

Abstrak

peningkatan kadar stres akademik pada mahasiswa dapat mempengaruhi kesehatan fisik, seperti tekanan darah dan Indeks Massa Tubuh (BMI). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan tekanan darah dan BMI pada mahasiswa Program Studi Farmasi Universitas Prima Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan observasional analitik dengan desain cross-sectional, dengan melibatkan mahasiswa semester 4 sebagai sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10) dan pengukuran tekanan darah dan BMI. Data dianalisis menggunakan uji korelasi spearman rho. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara stres dengan tekanan darah dengan p-value 0,029, namun tidak ada hubungan yang signifikan antara stres dengan BMI dengan p-value 0,524. Kesimpulannya, meskipun terdapat hubungan antara stres dengan tekanan darah, namun tingkat stres tidak berhubungan langsung dengan BMI pada mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pentingnya manajemen stres bagi kesehatan mahasiswa.

Kata Kunci: Stres akademik, tekanan darah, Indeks Masa Tubuh, mahasiswa

Abstract

Increased levels of academic stress in students can affect physical health, such as blood pressure and Body Mass Index (BMI). This study aims to determine the relationship between academic stress and blood pressure and BMI in Pharmacy Study Program students at Prima Indonesia University. This study used an analytical observational approach with a cross-sectional design, involving 4th semester students as research samples. Data were collected through the Perceived Stress Scale (PSS-10) questionnaire and measurement of blood pressure and BMI. Data were analyzed using Spearman's rho correlation test. The results showed a significant relationship between stress and blood pressure with a p-value of 0.029, but there was no significant relationship between stress and BMI with a p-value of 0.524. In conclusion, although there is a relationship between stress and blood pressure, stress levels are not directly related to BMI in university students. This study is expected to provide insight into the importance of stress management for student health.

Keywords: Academic Stress, Blood Pressure, Body Mass Index, students