

HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN TERJADINYA OBESITAS PADA GURU DI SMK MUHAMMADIYAH 1 SALAM

Altori Samantha Evanov¹, Nina Dwi Lestari²

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 55183, Indonesia.

² Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta 55183, Indonesia.

*E-mail: altori.samantha@yahoo.com

INTISARI

Latar belakang :Stres kerja adalah suatu kondisi yang disebabkan lingkungan, tuntutan fisik, dan situasi sosial yang mengakibatkan seseorang mudah marah, emosi, serta tertekan. Guru merupakan salah satu agregat pekerja yang tidak dapat lepas dari masalah stres. Adanya beban kerja dikarenakan banyaknya tuntutan pekerjaan dan tugas serta tanggung jawab menyebabkan profesi guru rentan terhadap stres. Stres dapat mendukung terjadinya kejadian obesitas yang disebabkan oleh perubahan perilaku dan metabolisme.

Tujuan :Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan terjadinya obesitas pada guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam.

Metode :Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode total sampling. Jenis penelitian yang dilakukan yaitu deskriptif korelasi. Subjek penelitian ini adalah 63 guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner stress kerja yang dikembangkan oleh peneliti yang sudah diuji CVI dan validitas serta reliabilitas. Uji statistik yang digunakan adalah analisis korelasi *Spearman-Rank*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara stres dengan terjadinya obesitas pada guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam, didapatkan nilai $p=0,157$ ($p > 0,05$) dan $r= -0,180$ dengan kekuatan hubungan sangat lemah.

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan terjadinya obesitas pada guru di SMK Muhammadiyah 1 Salam, dengan arah korelasi negatif artinya semakin seseorang mengalami stress maka semakin turun nilai IMT, atau sebaliknya.

Kata Kunci :*Stres kerja, Obesitas, Guru*

THE CORRELATION BETWEEN WORK STRESS AND OBESITY IN TEACHERS AT SMK MUHAMMADIYAH 1 SALAM

Altori Samantha Evanov¹, Nina Dwi Lestari²

^[1]Student at the School of Nursing, Faculty of Medicine and Health Science, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 55183, Indonesia.

^[2]Lecturer at the School of Nursing Faculty of Medicine and Health Science, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 55183, Indonesia

*E-mail: altori.samantha@yahoo.com

Abstract

Background: Work stress is a condition caused by the environment, physical demands, and social situations that cause a person to be angry, emotional, and depressed. The teacher is one of the aggregates of workers who cannot escape from stress problems. The workload due to the many demands of work and duties and responsibilities causes the teaching profession to be vulnerable to stress. Stress can support the occurrence of obesity caused by changes in behavior and metabolism.

Research Purposes: This study aimed to investigate the correlation between work stress and obesity in teachers at SMK Muhammadiyah 1 Salam.

Research Method: The data collection technique used by total sampling method. The type of research was descriptive correlation. The study sample consisted of 63 teachers at SMK Muhammadiyah 1 Salam. The research instrument used the work stress questionnaire developed by researchers who have tested CVI and validity and reliability. The statistical test used employed the Spearman-Rank correlation analysis.

Results: The results of this study showed that there was no significant correlation between stress and obesity in teachers at SMK Muhammadiyah 1 Salam, the strength of the correlation was very weak with the score obtained $p=0,157$ ($p > 0,05$) and $r= -0,180$.

Conclusion: There is no significant correlation between work stress and obesity in teachers at SMK Muhammadiyah 1 Salam, with the negative correlation means that the more a person experiences stress, the lower the IMT value, or otherwise.

Keywords: *Work Stress, Obesity, Teachers*