

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR.....	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Perumusan masalah	2
1.3 Pertanyaan penelitian	3
1.4 Tujuan.....	3
1.4.1 Tujuan umum.....	3
1.4.2 Tujuan khusus	3
1.5 Manfaat penelitian.....	3
1.5.1 Manfaat akademik.....	3
1.5.2 Manfaat praktis	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Rekreasi.....	5
2.1.1 Pengertian rekreasi.....	5
2.1.2 Jenis rekreasi.....	5
2.1.3 Manfaat dari rekreasi	6
2.1.3 Pengukuran rekreasi.....	9
2.2 Stres.....	10

2.2.1	Pengertian stres	10
2.2.2	Klasifikasi stres.....	11
2.2.3	Fisiologi dari stres.....	12
2.2.4	Stres dan sistem tubuh	14
2.2.5	Stres pada mahasiswa kedokteran.....	16
2.2.6	Pengukuran stres	17
2.3	Hubungan rekreasi dengan tingkat stres.....	19
BAB III KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL		21
3.1	Kerangka teori	21
3.2	Kerangka konsep	22
3.3	Hipotesis.....	22
3.4	Variabel	22
3.4.1	Variabel bebas.....	22
3.4.2	Variabel terikat	22
3.4.3	Variabel perancu	22
3.5	Definisi operasional.....	23
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN		26
4.1	Rencana penelitian	26
4.2	Lokasi dan waktu penelitian.....	26
4.2.1	Lokasi penelitian.....	26
4.2.2	Waktu penelitian	26
4.3	Bahan dan cara penelitian	26
4.3.1	Bahan penelitian	26
4.3.2	Cara penelitian	26
4.4	Populasi penelitian	27
4.4.1	Populasi target	27

4.4.2	Populasi terjangkau.....	27
4.4.3	Sampel penelitian.....	27
4.5	Teknik sampling.....	27
4.6	Besar sampel	27
4.7	Kriteria inklusi dan eksklusi.....	28
4.8	Alur penelitian.....	29
4.10	Etika penelitian.....	30
4.11	Biaya penelitian.....	30
4.12	Jadwal penelitian.....	31
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....		32
5.1	Hasil Data Penelitian.....	32
5.2	Pembahasan.....	40
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		44
6.1	Kesimpulan.....	44
6.2	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....		45
LAMPIRAN		55

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kuesioner Tingkat Stres Terhadap Mahasiswa Kedokteran.....	18
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	23
Tabel 4.1 Biaya Penelitian.....	30
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian.....	31
Tabel 5.1 Karakteristik Sampel.....	32
Tabel 5.2 Skor PEAT berdasarkan Angkatan dan Jenis Kelamin.....	33
Tabel 5.3 Tingkat Rekreasi Mahasiswa FK-UPH.....	33
Tabel 5.4 Skor Jenis Rekreasi yang dilakukan oleh Mahasiswa FK-UPH berdasarkan Angkatan & Jenis Kelamin.....	34
Tabel 5.5 Skor MSSQ berdasarkan Angkatan dan Jenis Kelamin.....	34
Tabel 5.6 Tingkat Stres Mahasiswa FK-UPH berdasarkan Angkatan dan Jenis Kelamin.....	35
Tabel 5.7 Tingkat Rekreasi dan Tingkat Stres.....	36
Tabel 5.8 Hubungan Rekreasi Pasif dengan Tingkat Stres.....	36
Tabel 5.9 Hubungan Rekreasi Aktif dengan Tingkat Stres.....	37
Tabel 5.10 Hubungan Rekreasi Sosial dengan Tingkat Stres.....	37
Tabel 5.11 Hasil Uji Statistik Korelasi Pearson.....	38
Tabel 5.12 Hasil Uji Statistik Continuity Correction.....	39

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka teori	21
Bagan 3.2 Kerangka konsep	22
Bagan 4.1 Alur penelitian	29
Bagan 5.1 Diagram Tebar/Pencar PEAT dan MSSQ	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat permohonan data mahasiswa	55
Lampiran 2 Informasi mengenai penelitian	56
Lampiran 3 Surat Pernyataan Persetujuan (SPP).....	58
Lampiran 4 Lembar data responden	59
Lampiran 5 Kuesioner Pittsburg Enjoyable Activities Test (PEAT).....	60
Lampiran 6 Kuesioner Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ)	62

