

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN *BINGE EATING*
DISORDER PADA SISWA KELAS XI SMA NASIMA DI
SEMARANG**

SKRIPSI



YESA HUTABALIAN NAINGGOLAN

21.P1.0034

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2025

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN *BINGE EATING*
DISORDER PADA SISWA KELAS XI SMA NASIMA DI
SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada
Program Studi Kedokteran



YESA HUTABALIAN NAINGGOLAN

21.P1.0034

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2025

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa peralihan yang ditandai oleh perubahan fisiologis dan psikologis, termasuk meningkatnya stres akademik pada remaja yang menghabiskan sebagian besar waktunya di sekolah. Stres akademik dapat memengaruhi pengendalian diri dan memperburuk perilaku kesehatan, salah satunya pola makan. Kondisi ini dapat memicu *Binge Eating Disorder* (BED), yaitu perilaku makan berlebihan yang disertai hilangnya kontrol terhadap asupan makanan.

Tujuan: Mengetahui adanya hubungan antara stres akademik dengan binge eating disorder pada siswa kelas XI SMA Nasima di Semarang.

Metode: Desain penelitian adalah *cross-sectional* dengan jumlah responden sebanyak 84 siswa kelas XI SMA Nasima yang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Perception of Academic Stress Scale* (PASS) untuk mengukur tingkat stres akademik dan *Binge Eating Scale* (BES) untuk menilai BED. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman*.

Hasil: Sebanyak 63,1% dari seluruh responden mengalami stres akademik kategori sedang, dan 92,9% berada dalam kategori tidak mengalami BED hingga ringan. Hasil uji *Spearman* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan *binge eating disorder* ($p = 0,047$; $r = 0,217$), dengan kekuatan hubungan tergolong lemah.

Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan antara stres akademik dengan *binge eating disorder* pada siswa kelas XI SMA Nasima di Semarang.

Kata Kunci: Stres akademik, *binge eating disorder*, remaja, siswa SMA, PASS, BES.

ABSTRACT

Background: Adolescence is a transitional period marked by physiological and psychological changes, including increased academic stress in students who spend most of their time at school. Academic stress can affect self-control and worsen health-related behaviors, including eating patterns. This condition may trigger Binge Eating Disorder (BED), characterized by excessive eating accompanied by a loss of control over food intake.

Objective: To determine the relationship between academic stress and binge eating disorder among 11th-grade students at SMA Nasima in Semarang.

Methods: This study used a cross-sectional design with a total of 84 participants selected through consecutive sampling. The instruments used were the Perception of Academic Stress Scale (PASS) to measure academic stress and the Binge Eating Scale (BES) to assess BED. Data were analyzed using univariately and bivariately analysis with the Spearman test.

Results: A total of 63.1% of respondents experienced moderate levels of academic stress, and 92.9% were categorized as having no to mild BED. The Spearman test indicated a significant relationship between academic stress and binge eating disorder ($p = 0.047$; $r = 0.217$), with a weak correlation strength.

Conclusion: There is a significant relationship between academic stress and binge eating disorder among 11th-grade students at SMA Nasima in Semarang.

Keywords: Academic stress, binge eating disorder, adolescents, high school students, PASS, BES.