

ABSTRAK

Khasanah, Uswatun A., 2013. **Hubungan Stres terhadap Gaya Hidup Remaja Obesitas di Kota Malang**. Tugas akhir, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. Pembimbing: (1). dr. Arief Alamsyah, MARS (2). dr. Laksmi Sasiarini, Sp. PD

Remaja merupakan fase transisi yang rentan mengalami stres. Stres dapat mempengaruhi kadar kortisol dalam tubuh yang dapat mengakibatkan penyakit degeneratif di kemudian hari. Selain rentan mengalami stres, remaja juga banyak mengalami perubahan gaya hidup, terutama gaya hidup tidak sehat dan *sedentary style*. Gaya hidup seperti ini apabila dibiarkan terutama pada remaja obesitas, dimungkinkan remaja tersebut akan lebih rentan mengalami penyakit degeneratif di kemudian hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres terhadap gaya hidup. Alat ukur yang digunakan adalah *The Personal Lifestyle Questionnaire* (PLQ) yang terdiri dari 5 kategori gaya hidup dan DASS 21 (*Depression Anxiety Stress Scale*), keduanya telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik sampling yang digunakan adalah kuantitatif non ekperimental dengan *incidental sample*. Jumlah sample 100 responden remaja obesitas dari beberapa sekolah di Kota Malang. Penelitian ini menggunakan metode observasi dengan cara pengukuran langsung untuk menentukan tingkat obesitas dan pengisian kuesioner. Data yang didapat dianalisis menggunakan *chi square*. Nilai yang didapatkan dari uji hipotesis sebesar 0,578 ($p>0,05$) dengan jumlah remaja yang stres sebesar 40% dan 82% responden menjalani gaya hidup baik. Disimpulkan bahwa stres tidak mempengaruhi gaya hidup pada remaja obesitas di Kota Malang.

Kata Kunci : stres, gaya hidup, obesitas, remaja.

