

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Obesitas merupakan salah satu masalah gizi yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia (Wardani *et al.*, 2015). Faktor risiko yang dapat menyebabkan obesitas meliputi jenis kelamin, usia, kurangnya aktivitas fisik, stres, sering mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), dan genetik (Kurdanti *et al.*, 2015; Widiyanti & Tafal, 2014). Saat seseorang mengalami stres, tubuh akan meningkatkan sekresi kortisol dengan merangsang hipotalamus untuk meningkatkan aktivitas sistem CRH (*corticotropin-releasing hormone*) - ACTH (*adrenocorticotrophic hormone*) - kortisol yang berakibat terhambatnya tubuh menerima sinyal kenyang dari leptin sehingga memicu rasa lapar dan peningkatan IMT (Indeks Massa Tubuh) karena penumpukan lemak visceral tubuh (Sherwood, 2014). Pembelajaran dalam pendidikan kedokteran membutuhkan waktu lama, kerja keras, dan usaha yang penuh stresor sehingga membuat mahasiswa kedokteran berisiko mengalami kelelahan dan stres (Fares *et al.*, 2016). Hal tersebut juga terjadi dengan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

Data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) 2012 menyebutkan bahwa Indonesia menduduki urutan kedua setelah Singapura dengan jumlah remaja obesitas sebesar 12,2% (UNICEF, 2012). Hasil Riskesdas 2018, menunjukkan angka prevalensi proporsi berat badan lebih dan obesitas pada

penduduk dewasa yang telah berumur lebih dari 18 tahun dengan prevalensi berat badan berlebih (13,6%) dan prevalensi obesitas (21,8%). Prevalensi penduduk obesitas terendah terdapat pada daerah Nusa Tenggara Timur (10,3%) sedangkan prevalensi penduduk obesitas tertinggi terdapat pada daerah Sulawesi Utara (30,2%). Di daerah Jawa Tengah prevalensi obesitas 20% (Riskesdas, 2018). Sedangkan prevalensi penduduk usia lebih dari 15 tahun dengan gangguan mental emosional berupa stres, ansietas, dan depresi di Indonesia adalah 9,8%. Di daerah Jawa Tengah terjadi peningkatan dari 5% menjadi 8% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Di Asia khususnya di Iran, prevalensi mahasiswa kedokteran yang mengalami stres adalah 61,47% (Marjani *et al.*, 2008). Di Indonesia, prevalensi mahasiswa kedokteran yang mengalami stres ringan 3,6%, stres sedang 86,5%, dan stres berat 10% (Suganda, 2013).

Prahestyningrum *et al* (2017) mengatakan terdapat hubungan stres dengan obesitas pada mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta dengan karakteristik responden berjenis kelamin perempuan terdiri dari 34 mahasiswa (79,1%) dan laki-laki terdiri dari 9 mahasiswa (20,9%) yang obesitas dan sebagian besar obesitas sedang (Prahestyningrum *et al.*, 2017). Penelitian tersebut didukung oleh Masdar *et al* (2016) yang mengatakan adanya hubungan antara stres dengan status gizi dengan karakteristik responden 66 orang gemuk / obesitas dan 66 orang kurus / normal, usia 15-18 tahun dan masing-masing sebanyak 50% berjenis kelamin laki-laki dan perempuan (Masdar *et al.*, 2016). Penelitian lain yang

tidak sejalan yang dilakukan oleh Sikalak *et al* (2017) mengatakan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan obesitas pada karyawan di PT Telekomunikasi Jakarta dengan karakteristik responden 28 orang obesitas dan 14 orang normal, 15 orang sudah menikah dan 27 orang belum menikah, 23 orang berpendapatan tinggi dan 19 orang berpendapatan rendah, dan berusia sekitar 19-49 tahun (Sikalak *et al.*, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, masih terdapat perbedaan terkait hubungan tingkat stres dengan kejadian obesitas sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang Angkatan 2016 & 2017”. Alasannya dengan mempertimbangkan usia seorang mahasiswa yang masih tergolong usia remaja hingga dewasa muda yang cenderung berisiko mengalami stres dan juga penelitian tersebut belum pernah dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2016 & 2017 ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2016 & 2017.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2016 & 2017.

1.3.2.2. Untuk mengetahui kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2016 & 2017.

1.3.2.3. Untuk mengetahui keeratan hubungan antara tingkat stres dengan kejadian obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang angkatan 2016 & 2017.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dan menambah pengetahuan mengenai hubungan tingkat stres dengan kejadian obesitas pada mahasiswa.

1.4.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pencegahan dan pengendalian obesitas pada mahasiswa sehingga dapat mengurangi angka kejadian obesitas dan juga sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.