

ABSTRAK

Audrey Pearly Simanjuntak (01071210016)

PENGARUH TINGKAT STRES DAN PERILAKU MEROKOK TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH PADA MAHASISWA UNIVERSITAS PELITA HARAPAN LIPPO KARAWACI

(xv + 63 halaman ; 10 tabel ; 6 lampiran)

Latar Belakang: di tengah tuntutan akademik yang tinggi serta tekanan sosial, tingkat stres pada remaja sering kali mengalami peningkatan. Salah satu cara untuk mengurangi tingkat stres tersebut adalah dengan merokok. Akan tetapi hal ini bisa berdampak negatif pada indeks massa tubuh yang merupakan suatu indikator untuk menilai status gizi seseorang.

Tujuan: Mengetahui apakah terdapat pengaruh tingkat stres dan perilaku merokok terhadap indeks massa tubuh pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan Lippo Karawaci.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi potong lintang. Bahan penelitian yang digunakan adalah kuesioner GN-SBQ, PSS-10 dan IMT responden. Cara pengambilan sampel menggunakan metode *convenience sampling*, lalu data akan dianalisa menggunakan program SPSS versi 29 dan menggunakan uji statistik *chi-square*.

Hasil: Berdasarkan nilai perhitungan menggunakan metode *pearson chi-square* didapatkan hasil p value 0,906 pada hubungan tingkat stres dan indeks massa tubuh, p value 0,939 pada hubungan perilaku merokok dan indeks massa tubuh, serta p value 0,485 pada hubungan perilaku merokok dan tingkat stres

Kesimpulan: Pengaruh tingkat stres dan perilaku merokok tidak berpengaruh secara signifikan pada indeks massa tubuh mahasiswa Universitas Pelita Harapan Lippo Karawaci.

Kata Kunci: GN-SBQ, PSS-10, Indeks Massa Tubuh (IMT), tingkat stres, perilaku merokok

Referensi: 67

ABSTRACT

Audrey Pearly Simanjuntak (01071210016)

THE INFLUENCE OF STRESS LEVELS AND SMOKING BEHAVIOR ON BODY MASS INDEX AMONG STUDENTS OF PELITA HARAPAN UNIVERSITY LIPPO KARAWACI

(*xv + 63 pages ; 10 tables ; 6 attachments*)

Background: *Amid high academic demands and social pressures, stress levels among adolescents often increase. One way to reduce that level of stress is by smoking. However, this can have a negative impact on the body mass index, which is an indicator for assessing a person's nutritional status.*

Objective: *To determine whether there is an influence of stress levels and smoking behavior on body mass index among students of Pelita Harapan University Lippo Karawaci.*

Method: *This study uses a cross-sectional study design. The research materials used are the GN-SBQ questionnaire, PSS-10, and the respondents' BMI. The sampling method used is convenience sampling, and the data will be analyzed using SPSS version 29 with the chi-square statistical test.*

Results: *Based on the calculations using the Pearson chi-square method, a p-value of 0.906 was obtained for the relationship between stress levels and body mass index, a p-value of 0.939 for the relationship between smoking behavior and body mass index, and a p-value of 0.485 for the relationship between smoking behavior and stress levels.*

Conclusion: *The influence of stress levels and smoking behavior does not have a significant effect on the body mass index of students at Pelita Harapan University Lippo Karawaci.*

Keywords: *GN-SBQ, PSS-10, Body Mass Index (BMI), stress levels, smoking behavior*

Reference: *67*