

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental adalah dasar yang digunakan seseorang untuk menunjukkan emosi, berpikir, berkomunikasi, mempelajari hal-hal baru, menyesuaikan diri, dan juga untuk menunjukkan nilai diri seseorang. Kesehatan mental juga merupakan kunci dalam hubungan yang baik, pribadi dan emosional yang terkendali dan dapat berkontribusi ke komunitas atau masyarakat.¹ Menurut WHO, kesehatan mental termasuk dalam sebuah bagian yang utuh dan penting dari kesehatan. Kesehatan adalah sebuah keadaan dimana seseorang mempunyai fisik yang lengkap, kondisi mental dan sosial yang baik, dan tidak hanya sebatas bebas dari sebuah penyakit.²

Seseorang yang mempunyai gangguan kesehatan mental dapat mempengaruhi suasana hati, kemampuan berpikir, dan juga pengendalian emosi kurang baik yang dapat mengakibatkan perilaku buruk.³ Gangguan mental dapat disebabkan karena berbagai macam hal, antara lain : pelecehan masa kecil; trauma atau penelantaran, isolasi sosial atau kesepian, mengalami diskriminasi dan stigma, kerugian sosial; kemiskinan atau hutang, kehilangan seseorang, stress yang berkepanjangan, kondisi kesehatan fisik yang kronik, pengangguran, dan lain-lain.⁴ Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia, gangguan mental yang paling sering terjadi adalah stres, gangguan kecemasan, dan depresi.⁵

Stres merupakan suatu perasaan dikarenakan sesuatu yang berlebihan atau tidak bisa menghadapi tekanan emosional. Ketika tubuh seseorang mengalami tekanan yang berlebihan, stress adalah respon dari tubuh tersebut. Banyak situasi atau kejadian di hidup yang berbeda-beda yang menyebabkan stress.⁶ Seseorang yang mengalami stres dapat menyebabkan banyak gejala yang berbeda-beda. Stres mungkin dapat mempengaruhi bagaimana yang dirasakan secara fisik,

mental, dan juga bagaimana seseorang berperilaku. Tidak selalu mudah untuk menyadari seseorang sedang mengalami stres.⁷

Kecemasan merupakan reaksi dari stres yang dialami oleh seseorang. Kecemasan tidak mempunyai penyebab yang jelas, cenderung bertahan lebih lama, dan lebih sulit untuk diobati.⁸ Gangguan kecemasan adalah sebuah perasaan kegelisahan, seperti khawatir atau takut, bisa ringan ataupun yang berat. Semua orang pasti pernah mengalami rasa cemas dalam beberapa fase dalam kehidupan, misalnya saat mengerjakan sebuah ujian atau mengikuti wawancara pekerjaan. Ketika waktu seperti ini, merasakan cemas itu wajar dan normal. Tetapi beberapa orang ada yang kesulitan dalam mengontrol rasa cemas yang dirasakan sampai mempengaruhi keseharian mereka.⁹

Stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan suatu kondisi yang dinamakan depresi.¹⁰ Depresi adalah ketika seseorang selalu merasa sedih dan juga kehilangan minat pada hal-hal yang biasa disukai.¹¹ Depresi merupakan sebuah penyakit medis yang umum dan serius, kondisi ini dapat mempengaruhi bagaimana perasaan seseorang, cara berpikir seseorang dan bagaimana seseorang bertindak. Untungnya, kondisi depresi dapat diobati.¹²

Dispepsia Fungsional merupakan sebuah istilah yang digunakan untuk gejala berulang dari gangguan pencernaan yang tidak mempunyai penyebab yang jelas. Dispepsia Fungsional itu umum dan bertahan lama, walaupun gejala yang dirasakan kebanyakan sebentar-bentar.¹³ Dispepsia Fungsional mengacu pada masalah pencernaan bagian atas dimana gejala yang dirasakan adalah, ketidakmampuan untuk menghabiskan makanan (cepat merasa kenyang), rasa kenyang setelah makan, dan nyeri epigastrium atau sensasi terbakar. Beberapa orang juga dapat merasa mual, maag, dan bahkan penurunan berat badan.¹⁴

Ketika seseorang merasa stres, maka sistem saraf simpatik akan diaktifkan dan memicu terjadinya respon "*fight or flight*".¹⁵ Respon ini akan menyebabkan peningkatan sekresi lambung atau pengosongan lambung menjadi lebih lama yang akan mengakibatkan Dispepsia Fungsional.¹⁶

Meskipun sudah dilakukan beberapa penelitian mengenai tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional di Indonesia, namun belum banyak yang meneliti pada populasi pekerja. Hasil yang didapatkan dari penelitian dahulu juga tidak konsisten dan saling berkontradiksi. Maka dari itu, peneliti akan meneliti lebih lanjut mengenai hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM.

PT. RPM merupakan perusahaan yang bergerak di bidang kontraktor dan perhutanan. Dimana seluruh pekerja bekerja di satu bagian yang sama yaitu bagian lapangan dan juga menetap di satu lingkungan tempat tinggal yang sama, yaitu MES perusahaan yang disediakan. Sehingga kebanyakan pekerja merantau dan jauh dari keluarga. Perusahaan ini terbagi atas beberapa daerah yang lingkungan kerja dan lingkungan tempat tinggalnya berada dalam hutan. Sehingga lingkungan pekerja cukup terisolasi dan jauh dari kota, belum lagi terdapat beberapa binatang buas yang dapat menyerang kapan saja. Hal ini dapat memicu tingkat stres, kecemasan, dan depresi yang cukup tinggi.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian yang berfokus pada hubungan antara kesehatan mental terhadap kejadian Dispepsia Fungsional memang sudah dilakukan oleh beberapa peneliti. Namun masih sedikit penelitian yang meneliti mengenai tingkat stres; kecemasan; dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional. Walaupun sudah pernah dipublikasikan pada penelitian sebelumnya, hubungan antara tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional juga masih belum jelas dan saling berkontradiksi antar peneliti. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana tingkat stres pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM ?
2. Bagaimana tingkat kecemasan pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM ?
3. Bagaimana tingkat depresi pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM ?
4. Berapa insiden kejadian Dispesia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM ?
5. Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat stres pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM
2. Mengetahui tingkat kecemasan pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM
3. Mengetahui tingkat depresi pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM
4. Mengetahui insiden kejadian Dispepsia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM.

- Peneliti diharapkan memperoleh pengetahuan mengenai kesehatan mental, terlebih mengenai stres; kecemasan; dan depresi dan pengaruhnya terhadap kejadian Dispepsia Fungsional pada pekerja usia 25–40 tahun di PT. RPM.

1.5.2 Manfaat Praktis

- Hasil penelitian dapat menjadi bahan pembelajaran dan edukasi tambahan bagi masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental yang baik, terlebih dalam mengontrol tingkat stres; kecemasan; dan depresi dan hubungannya terhadap kejadian Dispepsia Fungsional.
- Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi data untuk digunakan pada penelitian selanjutnya terkait dengan hubungan tingkat stres, kecemasan, dan depresi terhadap kejadian Dispepsia Fungsional

