

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Irritable bowel syndrome (IBS) merupakan gangguan fungsional pada usus yang disertai dengan rasa nyeri perut, distensi dan ada gangguan pola defekasi yang bukan disebabkan kelainan organik.¹ Prevalensi IBS di negara Barat dan Asia diperkirakan sekitar 10-20%² dan prevalensi secara global berdasarkan studi meta-analisis diperkirakan sekitar 11,2%.³ Kejadian IBS sering ditemukan pada usia remaja, penelitian di Jepang pada individu berusia 15 tahun didapatkan prevalensi IBS sebesar 14,6% pada tahun 2004 dan terjadi peningkatan pada tahun 2009 menjadi 19%.⁴ Di Indonesia penelitian IBS pada individu berusia 14-18 tahun pada kota Palembang didapatkan prevalensi IBS sebesar 30,3%.⁵

Terdapat berbagai dampak negatif yang timbul pada remaja IBS diantaranya terjadi penurunan kualitas hidup, penurunan kualitas tidur dan adanya gangguan psikologis, seperti stress yang lebih lanjut dapat memengaruhi efektivitas dan performa akademik individu tersebut.⁴ Tingginya tuntutan akademik bagi mahasiswa kedokteran menjadi salah satu penyebab kurangnya aktivitas fisik.⁶ Mahasiswa kedokteran diketahui merupakan kelompok aktivitas fisik yang rendah dibandingkan jurusan pendidikan lainnya.⁷

Terdapat penelitian di Iran menunjukkan bahwa individu yang melakukan aktivitas fisik kurang dari 1 jam per minggu memiliki kemungkinan 1,27 lebih besar untuk terjadinya IBS dibandingkan individu yang melakukan aktivitas fisik lebih dari 1 jam per minggu.⁸ Penelitian di China pada mahasiswa kedokteran mengenai faktor risiko yang berhubungan dengan IBS menunjukkan individu yang tidak melakukan aktivitas fisik lebih berisiko untuk terjadinya IBS dan memiliki prevalensi tertinggi IBS pada penelitian di China sebesar 9,3% dibandingkan mahasiswa jurusan lain.⁹ Selain itu, penelitian yang dilakukan di Jeddah mengenai prediktor IBS pada mahasiswa kedokteran menunjukkan mahasiswa yang tidak rutin aktivitas

fisik memiliki prevalensi IBS lebih tinggi 37,3% dibanding yang melakukan aktivitas fisik, yaitu sebesar 26,1%.¹⁰ Akan tetapi, terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian IBS, seperti penelitian yang dilakukan di Lebanon dengan 553 responden¹¹ dan penelitian Omegari *et al* pada responden wanita yang menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan mengenai level aktivitas fisik pada individu dengan IBS dan non-IBS.¹² Lalu, Terdapat perbedaan pada prevalensi pada mahasiswa kedokteran, penelitian di China pada mahasiswa kedokteran yang tidak melakukan aktivitas fisik sebesar 9,9%⁹ sedangkan di Indonesia tidak melakukan aktivitas fisik memiliki prevalensi sebesar 60% pada penelitian di Malang.¹³ Terdapat penelitian lain mengenai tingkat aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran Saudi arabia tergolong rendah sebesar 60,1%. Hal ini dikarenakan pengaruh status ekonomi, status ekonomi rendah menyebabkan aktivitas fisik rendah. Selain itu, pengaruh cuaca yang di Arab memiliki cuaca yang ekstrim seperti cuaca panas yang membuat universitas dan sekolah ditutup selama 3 bulan. Kejadian tersebut menurunkan minat aktivitas fisik pada mahasiswa kedokteran yang menyebabkan aktivitas fisik rendah.¹⁴

Berdasarkan uraian di atas, mahasiswa kedokteran memiliki aktivitas fisik yang kurang sehingga dapat berisiko untuk terjadinya IBS yang lebih lanjut dapat berdampak negatif pada kualitas hidup dan performa akademik. Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang tidak konsisten mengenai aktivitas fisik dengan IBS. Oleh karena itu, penelitian untuk mengevaluasi hubungan aktivitas fisik dengan IBS perlu dilakukan dalam upaya meningkatkan kualitas hidup, termasuk performa akademik mahasiswa kedokteran.

1.2. Rumusan Masalah

Mahasiswa kedokteran memiliki tuntutan akademik yang besar yang dapat menjadi penyebab rendahnya aktivitas fisik. Rendahnya aktivitas fisik di antara mahasiswa kedokteran kemungkinan dapat menyebabkan individu tersebut memiliki risiko lebih besar untuk terjadinya IBS. Terdapat berbagai

dampak negatif yang timbul pada individu IBS sehingga dapat menurunkan kualitas hidup, gangguan psikologis seperti stress yang dapat memengaruhi performa akademik pada mahasiswa. Lebih lanjut, penelitian mengenai hubungan aktivitas fisik dengan IBS terdapat hasil yang tidak konsisten dari penelitian-penelitian terdahulunya. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan aktivitas fisik dengan IBS pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3. Pertanyaan Penelitian

- 1.3.1. Apakah terdapat hubungan aktivitas fisik dengan *Irritable bowel syndrome* (IBS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan *Irritable bowel syndrome* (IBS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

1.4.2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tingkat aktivitas fisik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- b. Mengetahui prevalensi *Irritable bowel syndrome* (IBS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- c. Mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan kejadian IBS pada mahasiswa FKUPH

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Akademik

Menjelaskan hubungan aktivitas fisik dengan *Irritable Bowel Syndrome* (IBS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

- Meningkatkan pengetahuan mengenai hubungan aktivitas fisik dengan IBS

- Meningkatkan hasil penelitian sebagai data penunjang untuk penelitian selanjutnya.

1.5.2. Manfaat Praktis

Memberikan informasi faktor-faktor yang kemungkinan berperan terhadap terjadinya IBS pada mahasiswa FKUPH

