Wia Rosita Dewi dan Komang Arika Putra Sanjaya selaku saudara peneliti yang memberi berkat, kebahagiaan, rasa syukur, dorongan moral dan cinta kasih.

8. Sahabat baik penulis, "Makhluk Adaptasi (Oliv, Dewi, Anggi)", "Ibliz (Ojung, Gekka, Wahde)", "Hanya Sementara (Oliv, Mila, Rede)", "Astungkara Lulus U&R (Febi, Meilani, Dita)", "HahaHihi (Oliv, Danda, Indra)", "Reminder Hari Raya (Oliv, Mila, Rede, Wahyu, Eca)", Sahabat berbagi cerita kehidupanku terkasih, Shanti. Teman perantauanku terkasih, Nadya. Dukungan dan peranan kalian sangat berarti bagi penulis.

9. Teman kelas Reguler A (Yeshbaby), Teman Kedokteran Angkatan 2022 (Ceredextrous) yang memberi begitu banyak dampak positif untuk bertumbuh bersama meraih impian masa depan cerah

10. Teman penulis yang telah memberikan motivasi dan sudut pandang baru untuk mengambil pilihan pada jurusan ini dikala penulis gundah dan tidak tau arah tujuan disaat itu

8. Teman dan sahabat penulis yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas semangat dan dorongan motivasi positif serta menghibur.

9. Seluruh pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang tentunya selalu membantu dalam menyelesaikan proses penyusunan usulan penelitian ini

Peneliti dengan sadar memahami bahwa dalam penulisan laporan ini tentunya masih memerlukan saran dan kritik yang membangun guna proses penyempurnaan penelitian ini. Diharapkan kedepannya dengan membaca laporan ini semakin banyak orang yang mendapat pengetahuan mengenai hubungan tingkat stress dengan indeks massa tubuh.

Singaraja, 10 Oktober 2025



A handwritten signature in black ink, appearing to be 'W. M. S.', is written over the right side of the UNDIKSHA logo.

Penulis

DAFTAR ISI

	HALAMAN
PRAKATA.....	ii
ABSTRAK	viv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Landasan Teori	7
2.1.1 Stres	7
2.1.2 Indeks Massa Tubuh IMT	22
2.1.3 Mekanisme Hubungan Tingkat Stres dengan IMT	34
2.2 Penelitian Relevan.....	36
2.3 Kerangka Konsep	38
2.4 Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian	39
3.1.1 Tempat Penelitian.....	39
3.1.2 Waktu Penelitian	39
3.2 Desain Penelitian.....	39
3.3 Populasi dan Sampel	40
3.3.1 Populasi.....	40
3.3.2 Sampel	41
3.4 Variabel Penelitian.....	43

3.4.1 Variabel Independen	43
3.4.2 Variabel Dependen	44
3.5 Definisi Operasional	44
3.6 Instrumen Penelitian	45
3.7 Prosedur Pengambilan Data	47
3.8 Teknik Analisis Data	48
BAB IV HASIL PENELITIAN	51
4.1 Hasil Penelitian	51
4.2 Karakteristik Responden	52
BAB V PEMBAHASAN	62
5.1 Tingkat Stres pada Siswa di SMAN 1 Kuta Utara	62
5.2 Indeks Massa Tubuh pada Siswa di SMAN 1 Kuta Utara	65
5.3 Hubungan Tingkat Stres dengan Indeks Massa Tubuh	65
5.4 Keterbatasan Penelitian	72
BAB VI PENUTUP	73
6.1 Kesimpulan	73
6.2 Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	84

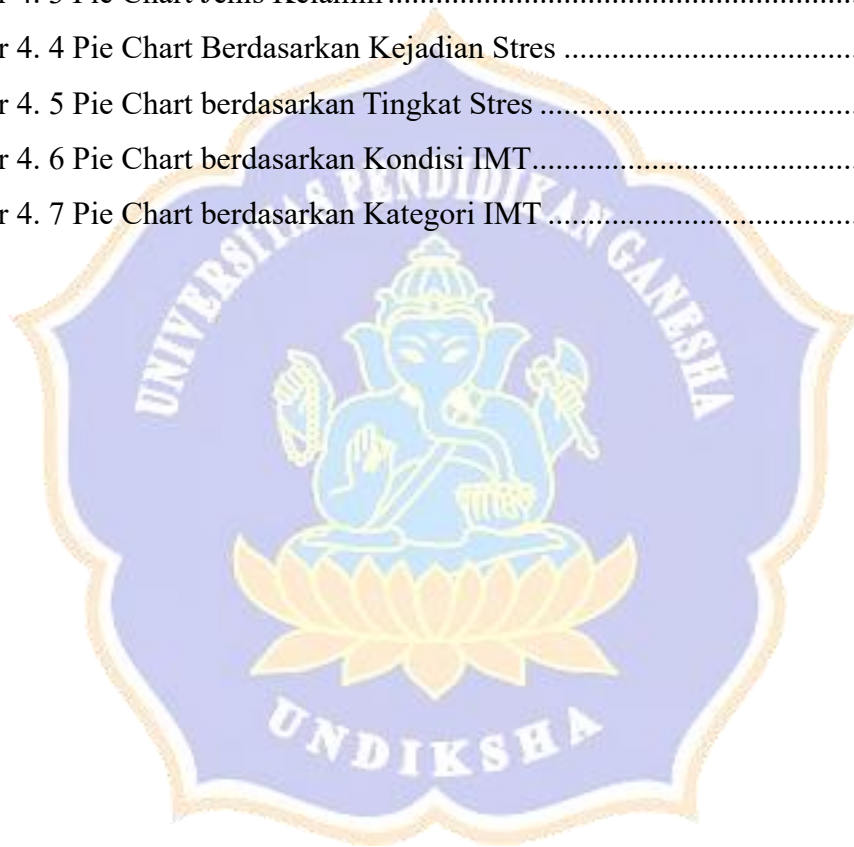


DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2. 1 Klasifikasi IMT berdasarkan WHO	24
Tabel 2. 2 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh Menurut Asia.....	25
Tabel 2. 3 Penelitian Relevan.....	36
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	44
Tabel 3. 2 Intepretasi DASS.....	46
Tabel 3. 3 Intepretasi Tingkat Kekuatan Hubungan.....	50
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Usia	52
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Tingkatan Kelas	53
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Jenis Kelamin.....	53
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Kejadian Stres	54
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Tingkat Stres	55
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Kondisi IMT	56
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Siswa berdasarkan Kategori IMT	57
Tabel 4. 8 Analisis Tabulasi Silang Tingkat Stres dengan Kategori IMT	59
Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas Data	60
Tabel 4. 10 Hasil Uji Rank Spearman HubunganTingkat Stres dengan IMT	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	38
Gambar 3. 1 Desain Penelitian.....	40
Gambar 4. 1 Pie Chart Data Usia	52
Gambar 4. 2 Pie Chart Tingkatan Kelas.....	53
Gambar 4. 3 Pie Chart Jenis Kelamin	54
Gambar 4. 4 Pie Chart Berdasarkan Kejadian Stres	55
Gambar 4. 5 Pie Chart berdasarkan Tingkat Stres	56
Gambar 4. 6 Pie Chart berdasarkan Kondisi IMT.....	57
Gambar 4. 7 Pie Chart berdasarkan Kategori IMT	58



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan.....	85
Lampiran 2. Kuesioner DASS-21	87
Lampiran 3. Surat Etik	90
Lampiran 4. Lembar Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing 1	91
Lampiran 5. Daftar Hadir Bimbingan Dosen Pembimbing 1	92
Lampiran 6. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing 2	93
Lampiran 7. Daftar Hadir Bimbingan Dosen Pembimbing 2	94
Lampiran 8. Dokumentasi Pengambilan Data	95
Lampiran 9. Riwayat Hidup	96

