



**PENGARUH MENGUNYAH PERMEN KARET TERHADAP
TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN**

**(Studi pada mahasiswa tingkat awal (2014) Program Studi Pendidikan
Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang)**

LAPORAN HASIL KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan sebagai syarat untuk mengikuti ujian hasil Karya Tulis Ilmiah
mahasiswa program strata-1 kedokteran umum**

VERONIKA SUBAGIO

22010111110139

PROGRAM PENDIDIKAN SARJANA KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

2015

LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN HASIL KTI

PENGARUH MENGUNYAH PERMEN KARET TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN KETIKA MENGHADAPI UJIAN

(Studi pada Mahasiswa Tingkat Awal Program Studi Pendidikan Dokter
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang)

Disusun oleh

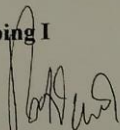
VERONIKA SUBAGIO

2201011110139

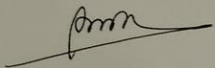
Telah disetujui

Semarang, 1 Juli 2015

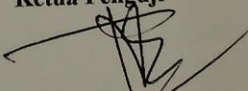
Pembimbing I


dr. Natalia Dewi Wardani, Sp. KJ
198012252010122001

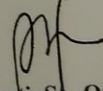
Pembimbing II


dr. Innawati Jusup M.Kes, Sp. KJ
196307291992032001

Ketua Penguji

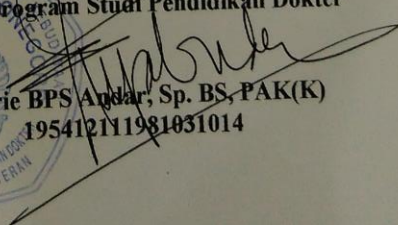

dr. Alifiati Etikasari, Sp. KJ(K)
196912131998022001

Penguji


dr. Putri Sekar Wiyati, Sp. OG(K)
198102072010122003

Mengetahui,
a.n Dekan

Ketua Program Studi Pendidikan Dokter


dr. Eric BPS Andar, Sp. BS, PAK(K)
195412111981031014



PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Veronika Subagio

NIM : 22010111110139

Program Studi : Program Pendidikan Sarjana Program Studi Pendidikan
Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

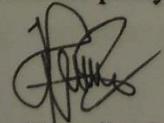
Judul KTI : Pengaruh Mengunyah Permen Karet terhadap Tingkat
Kecemasan: Studi pada Mahasiswa Tingkat Awal (2014)
Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa:

- 1) KTI ini ditulis sendiri dengan tulisan asli saya sendiri tanpa bantuan orang lain selain pembimbing dan narasumber yang diketahui pembimbing
- 2) KTI ini sebagian atau seluruhnya belum pernah dipublikasi dalam bentuk artikel ataupun tugas ilmiah lain di Universitas Diponegoro maupun di perguruan tinggi lain.
- 3) Dalam KTI ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis orang lain kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai rujukan dalam naskah dan tercantum dalam daftar kepustakaan.

Semarang, 18 Juni 2015

Yang membuat pernyataan,



Veronika Subagio

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas karunia dan berkat-Nya, penulis dapat menyelesaikan laporan akhir hasil penelitian Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Mengunyah Permen Karet terhadap Tingkat Kecemasan :Studi pada Mahasiswa Tingkat Awal (2014) Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang”. Penelitian ini dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat guna mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, Semarang.

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Rektor Universitas Diponegoro yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar serta meningkatkan pengetahuan dan keahlian di Universitas Diponegoro.
2. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
3. dr. Natalia Dewi Wardani, Sp.KJ selaku dosen pembimbing pertama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing kami dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. dr. Innawati Jusup, Sp.KJ, Msi.Med selaku dosen pembimbing kedua Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis sampai selesainya laporan akhir penelitian ini.
5. Pimpinan dan civitas akademika Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, atas pembuatan surat-surat izin yang menunjang dan memperlancar jalannya penelitian ini.
6. Kedua orangtua serta keluarga, yang selalu memberikan dukungan moral maupun material.

7. Mahasiswa angkatan 2014, yang telah berpartisipasi dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

8. Semua pihak yang telah berjasa dalam penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
---------------------	---

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan penelitian	3
1.3 Tujuan penelitian	4
1.3.1 Tujuan umum	4
1.3.2 Tujuan khusus	4
1.4 Manfaat penelitian	5
1.4.1 Manfaat untuk ilmu pengetahuan	5
1.4.2 Manfaat untuk penelitian	5
1.4.3 Manfaat untuk masyarakat	5
1.5 Keaslian penelitian	5

BAB II	TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1	Kecemasan	6
2.1.1	Pengertian	6
2.2.2	Etiologi	8
2.2.3	Faktor resiko	12
2.2.4	Gejala dan tanda	15
2.2.5	Ukuran	16
2.2	Permen karet	17
2.2.1	Pengertian	17
2.2.2	Bahan dan pembuatan	18
2.2.3	Jenis	20
2.2.4	Efek	21
2.3	Mengunyah	22
2.3.1	Pengertian	22
2.3.2	Anatomi dan fisiologi	22
2.3.3	Efek mengunyah permen karet dengan tingkat kecemasan .	26
BAB III	KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS	27
3.1	Kerangka teori	27
3.2	Kerangka konsep	28
3.3	Hipotesis	28
BAB IV	METODOLOGI PENELITIAN	29

4.1	Ruang lingkup penelitian	29
4.2	Tempat dan waktu penelitian	29
4.2.1	Tempat penelitian	29
4.2.2	Waktu penelitian	29
4.3	Jenis dan rancangan penelitian	29
4.4	Populasi dan sampel	30
4.4.1	Populasi target	30
4.4.2	Populasi terjangkau	30
4.4.3	Sampel penelitian	30
4.4.4	Teknik pengambilan sampel	31
4.4.5	Besar sampel	31
4.5	Variabel penelitian	33
4.5.1	Variabel bebas	33
4.5.2	Variabel terikat	33
4.6	Definisi operasional penelitian dan skala pengukuran	33
4.7	Cara pengumpulan data	34
4.7.1	Bahan	34
4.7.2	Alat	34
4.7.3	Jenis data	35
4.7.4	Cara kerja	35
4.8	Alur penelitian	37

4.9	Analisis dan pengolahan data	38
4.9.1	Analisis univariat	38
4.9.2	Analisis bivariat	38
4.9.3	Pengolahan data	38
4.10	Etika penelitian	38
4.11	Jadwal penelitian	39
BAB V	HASIL PENELITIAN	40
5.1	Analisis sampel	40
5.2	Analisis deskriptif	40
5.3	Analisis inferensial	43
BAB VI	PEMBAHASAN	47
6.1	Karakteristik subjek	47
6.2	Pengaruh mengunyah permen karet terhadap tingkat kecemasan	48
6.3	Keterbatasan penelitian	52
BAB VII	SIMPULAN DAN SARAN	53
7.1	Simpulan	53
7.2	Saran	53
	DAFTAR PUSTAKA	55
	LAMPIRAN	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Keaslian penelitian	5
Tabel 2.	Gejala dan tanda kecemasan	16
Tabel 3.	Bahan dasar permen karet	19
Tabel 4.	Otot utama proses mengunyah	24
Tabel 5.	Otot-otot ekstrinsik lidah	25
Tabel 6.	Definisi operasional variabel dan skala pengukuran	34
Tabel 7.	Jadwal penelitian	40
Tabel 8.	Distribusi umum subjek penelitian	42
Tabel 9.	Uji beda berpasangan dalam kelompok perlakuan dan kontrol ..	44
Tabel 10.	Uji beda tidak berpasangan awal penelitian pada kelompok perlakuan dan kontrol	45
Tabel 11.	Uji beda tidak berpasangan akhir penelitian pada kelompok perlakuan dan kontrol	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka teori	28
Gambar 2.	Kerangka konsep	28
Gambar 3.	Alur penelitian	38

DAFTAR SINGKATAN

SAS	: <i>Self Anixety Scale</i>
DSM-III	: <i>Diagnostic and Stastitical Manual of Mental Disorders-III</i>
DSM IV	: <i>Diagnostic and Stastitical Manual of Mental Disorders-IV</i>
PPDGJ-III	: <i>Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa-III</i>
ACTH	: <i>Adrenocorticotropic hormone</i>
CRH	: <i>Corticotropic hormone</i>
GABA	: <i>Gamma Aminobutyric Acid</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	<i>Ethical Clearance</i>	61
Lampiran 2.	Izin penelitian	62
Lampiran 3.	<i>Informed consent</i>	63
Lampiran 4.	Formulir identitas responden	67
Lampiran 5.	Kuesioner <i>Zung Self-rating Anxiety Scale</i>	70
Lampiran 6.	<i>Spread sheet</i> data	72
Lampiran 7.	Hasil analisis <i>SPSS</i>	76
Lampiran 8.	Foto-foto dokumentasi	89
Lampiran 9.	Biodata mahasiswa	90

ABSTRAK

Latar belakang: Gangguan kecemasan sering dijumpai pada anak maupun remaja. Mahasiswa merupakan salah satu yang sering mengalami kecemasan, termasuk mahasiswa kedokteran yang berada pada tingkat awal terutama saat menghadapi ujian. Mengunyah permen karet adalah salah satu cara mengurangi kecemasan. Dengan demikian dilakukan penelitian pengaruh mengunyah permen karet terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat awal Program Studi Pendidikan Dokter ketika menghadapi ujian.

Tujuan: Mengetahui pengaruh mengunyah permen karet terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat awal ketika menghadapi ujian.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental menggunakan desain *quasi eksperimental pre-post test control group*. Pengambilan sampel menggunakan cara *purposive sampling* pada 78 mahasiswa FK Undip angkatan 2014. Subjek dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu perlakuan dan kontrol. Subjek diberi informed consent, mengisi data demografi, dan mengisi *Zung Self-rating Anxiety Scale* sebelum perlakuan. Mengunyah permen karet dilakukan pada kelompok perlakuan sebanyak 2 kali sehari selama 1 bulan. Analisis statistik menggunakan uji *Marginal Homogeneity*.

Hasil: Terdapat penurunan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah mengunyah permen karet pada kelompok perlakuan dengan nilai $p=0,034$. Pada kelompok kontrol terdapat peningkatan tingkat kecemasan secara bermakna ($p=0,002$). Uji beda tidak berpasangan antar kelompok setelah 1 bulan antara kelompok kontrol dan perlakuan menunjukkan adanya perbedaan bermakna ($p=0,003$).

Simpulan: Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh secara bermakna sebelum dan setelah mengunyah permen karet terhadap tingkat kecemasan. Tingkat kecemasan menurun setelah mengunyah permen karet.

Kata kunci: Kecemasan, permen karet, mahasiswa tingkat awal

ABSTRACT

Background: Anxiety disorders are common in children and adolescents. Student is the one who often have anxiety, including medical students in the first year of college, especially when facing exams. Chewing gum is one way to reduce anxiety. The writer did the experiment to prove whether there is the effect of chewing gum to anxiety level in first grade medical students when facing the exams.

Aim: To determine the effect of chewing gum to anxiety level in first grade medical student when facing exam.

Methods: This study was an experimental with quasi experimental pre-post test control group design. The sampling method was using purposive sampling method on 78 students from Faculty of Medicine Diponegoro University year 2014. Subjects were divided into two groups, consist of treatment group and control group. The subjects were given informed consent, filled out the demographic data and filled out the Zung Self-rating Anxiety Scale questionnaire. The treatment group chewed gum two times per day for 1 month. Statistical analysis was calculated using Marginal Homogeneity test.

Results: The result of the analysis showed there was a decrease on anxiety levels after chewing gum in treatment group with the value of $p=0,034$. In the control group there was a significant increase on anxiety levels ($p = 0.002$). Independent test between groups after 1 month showed a significant difference with the value of $p=0,003$.

Conclusion: There was significant effect between chewing gum and the anxiety level. The anxiety level decreased after chewing gum.

Key words: anxiety, chewing gum, first grade medical student