



**HUBUNGAN TINGKAT STRES KERJA TERHADAP
TEKANAN DARAH DAN PERCENTAGE BODY FAT PADA
SOPIR TAKSI PT. BLUEBIRD KALIBATA**

SKRIPSI

NADIA SYIFA SALSABILA

2210715014

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN TINGKAT STRES KERJA TERHADAP
TEKANAN DARAH DAN PERCENTAGE BODY FAT PADA
SOPIR TAKSI PT. BLUEBIRD KALIBATA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan**

NADIA SYIFA SALSABILA

2210715014

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA
2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Nadia Syifa Salsabila

NIM : 2210715014

Tanggal : 13 Januari 2026

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 13 januari 2026

Yang Menyatakan,



Nadia Syifa Salsabila

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nadia Syifa Salsabila
NIM : 2210715014
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana

Dengan pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Hubungan Tingkat Stres Kerja Terhadap Tekanan Darah dan *Percentage Body Fat* Pada Sopir Taksi PT. Bluebird Kalibata”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta

Pada tanggal: 13 Januari 2026

Yang menyatakan,



Nadia Syifa Salsabila

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Nadia Syifa Salsabila
NIM : 2210715014
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana
Judul : Hubungan Tingkat Stres Kerja Terhadap Tekanan Darah dan *Percentage Body Fat* Pada Sopir Taksi PT. Bluebird Kalibata

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Jakarta, 13 Januari 2026

Penguji I (Ketua Penguji)

Kiki Rezki Faradillah, S.Ft., Physio., M.Biomed
NIP. 199306212022032

Penguji II

Fidyatul Nazhira, S.Fis, Ftr, M.Fis, AIFO
NIP. 199501102025062008

Penguji III

Rabia, S.Ft., M.Biomed., AIFO
NIP. 199308202022032011

Mengetahui

Di Depan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Herry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T.,
NIP. 197212191999031002

Koordinator Program Studi
Fisioterapi Program Sarjana

Rabia, S.Ft., M.Biomed., AIFO
NIP. 199308202022032011

HUBUNGAN TINGKAT STRES KERJA TERHADAP TEKANAN DARAH DAN PERCENTAGE BODY FAT PADA SOPIR TAKSI PT. BLUEBIRD KALIBATA

Nadia Syifa Salsabila

Abstrak

Stres kerja merupakan salah satu faktor psikososial yang dapat memengaruhi kesehatan pekerja, terutama pada sopir taksi. Tekanan darah dan *percentage body fat* adalah indikator yang digunakan untuk menilai risiko penyakit kardiometabolik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres kerja terhadap tekanan darah dan *percentage body fat* pada sopir taksi. Metode penelitian menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian ini terdiri dari 99 sopir taksi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data stres kerja dikumpulkan menggunakan kuesioner *Effort Reward Imbalance*, tekanan darah diukur dengan *Sphygmomanometer*, serta *percentage body fat* diukur menggunakan BIA Omron HBF-375. Penelitian ini dilakukan dari bulan Oktober 2025 sampai Desember 2025. Data penelitian ini dikumpulkan dan dianalisis menggunakan uji korelasi spearman. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres kerja dan tekanan darah ($r = -0,137; p = 0,175$). Begitupun dengan tingkat stres kerja dan *percentage body fat* ($r = -0,095; p = 0,348$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa stres kerja tidak berhubungan dengan peningkatan tekanan darah maupun *percentage body fat*. Temuan ini kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor lain yang mempengaruhi, seperti usia, durasi kerja, kebiasaan merokok, konsumsi kafein, dan pola makan.

Kata Kunci : Stres Kerja, Tekanan Darah, *Percentage Body Fat*, Sopir Taksi, Hipertensi.

RELATIONSHIP BETWEEN WORK STRESS LEVELS TO BLOOD PRESSURE AND PERCENTAGE BODY FAT IN PT. BLUEBIRD KALIBATA TAXI DRIVERS

Nadia Syifa Salsabila

Abstract

Work stress is one of the psychosocial factors that can affect workers health, especially taxi drivers. Blood pressure and body fat percentage are indicators used to assess the risk of cardiometabolic disease. This study aims to determine the relationship between work stress levels to blood pressure and percentage body fat in taxi drivers. The research method uses an analytical design with a cross-sectional approach. The research sample consisted of 99 taxi drivers selected using purposive sampling techniques. Data on work stress were collected using the Effort Reward Imbalance Questionnaire, blood pressure was measured with a sphygmomanometer, and body fat percentage was measured by using the BIA (Omron HBF-375). This research was conducted from October 2025 to December 2025. The collected data was tested using the spearman correlation test. The research results show no significant relationship between work stress levels and blood pressure ($r = -0,137$; $p = 0,175$). Similarly, there is no significant relationship between work stress levels and body fat percentage ($r = -0,095$; $p = 0,348$). The conclusion of this study is that work stress is not related to increased blood pressure or percentage body fat. These findings are likely due to several other influencing factors, such as age, work duration, smoking habits, caffeine consumption, and diet.

Keywords : Work Stress, Blood Pressure, Percentage Body Fat, Taxi Drivers, Hypertension.

KATA PENGANTAR

Tiada kalimat yang pantas penulis ucapkan kecuali rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas selesainya proposal skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Kerja Terhadap Tekanan Darah dan *Percentage Body Fat* Pada Sopir Taksi PT. Bluebird”. Proposal ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan. Tidak lupa pula dukungan baik secara material maupun nonmaterial. Oleh karena itu, izinkan penulis mengucapkan terimakasih kepada Rabia, S.Ft., M. Biomed, AIFO selaku dosen pembimbing atas bimbingan dan arahnya. Penulis juga mengucapkan banyak terima kasih atas dukungan orang-orang terdekat dan orang tua serta teman-teman saya yang memberikan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis Menyadari bahwa dalam penyusunan proposal ini masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan guna perbaikan di masa mendatang. Semoga awal dari penyusunan skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi penulis maupun bagi perkembangan ilmu fisioterapi, khususnya dalam bidang kesehatan kardiovaskular.

Demikian kata pengantar ini disampaikan semoga proposal skripsi ini dapat diterima dan memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Jakarta, 13 Januari 2026

Penulis,

Nadia Syifa Salsabila

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Landasan Teori.....	7
II.2 Kerangka Teori	33
II.3 Tabel Penelitian Terdahulu	34
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 39
III.1 Kerangka Konsep.....	39
III.2 Hipotesis Penelitian	40
III.3 Definisi Operasional	40
III.4 Desain Penelitian	42
III.5 Populasi dan Sampel.....	42
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	43
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	43
III.8 Instrumen Penelitian	44
III.9 Analisis Data.....	47
III.10 Etika Penelitian	47
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 49
IV.1 Hasil Penelitian	49
IV.2 Pembahasan.....	60
IV.3 Keterbatasan Penelitian.....	67
 BAB V PENUTUP.....	 68
V.1 Kesimpulan	68
V.3 Saran	69

DAFTAR PUSTAKA	70
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Interpretasi ERI Questionnaire.....	15
Tabel 2	Klasifikasi Tekanan Darah Berdasarkan (AHA)	19
Tabel 3	Percentage Body Fat	27
Tabel 4	Penelitian Terdahulu	34
Tabel 5	Definisi Operasional	40
Tabel 6	Interpretasi Skor Overcommitment.....	45
Tabel 7	Interpretasi Tekanan Darah Berdasarkan (AHA).....	46
Tabel 8	Interpretasi PBF	47
Tabel 9	Karakteristik Responden	50
Tabel 10	Gambaran Tingkat Stres Kerja.....	51
Tabel 11	Crosstab Usia dan Skor OC	52
Tabel 12	Crosstab Durasi Kerja dan Skor OC	52
Tabel 13	Crosstab Pengalaman Kerja dan Skor OC	53
Tabel 14	Gambaran Tekanan Darah	53
Tabel 15	Crosstab Usia dan Tekanan Darah	54
Tabel 16	Crosstab Durasi Kerja dan Tekanan Darah.....	54
Tabel 17	Crosstab Pengalaman Kerja dan Tekanan Darah.....	55
Tabel 18	Gambaran Percentage Body Fat Kerja PT. Bluebird Kalibata.....	55
Tabel 19	Crosstab Usia dan Percentage Body Fat	56
Tabel 20	Crosstab Durasi Kerja dan Percentage Body Fat	56
Tabel 21	Crosstab Pengalaman Kerja dan Percentage Body Fat	56
Tabel 22	Crosstab Tingkat Stres Kerja dan Tekanan Darah	57
Tabel 23	Crosstab Tingkat Stres Kerja dan Percentae Body Fat	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	33
Gambar 2	Kerangka Konsep	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Keterangan Etik
Lampiran 2	Lembar Kuesioner
Lampiran 3	Studi Pendahuluan
Lampiran 4	Surat Izin Pengambilan Data
Lampiran 5	Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Subjek
Lampiran 7	Data SPSS
Lampiran 8	Dokumentasi
Lampiran 9	Lembar Monitoring
Lampiran 10	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Turnitin