



UNIVERSITAS PERTAHANAN REPUBLIK INDONESIA

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN
PSIKOSOMATIS PADA MAHASISWA *COHORT 2* DI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERTAHANAN RI**

DINDA NAULI SITUMORANG

320210101024

**Skripsi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana**

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

BOGOR, 2025



UNIVERSITAS PERTAHANAN REPUBLIK INDONESIA

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN
PSIKOSOMATIS PADA MAHASISWA *COHORT 2* DI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERTAHANAN RI**

DINDA NAULI SITUMORANG

320210101024

**Skripsi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana**

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

BOGOR, 2025

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Dinda Nauli Situmorang
NIM : 320210101024
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa Cohort 2 di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.

Pembimbing I



Dr Arif Rachman, drg., SH., MH.,
MM., MTr.Hanla., Sp.Pros.,
CIQnR., CIQaR., CSCBM.,
CHRMP., CRMS., CAIA
Kolonel Laut (K) NRP 13567/P

Pembimbing II



dr. Go Eddy Gunawan,
Sp.KJ., Subsp.Ad.(K)
Kolonel Ckm (purn.)

Mengetahui,

**Kepala Program Studi
Sarjana Kedokteran**





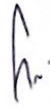

dr. Lila Irawati Tjahjo Widuri,
M.Kes., Sp.An-TI., Subsp IC(K)
Kolonel Laut (K/W) NRP.12434/P

**Dekan Fakultas
Kedokteran dan Ilmu Kesehatan**

dr. Prihati Pujo Waskito, Sp.JP(K),
FIHA, MMRS
Mayjen TNI NRP. 32998

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Dinda Nauli Situmorang
NIM : 320210101024
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa *Cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dosen Pembimbing I Dr. Arif Rachman, drg., SH., MH., MM., MTr.Hanla., Sp.Pros., CIQnR., CIQaR., CSCBM., CHRMP., CRMS., CAIA. Kolonel Laut (K) NRP 13567/P		18/2/2025
2	Dosen Pembimbing II dr. Go Eddy Gunawan, Sp. KJ., Subsp.Ad.(K) Kolonel Ckm (purn.)		18/2/2025
3	Dosen Penguji I dr. Sri Murtiyani Kusumastuti, Sp.PA		16/2/2025
4	Dosen Penguji II Zahwa Arsy Azzahra, S. T., M. Sc (Bioethics)		17/2/2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau bagian karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan jenjang apapun disuatu Perguruan Tinggi; dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak terdapat istilah, frasa, kalimat, paragraf, subbab atau bab dari karya yang pernah ditulis atau diterbitkan; kecuali yang secara tertulis diajukan dalam naskah ini dan disebutkan dalam Daftar Pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa terdapat plagiat dalam skripsi ini saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan/undang undang yang berlaku.

Bogor, 10 Februari 2025



Dinda Nauli Situmorang

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa *Cohort* 2 di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI” dapat diselesaikan. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, pada kesempatan ini saya mengucapkan terimakasih kepada:

1. Letnan Jenderal TNI (Purn) Jonni Mahroza, PhD selaku Rektor Universitas Pertahanan Republik Indonesia,
2. Mayor Jenderal TNI Dr. dr. Prihati Pujowaskito, Sp. JP(K), FIHA., MMRS. selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
3. Brigadir Jenderal TNI Dr. dr. Amin Ibrizatun, S.H., M.A.R.S., M.H selaku Wakil Dekan I Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
4. Kolonel Laut (K/W) dr. Lila Irawati Tjahjo Widuri, Sp.An-Tl., M.Kes., Subsp IC (K) selaku Kepala Program Studi Sarjana Kedokteran,
5. Dr. Arif Rachman, drg., SH., MH., MM., MTr.Hanla., Sp.Pros., CIQnR., CIQaR., CSCBM., CHRMP., CRMS., CAIA selaku dosen pembimbing I,
6. dr. Go Eddy Gunawan, Sp.KJ., Subsp.Ad.(K) selaku dosen pembimbing II,
7. dr. Sri Murtiyani Kusumastuti, Sp.PA selaku Dosen Penguji I,
8. Zahwa Arsy Azzahra, S.T., M.Sc (Bioethics) selaku Dosen Penguji II,
9. Agnez West, H.D. Situmorang, Endo, dan Gogo selaku keluarga saya yang selalu memberikan dukungan, doa, dan motivasi,
10. Keluarga besar ARMUPHIUS, terkhusus Argy, Nabil, dan GT selaku rekan kelompok bimbingan skripsi yang selalu saling menyemangati,

11. Segenap adik asuh saya yaitu Tefi, Rhevita, Puci, dan Dena yang telah memberikan dukungan dan menguatkan saya dalam menjalani pendidikan.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih kurang sempurna, oleh karena itu dengan kerendahan hati mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat terhadap pengembangan ilmu pertahanan dan bermanfaat dalam mewujudkan upaya bela negara.

Bogor, 10 Februari 2025



Dinda Nauli Situmorang

ABSTRAK

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa *Cohort 2* di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI

Dinda Nauli Situmorang

Latar Belakang: Gangguan psikosomatis, yang ditandai dengan keluhan fisik tanpa penyebab medis yang jelas, semakin meningkat secara global, terutama pada remaja akhir hingga dewasa muda. World Health Organization melaporkan bahwa bunuh diri merupakan penyebab utama kematian pada individu berusia 15–29 tahun, dengan stres sebagai faktor pemicu utama. Kecemasan merupakan gangguan mental yang paling sering ditemukan pada mahasiswa. Faktor pemicu kecemasan dan gangguan psikosomatis adalah stres. Mahasiswa program studi kedokteran, termasuk mahasiswa *cohort 2* di FKIK UNHAN RI, menghadapi tekanan akademik dan non-akademik yang tinggi, membuat mereka rentan stres sehingga dapat meningkatkan risiko kecemasan dan gangguan psikosomatis.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik dengan desain *cross-sectional*. Dengan kuesioner Zung-Self Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS) untuk mengukur tingkat kecemasan dan Patient Health Questionnaire-15 (PHQ-15) untuk mengukur kecenderungan gangguan psikosomatis yang kemudian datanya dimasukkan ke dalam program SPSS untuk diolah berdasarkan tahapan pengelolaan data penelitian kuantitatif.

Hasil: Didapatkan 46 dari 74 mahasiswa FKIK UNHAN RI Cohort 2 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dari penelitian. Seluruh mahasiswa (100%) mengalami kecemasan dengan tingkat yang berbeda, dan lebih dari setengah mahasiswa (56.5%) tidak mengalami gangguan psikosomatis. Dengan uji Korelasi Spearman, didapatkan $r = 0.25$ dan $p = 0.093$ ($p > 0.05$) yang bermakna terdapat hubungan positif lemah yang tidak konsisten antara kecemasan dan gangguan psikosomatis sehingga hipotesis nol gagal ditolak.

Kesimpulan: Kecemasan dan gangguan psikosomatis memiliki interaksi yang kompleks sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut dengan faktor-faktor perancu sebagai variabel tambahan untuk diteliti.

Kata kunci: kecemasan, gangguan psikosomatis, mahasiswa kedokteran, SAS/SRAS, PHQ-15.

ABSTRACT

Relationship between Anxiety Level and Psychosomatic Disorders in Cohort 2 Students at the Faculty of Medicine and Health Sciences, Indonesia Defense University

Dinda Nauli Situmorang

Background: *Psychosomatic disorders, characterized by physical complaints with no apparent medical cause, are increasing globally, especially in late adolescents to young adults. The World Health Organization reports that suicide is the leading cause of death in individuals aged 15-29 years, with stress as the main precipitating factor. Anxiety is the most common mental disorder found in university students. The triggering factor for anxiety and psychosomatic disorders is stress. Students of medical study programs, including cohort 2 students at FKIK UNHAN RI, face high academic and non-academic pressure, making them vulnerable to stress, which can increase the risk of anxiety and psychosomatic disorders.*

Methods: *This study used an analytic approach with a cross-sectional design. With the Zung-Self Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS) questionnaire to measure anxiety levels and Patient Health Questionnaire-15 (PHQ-15) to measure the tendency of psychosomatic disorders, the data were then entered into the SPSS program to be processed based on the stages of quantitative research data management. This study aims to analyze the relationship between anxiety levels and the tendency of psychosomatic disorders in FKIK UNHAN RI students. By understanding the relationship between the two, this study is expected to provide scientific insights that support the development of mental health intervention strategies, to help students face academic challenges and complete their studies optimally.*

Results: *There were 46 out of 74 FKIK UNHAN RI Cohort 2 students who met the inclusion and exclusion criteria of the study. All students (100%) experienced anxiety with different levels, and more than half of the students (56.5%) did not experience psychosomatic disorders. With Spearman Correlation test, $r = 0.25$ and $p = 0.093$ ($p > 0.05$) which means there is an inconsistent weak positive relationship between anxiety and psychosomatic disorders so that the null hypothesis fails to be rejected.*

Conclusion: *Anxiety and psychosomatic disorders have complex interactions so further research is needed with confounding factors as additional variables to be studied.*

Key words: *anxiety, psychosomatic disorders, medical students, SAS/SRAS, PHQ-15.*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II.....	6
2.1 Kecemasan.....	6
2.1.1 Definisi Kecemasan (<i>Anxiety</i>).....	6
2.1.2 Aspek Kecemasan.....	7
2.1.3 Ciri-ciri Kecemasan.....	10
2.1.4 Jenis Kecemasan.....	11
2.1.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	13
2.1.6 Tingkat Kecemasan.....	16
2.2 Psikosomatis.....	18
2.2.1 Definisi Psikosomatis.....	18
2.2.2 Patofisiologi psikosomatis.....	20

2.2.3 Ciri-Ciri Psikosomatis.....	22
2.2.4 Faktor Penyebab Psikosomatis.....	23
2.2.5 Jenis-Jenis Psikosomatis	24
2.2.6 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis	25
2.3 Hasil Penelitian Terdahulu.....	27
2.4 Kerangka Berpikir	34
2.4.1 Kerangka Teori.....	34
2.4.2 Kerangka Konsep.....	35
2.5 Hipotesis	35
BAB III	36
3.1 Metode dan Desain Penelitian.....	36
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	36
3.3 Alat dan Bahan.....	36
3.4 Variable Penelitian.....	37
3.4.1 Variabel Bebas (Independent Variable)	37
3.4.2 Variabel Terikat (Dependent Variable).....	37
3.4.3 Definisi Operasional.....	38
3.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	39
3.5.1 Kriteria Inklusi	39
3.5.2 Kriteria Eksklusi.....	39
3.6 Populasi dan Sampel	39
3.7 Prosedur Penelitian	40
3.7.2 Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.7.3 Teknik Pengolahan Data	42
3.7.4 Etika Penelitian	43
3.8 Metode Analisis	45
BAB IV.....	47
4.1 Hasil.....	47
4.1.1 Analisis Statistik Univariat.....	49
4.1.2 Analisis Statistik Bivariat.....	50
4.2 Pembahasan	55
4.3 Keterbatasan Penelitian	67
BAB V.....	68

5.1 Kesimpulan.....	68
5.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Aktivitas Otonomik.....	7
Gambar 2. 2 Reaksi Terhadap Stimulus	8
Gambar 2. 3 Ciri Kognitif Kecemasan.....	11
Gambar 2. 4 Bagian Otak Pengelola Trait dan State Anxiety.....	12
Gambar 2. 5 Kecemasan Normatif Berdasarkan Usia	15
Gambar 2. 6 Interaksi Otak dan Tubuh	19
Gambar 2. 7 Anatomi Sistem Limbik.....	20
Gambar 2. 8 Hubungan Stres dan Gejala Psikofisiologis	26
Gambar 2. 9 Kerangka Teori	34
Gambar 2. 10 Kerangka Konsep.....	35
Gambar 3. 1 Alur Penelitian	41
Gambar 4. 1 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia.....	48
Gambar 4. 2 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
Gambar 4. 3 Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Kecemasan.....	49
Gambar 4. 4 Distribusi Sampel Berdasarkan Kecenderungan Gangguan Psikosomatis.....	50
Gambar 4. 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Usia.....	51
Gambar 4. 6 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Gambar 4. 7 Distribusi Frekuensi Kecenderungan Gangguan Psikosomatis Berdasarkan Usia	53
Gambar 4. 8 Distribusi Frekuensi Kecenderungan Gangguan Psikosomatis Berdasarkan Jenis Kelamin	54
Gambar 4. 9 Reaksi Individu Terhadap Stres Menurut Spielberger	56
Gambar 4. 10 Efek Paparan Stres Pada Otak	61
Gambar 4. 11 Efek Modifikasi Epigenetik Terhadap Respon Stres	62
Gambar 4. 12 Neurosirkuit Regulasi Aktivitas Aksis HPA.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	27
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	38
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Penelitian Variabel.....	49
Tabel 4. 2 Hipotesis Data Penelitian	54

DAFTAR SINGKATAN

AMY	: <i>Amygdala</i>
ANS	: <i>Autonomic Nervous System</i>
BNST	: <i>Bed Nucleus of The Stria Terminalis</i>
DMH	: <i>Dorsomedial Hypothalamus</i>
DSM	: <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders</i>
GC	: <i>Glucocorticoid</i>
HIP	: <i>Hipokampus</i>
HPA	: <i>Hypothalamic-Pituitary-Adrenal</i>
IL	: <i>Interleukin</i>
LS	: <i>Lateral Septum</i>
Mpfc	: <i>Medial Prefrontal Cortex</i>
MR	: <i>Mineralcorticoid Receptor</i>
NST	: <i>Nucleus Tractus Solitarius</i>
PHQ	: <i>Patient Health Questionnaire</i>
PVN	: <i>Paraventricular Nucleus of Hypothalamus</i>
SAS/SRAS	: <i>Zung-Self Rating Anxiety Scale</i>
SNPs	: <i>Single Nucleotide Polymorphisms</i>
TNF	: <i>Tumor Necrosis Factor</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Zung-Self Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS)	76
Lampiran 2. Kuesioner Patient Health Questionnaire-15 (PHQ-15).....	80
Lampiran 3. Persetujuan Etik.....	82
Lampiran 4. Pengambilan Data.....	83
Lampiran 5. Data Mentah Excel.....	84
Lampiran 6. Hasil SPSS	85

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Pertahanan Republik Indonesia, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dinda Nauli Situmorang
NIM : 320210101024
Program Studi : Kedokteran
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pertahanan Republik Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Psikosomatis pada Mahasiswa Cohort 2 di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Pertahanan Republik Indonesia berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Bogor

Pada tanggal : 20 Februari 2024

Yang menyatakan



Dinda Nauli Situmorang

NIM. 320210101024