

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu mengalami berbagai faktor yang menimbulkan terjadinya stres seperti beban kerja, beban di bidang pendidikan, tekanan dari pengalaman traumatis dan hal-hal lain yang bisa menjadi *stressor*.¹

Kondisi-kondisi tersebut menjadi salah satu hal yang dapat berkontribusi menjadi penyebab stres terutama pada kalangan mahasiswa yang mudah menghadapi gangguan ketidakseimbangan homeostasis akibat tekanan, beban tanggung jawab, serta tuntutan dalam dunia.² Terutama mahasiswa kedokteran yang seringkali mengalami tingkat stres yang tinggi, hal itu disebabkan oleh adanya tekanan baik dari segi akademik maupun perubahan akibat masa transisi dari Siswa Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa kedokteran, serta persiapan untuk menjadi pelayan kesehatan di masyarakat pada masa yang akan datang.³ Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan dipilih sebagai sampel penelitian karena ingin melihat kondisi tingkat stres dan Indeks Massa Tubuh (IMT), dengan tujuan membandingkannya dengan fakultas kedokteran lainnya yang mengkaji isu serupa seperti hasil penelitian Melvy yang menunjukkan adanya keterkaitan antara stres dengan IMT.⁴

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa stres merupakan kondisi psikologis yang menduduki peringkat ke-4 sebagai penyakit yang cukup

umum sebanyak 350 juta penduduk di dunia mengalami stres.^{5,6} Data dari Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2018 terdapat sekitar 9,8% orang berusia 15 tahun ke atas di Indonesia mengalami gangguan mental emosional. Angka tersebut di Jawa Barat mencapai 12,1% dari populasi yaitu sebanyak 130 ribu penduduk.⁷

Definisi stres menurut Garniwa adalah suatu keadaan yang disebabkan karena ketidakseimbangan antara kondisi yang tidak diinginkan dengan kenyataan yang sebenarnya.⁸ Hans Selye, seorang ahli penemu "*Stress Theory*" mengatakan pemicu dari stres berupa *stressor* yang merupakan respon non spesifik dari tubuh. Apabila seseorang mengalami stres dalam jangka waktu yang lama dan dibiarkan begitu saja dapat menyebabkan pengaruh yang signifikan pada metabolisme sehingga berdampak pada peningkatan atau penurunan berat badan sesuai dengan tingkat keparahan stres.⁹

Stres dapat meningkatkan risiko obesitas sehingga berpengaruh pada IMT.¹⁰ IMT merupakan metode pengukuran yang digunakan dengan menghitung berat badan dan tinggi badan seseorang untuk mengukur status gizi seseorang yang diklasifikasikan menjadi beberapa tingkatan sehingga dengan menilai status gizi kita bisa melihat apakah ada hubungan dengan pengaruh stres.¹⁰

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya membahas mengenai gambaran tingkat stres dengan sampel penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi dengan tingkat stressor yang dialami dapat berbeda dengan mahasiswa tingkat awal.⁸

Sebuah studi yang berbeda telah dilakukan untuk mengetahui keterkaitan antara tingkat stres dan IMT pada masa COVID-19 menyampaikan bahwa

pemicu stres terjadi akibat adanya kebingungan yang muncul selama pembelajaran daring. Penelitian lain juga menyatakan bahwa pada masa transisi COVID-19 stresor yang sering dialami berupa adaptasi ulang peralihan dari pembelajaran daring menjadi tatap muka kembali dan banyaknya tekanan yang mengharuskan untuk paham terkait pembelajaran pada saat daring. Penelitian di atas memperlihatkan bahwa terdapat perbedaan penyebab stres pada masa COVID-19, masa transisi dan setelah angka kejadian COVID-19 menurun.¹¹

Penelitian yang sudah ada dilakukan memperlihatkan adanya perbedaan hasil penelitian. Pada penelitian yang dilakukan oleh Jumaini Andriana dan Nur Nunu Prihantini didapatkan hasil bahwa tidak ditemukannya hubungan antara tingkat stres dengan IMT.⁹ Hasil penelitian tersebut tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Cevy Amelia dan Sarmini didapatkan hasil bahwa adanya hubungan stres dengan IMT.¹²

Beberapa hasil penelitian sebelumnya dengan mahasiswa sebagai sampel penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa angkatan akhir mengalami stres paling banyak.¹³ Penelitian sebelumnya banyak dilakukan pada masa COVID-19, dimana stressor yang dialami berbeda dengan masa setelah COVID-19 yang dapat berpengaruh terhadap pola makan sehingga pada akhirnya dapat berpengaruh pula terhadap IMT.¹¹ Hal ini menjadi dasar informasi serta menjadi alasan bagi peneliti untuk melakukan penelitian hubungan antara tingkat stres dengan IMT di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan pada setiap angkatan?
2. Bagaimana gambaran IMT mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan?
3. Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan IMT pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum peneliti sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres pada mahasiswa setiap angkatan
2. Mengukur IMT pada mahasiswa
3. Menganalisis hubungan antara stres dengan IMT

1.3.2 Tujuan Khusus

Peneliti berusaha untuk mengidentifikasi apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan IMT di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Harapan peneliti adalah agar temuan studi ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang cara pencegahan stres, cara untuk mengontrol IMT yang ideal dan hubungan antara kedua variabel tersebut.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi peneliti

Penelitian ini dapat memberi wawasan kepada penulis tentang keterkaitan antara tingkat stres dengan IMT pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan.

b. Manfaat bagi instansi pendidikan

Temuan dalam penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi dalam upaya pencegahan dan penanganan stres serta untuk memonitor perubahan IMT mahasiswa agar tetap ideal.

c. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penulis berharap data penelitian ini bisa dijadikan rujukan atau referensi bagi mahasiswa khususnya fakultas kedokteran di berbagai daerah.