

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Kehidupan ini bergantung kepada keseimbangan dalam diri individu, dan tubuh manusia menjaga agar titik kehidupan internal individu tersebut tetap berada dalam titik yang konstan dalam lingkungan yang terus berubah.<sup>1</sup> Mekanisme ini disebut 'Homeostasis' yang merupakan proses dimana tubuh manusia membuat sistem yang menganalisis suatu keadaan dan menjaga agar tubuh individu tersebut tetap dalam kondisi yang baik.<sup>2</sup> Stres merupakan sesuatu yang menjadi ancaman bagi 'Homeostasis'. Ancaman aktual atau asal dari ancaman terhadap suatu individu disebut sebagai 'stressor' dan response terhadap stressor ini disebut respon stres.<sup>3</sup>

Stres diklasifikasikan menjadi 2 jenis yaitu stres fisiologis dan stres psikososial/psikologis. Stres fisiologis ditandai rasa tidak nyaman pada bagian sensorik, emosional dan pengalaman subjektif yang berhubungan dengan kemungkinan adanya kerusakan pada tubuh.<sup>4</sup> Contoh dari stres fisiologis adalah nyeri dan lapar.<sup>5</sup> Stres psikososial/psikologis merupakan stres yang dihasilkan dari situasi ancaman sosial, hal ini mencakup evaluasi sosial, tekanan antar individu dan pengucilan sosial.<sup>6</sup>

Dalam penelitian yang dilakukan di Saudi Arabia dengan sampel 494 mahasiswa, tingkat stres pada mahasiswa kedokteran tahun pertama mencapai 74,2%, tahun kedua 69,8%, tahun ketiga 48,6% dan tahun ke

empat 30,4%. Data ini menunjukkan adanya asosiasi yang signifikan antara tahun studi dengan tingkat stres yang di alami oleh mahasiswa. Prevalensi terjadinya stres ringan dan sedang pada penelitian ini mencapai 57% dan stres berat 19,6%.<sup>7</sup>

Tingkat stres pada mahasiswa di Indonesia yang diukur dengan sampel 101 mahasiswa pada Mei 2017 mendapatkan hasil stres ringan sedang pada mahasiswa sebanyak 35,6 – 57,4% dan stres berat mencapai 6,9%.<sup>8</sup> Dari data ini terlihat bahwa prevalensi terjadinya stres pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi jika dibandingkan dengan tingkat stres mahasiswa Indonesia secara keseluruhan.

Menurut DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder edisi ke 5), eating disorder dapat dibedakan menjadi tiga jenis gangguan pola makan yang major yaitu Anorexia nervosa, Bulimia Nervosa dan Binge Eating Disorder. Menurut DSM-V, gangguan pola makan yang tidak memenuhi kriteria diagnosis anorexia nervosa, bulimia nervosa maupun binge eating disorder secara lengkap dapat diklasifikasikan sebagai Other Specified Feeding or Eating Disorder (OSFED). Binge eating disorder merupakan gangguan pola makan dimana seseorang akan memakan makanan dalam jumlah yang sangat banyak dibandingkan yang dimakan orang pada umumnya dan dilakukan dalam waktu yang terbatas.<sup>9</sup>

Pada tahun 2007, penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat menghasilkan data bahwa 3,5% wanita dan 2,0 % dari pria mengalami kejadian Binge Eating Disorder selama hidupnya. Prevalensi terjadinya

Anorexia adalah 0,9% pada wanita dan 0.3% pada pria dan prevalensi terjadinya Bulimia adalah 1,5% pada wanita dan 0,5% pada pria Hal ini membuat prevalensi terjadinya Binge Eating Disorder 3x lebih besar dibandingkan dengan Anorexia dan Bulimia.<sup>10</sup> Binge Eating Disorder umumnya terjadi pada individu dengan usia 18-23 tahun walaupun ada kasus yang melaporkan di usia yang lebih muda atau lebih tua dari rentang usia tersebut.<sup>11</sup>

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan ditahun 2016 pada mahasiswa UNITRI mendapatkan hasil bahwa terdapat korelasi positif antara tingkat stres dengan *eating disorder*, artinya semakin tinggi tingkat stres, makan kejadian *eating disorder* juga akan meningkat.<sup>12</sup> Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin melakukan penelitian ini untuk mengetahui apakah adanya hubungan antara stres psikologis dengan Binge Eating Disorder karena usia terjadinya Binge Eating Disorder adalah di rentang usia mahasiswa dan merupakan gangguan pola makan yang paling sering dialami oleh masyarakat dan tingkat stres pada kedokteran lebih tinggi daripada mahasiswa dengan jurusan lainnya serta menurut penelitian sebelumnya terdapat korelasi positif antara tingkat stres dan *eating disorder*.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan antara stres psikologis dengan Binge Eating Disorder mahasiswa Fakultas Kedokteran

Universitas Pelita Harapan.

### **1.3. Pertanyaan Penelitian**

Dari rumusan masalah dalam penelitian ini maka timbul pertanyaan, “Apakah ada hubungan antara stres psikologis dengan Binge Eating Disorder pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan?”

### **1.4. Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara stres psikologis dengan binge eating disorder pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

#### **1.4.2. Tujuan Khusus**

Penelitian ini dilakukan terhadap mahasiswa angkatan 2018, 2019 dan 2020 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dengan tujuan untuk:

- 1) Mengetahui seberapa banyak mahasiswa yang mengalami stres psikologis mahasiswa angkatan 2018, 2019 dan 2020 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

- 2) Mengetahui seberapa banyak mahasiswa 2018, 2019 dan 2020 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang mengalami binge eating disorder.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Manfaat Akademik**

Membantu peneliti agar mengetahui hubungan antara stres psikologis dengan binge eating disorder pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan dan memberikan dasar pengetahuan untuk penelitian lebih lanjut.

### **1.5.2. Manfaat Praktis**

Sebagai data dasar untuk Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.