

## Asosiasi stres dengan indeks massa tubuh (IMT) dan lingkaran perut pada karyawan Fakultas Kedokteran Universitas X 2015 = Association of stress with body mass index and waist circumference among employees in Faculty of Medicine Universitas X 2015

Lily Raudah Putri, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20421220&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Peningkatan IMT dan lingkaran perut dapat disebabkan oleh stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proporsi dan hubungan antara stres dengan IMT dan lingkaran perut. Desain penelitian adalah cross-sectional dengan jumlah sample 115. Penelitian ini menggunakan data primer dari pengukuran IMT dan lingkaran perut serta kuesioner stres SRQ 20. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi terbesar adalah obesitas I (38.3%), lingkaran perut tinggi (55,7%), dan tidak memiliki gangguan stres (92.2%). Uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan stres tidak berhubungan dengan IMT ( $p=0,569$ ). Uji fisher menunjukkan stres tidak berhubungan dengan lingkaran perut ( $p=0,511$ ).

Disimpulkan bahwa stres tidak berhubungan dengan IMT dan lingkaran perut. Hal ini disebabkan oleh variasi respon setiap individu terhadap stres. Sejumlah orang akan makan makanan yang tinggi kalori dengan cara berlebihan. Sebagian lainnya akan kekurangan nafsu makan dan mengurangi asupan makanan. Namun terdapat kecenderungan peningkatan IMT pada orang yang mengalami stres yang dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti gaya hidup (aktivitas fisik rendah dan diet yang tidak sehat), lingkungan kerja, dan lingkungan tempat tinggal. Stres merupakan faktor risiko peningkatan lingkaran perut tetapi pengaruhnya sangat sedikit. Stres kronis dapat meningkatkan risiko obesitas abdominal. Faktor yang menjadi penyebab adalah gaya hidup yang tidak sehat dan peningkatan kadar kortisol di dalam darah.

.....The increase of BMI and waist circumference can be caused by stress. The study purpose was to acknowledge proportion and relationship between stress with BMI and waist circumference. This research was cross-sectional study of 115 as primary data by measuring BMI and waist circumference with SRQ 20 stress questionnaire. Research outcome showed that largest proportion was obesity I (38.3%), big waist circumference (55.7%), and no stress disorder (92.2%). Kolmogorov-Smirnov test showed that stress did not correlate with BMI ( $p=0.569$ ). Fisher test showed that stress did not correlate with waist circumference ( $p=0.511$ ).

Conclusion was stress had not correlation with BMI and waist circumference. This could be happened due to stress response variances of people. Some people would consume high-calories food excessively. Others would have lack of appetite and reduce food intake. However, there was an increasing trend of BMI in people who experienced stress that was influenced by several factors, such as lifestyle (low physical activity and an unhealthy diet), the working environment, and living environment. Stress was a risk factor for the increase of abdominal circumference but the influence was very small. Chronic stress could increase the risk of abdominal obesity. The factors was an unhealthy lifestyle and increase levels of cortisol in the blood.