

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Stres adalah pengaruh fisiologis atau psikologis yang timbul secara paksa akibat rangsangan yang merugikan.<sup>1</sup>

Mahasiswa kedokteran sering kali mengalami stres secara fisik dan mental akibat beban studi yang tinggi. Stres pada mahasiswa fakultas kedokteran disebabkan oleh berbagai faktor. Stres akademik adalah salah satu stres yang paling sering dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran sehingga mahasiswa fakultas kedokteran cenderung memiliki tingkat stres akademik yang tinggi.<sup>2</sup>

Salah satu dampak negatif dari stres berkepanjangan adalah obesitas. Obesitas adalah kondisi penimbunan lemak yang berlebihan pada tubuh.<sup>3</sup> Data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016

menunjukkan bahwa 13% orang dewasa di dunia mengalami obesitas.<sup>4</sup> Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan peningkatan prevalensi obesitas pada penduduk di atas 18 tahun dari 11,7% di tahun 2010 menjadi 15,4% di tahun 2013.<sup>5</sup>

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan salah satu indikator penilaian status gizi yang diperoleh dengan cara membagi berat badan (kg) dengan tinggi badan (m<sup>2</sup>).<sup>6</sup> IMT dapat digunakan sebagai indikator obesitas.<sup>7</sup> Terdapat perbedaan prevalensi obesitas dan distribusi lemak tubuh di seluruh wilayah Asia Pasifik. Kriteria obesitas untuk ras Asia adalah indeks massa tubuh  $\geq 25$  kg/m<sup>2</sup>.<sup>3</sup> Data dari *American Heart Association* (AHA) pada tahun 2020 menunjukkan bahwa angka kematian akibat obesitas berdasarkan usia memiliki prevalensi tertinggi di daerah Oseania, Asia Tengah, Timur Tengah, Afrika Utara,

Afrika Tengah bagian sub-Sahara, Afrika Selatan bagian sub-Sahara, Eropa Tengah, Eropa Timur, dan Amerika Latin bagian tengah. Obesitas menyebabkan 2,4 juta kematian global pada tahun 2020.<sup>8</sup> Menurut WHO, obesitas dapat menjadi faktor risiko penyakit jantung, seperti *stroke* dan penyakit jantung koroner. Penyakit jantung koroner merupakan satu dari tiga penyebab utama kematian global. Terdapat setidaknya 9,4 juta kematian akibat penyakit jantung koroner dengan tingkat kematian sebesar 126 orang per 100.000 jiwa. *Stroke* merupakan penyebab kedua kematian global dengan tingkat kematian sebesar 77 orang per 100.000 jiwa.<sup>9</sup>

Mahasiswa fakultas kedokteran sering kali dihadapkan pada tuntutan akademik yang tinggi, jadwal yang padat, dan beban belajar yang berat sehingga mereka dapat memiliki tingkat stres akademik yang tinggi.<sup>10</sup> Studi

yang dilakukan oleh Garg, dkk. menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa kedokteran di Nepal (62,66%) memiliki tingkat stres yang tinggi.<sup>10</sup> Namun, penelitian yang dilakukan untuk mengkaji hubungan antara tingkat stres akademik dan IMT pada mahasiswa fakultas kedokteran masih sedikit, khususnya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (FK UKWMS). Oleh karena itu, penelitian yang bertujuan untuk mengkaji hubungan antara tingkat stres akademik dan IMT pada mahasiswa FK UKWMS perlu dilakukan untuk meningkatkan pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental dan fisik mahasiswa fakultas kedokteran. Tingkat stres akademik yang tinggi dapat menyebabkan makan yang berlebihan sehingga berisiko menyebabkan peningkatan IMT pada mahasiswa fakultas kedokteran.<sup>11</sup>

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Student-Life Stress Inventory* (SLSI) untuk mengukur tingkat stres akademik mahasiswa fakultas kedokteran.<sup>12</sup> Pada penelitian ini, faktor-faktor stres yang diteliti adalah frustrasi, konflik, tekanan, reaksi fisiologis terhadap stres, emosi, dan tingkah laku. Diharapkan bahwa penelitian ini dapat memberikan pandangan tentang faktor-faktor yang memengaruhi stres akademik dan IMT pada mahasiswa fakultas kedokteran sehingga dapat membantu mengembangkan strategi pencegahan yang tepat untuk menurunkan risiko kesehatan akibat stres akademik dan peningkatan IMT pada mahasiswa FK UKWMS.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan IMT pada mahasiswa FK UKWMS?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Menganalisis hubungan antara tingkat stres akademik dengan IMT pada mahasiswa FK UKWMS.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1. Mengukur tingkat stres akademik mahasiswa FK UKWMS.
2. Mengukur IMT mahasiswa FK UKWMS.
3. Mengukur nilai korelasi antara tingkat stres akademik dengan IMT pada mahasiswa FKUKWMS.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat teoretis**

Menambah pengetahuan tentang hubungan antara tingkat stres akademik dengan IMT pada mahasiswa FK UKWMS.

### **1.4.2 Manfaat praktis**

#### **1.4.2.1 Bagi peneliti**

Menambah kompetensi peneliti, terutama mengenai stres akademik sebagai salah satu faktor risiko kesehatan mahasiswa FK UKWMS.

#### **1.4.2.2 Bagi peneliti lain**

Menjadi referensi untuk penelitian lain mengenai stres akademik serta akibatnya.

#### **1.4.2.3 Bagi mahasiswa FK UKWMS**

Menambah kewaspadaan tentang pentingnya pengelolaan stres akademik yang tepat.

#### **1.4.2.4 Bagi masyarakat**

Menjadi landasan program-program edukatif, terutama program manajemen stres akademik.