

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres adalah gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar.¹ Stres dapat terjadi pada semua orang salah satunya adalah mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan. Stres dapat terjadi oleh karena banyak faktor seperti lingkungan, tuntutan akademik, persaingan antar mahasiswa, ujian, dan banyak hal lainnya.

Pada penelitian yang sudah dilakukan pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau didapatkan hasil bahwa tingkat stres pada mahasiswa tahun pertama yang terbanyak adalah tingkat stres sedang sebanyak 57,23%.² Hal tersebut dapat terjadi karena menurut penelitian yang dilakukan oleh Moffat KJ pada tahun 2004, dikatakan bahwa salah satu penyebab munculnya stres pada mahasiswa tahun pertama adalah karena proses adaptasi yang terjadi, adaptasi yang dimaksud adalah adaptasi cara belajar yang tentu berbeda dari cara belajar saat di Sekolah Menengah Atas. Penyebab dari stres ini juga dikarenakan ketidakpercayaan akan kemampuan untuk melalui progres yang akan dihadapi selama menjadi mahasiswa fakultas kedokteran.³

Terdapat juga penelitian tentang tingkat stres terhadap mahasiswa kepaniteraan klinik atau tingkat profesi di Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada yaitu dengan hasil stres sedang.⁴ Terdapat juga penelitian yang dilakukan di India terhadap mahasiswa kedokteran didapatkan hasil dengan prevalensi 94,52% mahasiswa mengalami stres, dan sebagian besar (97,4%) adalah mahasiswa semester 8 atau kepaniteraan klinik.⁵

Hal ini juga bisa terjadi karena terdapat 4 faktor besar yang menyebabkan stres pada mahasiswa kepaniteraan klinik atau tingkat profesi. Yang pertama adalah karena banyaknya tugas, maka semakin sedikit waktu yang dipunya untuk memenuhi minat di luar dunia kedokteran. Yang kedua adalah karena sedikit juga waktu yang dimiliki untuk saling membantu antara mahasiswa dalam mengerjakan tugas. Selanjutnya adalah lebih sedikitnya kesempatan untuk mengadakan pertemuan informal dengan mahasiswa lain. Yang terakhir adalah mahasiswa ragu untuk mengekspresikan diri.⁶

Berdasarkan penelitian dan prevalensi yang telah disebutkan maka stres cukup erat kaitannya dengan mahasiswa fakultas kedokteran terutama angkatan 2017 (tahun pertama) dan kepaniteraan klinik. Jika seseorang mengalami stres terus-menerus (stres kronik) dan tidak tahu cara menanggulangnya maka dapat membahayakan kesehatan. Salah satu hal yang membahayakan kesehatan yang dapat muncul pada orang yang mengalami stres terus-menerus adalah tekanan darah menjadi tidak normal dan jika

tekanan darah tidak normal terjadi secara konstan maka dapat berujung pada tekanan darah tinggi atau hipertensi.⁷

Terdapat 2 penelitian mengenai hubungan stres dengan hipertensi. Yang pertama dilakukan oleh Deasy Eka Saputri di Universitas Indonesia⁸, dan dilakukan oleh Katerin Indah Islami di Puskesmas di Kalimantan Timur⁹. Hasil dari penelitian tersebut adalah terdapat hubungan positif antara stres dengan hipertensi.

Hipertensi didefinisikan ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronik yang paling sering terjadi.¹⁰ Hipertensi memiliki beberapa faktor resiko yaitu, usia, IMT (indeks massa tubuh), kurang beraktivitas, rokok, stres, konsumsi garam perhari, dan riwayat penyakit jantung di dalam keluarga.^{11,12} Menurut *World Health Organization* (WHO) hipertensi merupakan faktor risiko yang sangat umum dari penyakit kardiovaskular.¹³ Pernyataan ini juga didukung oleh penelitian *cohort* Framingham yang memiliki hasil bahwa hipertensi merupakan penyebab dan prediktor yang konsisten dari penyakit kardiovaskular, tetapi hipertensi merupakan penyebab dari penyakit kardiovaskular yang dapat dimodifikasi.¹¹

Menurut AHA (American Heart Association) pada tahun 2010 terdapat 1,39 miliar orang yang memiliki hipertensi di seluruh dunia.¹⁴ Di Indonesia sendiri menurut data Kementerian Kesehatan terdapat 11 juta rumah tangga yang memiliki hipertensi. Menurut Kementerian Kesehatan juga terdapat

25,8% dari total penduduk yang berusia ≥ 18 tahun yang memiliki hipertensi, dan hanya 7,2% dari penduduk tersebut yang mengetahui memiliki hipertensi.¹⁵

Menurut *World Health Organization (WHO)*, prevalensi hipertensi akan terus meningkat tajam dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena hipertensi. Hipertensi juga telah menyebabkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara.

Ketidaktahuan bahwa mereka memiliki hipertensi dapat mengakibatkan munculnya berbagai macam penyakit karena hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan kerusakan pada organ-organ di dalam tubuh dan menyebabkan penyakit seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung.

Gaya hidup merupakan faktor penting yang sangat mempengaruhi kehidupan setiap orang, hal ini berlaku juga untuk mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan. Gaya hidup yang tidak sehat, digabungkan dengan tuntutan pendidikan yang semakin bertambah seiring dengan kenaikan tingkat pada mahasiswa kedokteran, dapat menimbulkan berbagai macam akibat salah satunya adalah stres yang dapat mengarah kepada hipertensi secara tidak langsung.¹⁶

Sebagai mahasiswa kedokteran dan kepaniteraan klinik yang nantinya akan menjadi dokter yang merupakan lini depan di bidang kesehatan, sudah

seharusnya memerhatikan kesehatan dan mencegah hal-hal yang dapat menimbulkan penyakit salah satunya adalah stres. Stres yang diakibatkan oleh kegiatan akademik dan perkuliahan seharusnya dapat diimbangi dengan kehidupan sosial sehingga stres dapat ditanggulangi yang bertujuan untuk mencegah munculnya penyakit salah satunya adalah hipertensi.

Penelitian ini sebelumnya belum pernah dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan. Penelitian ini jika hasilnya terdapat hubungan positif antara stres dengan tekanan darah tidak normal dimana yang dimaksudkan dengan tekanan darah tidak normal adalah pre-hipertensi, hipertensi tingkat 1, dan hipertensi tingkat 2, maka penelitian ini dapat dijadikan sebuah saran agar mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dapat mengimbangi kehidupan akademik dan sosial agar stres dapat dihindari. Penelitian ini juga dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor apa saja yang menyebabkan stres pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

Oleh karena itu peneliti ingin meneliti hubungan antara tingkat stres dengan kejadian tekanan darah tidak normal pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik.

1.2. Rumusan Masalah

- 1.2.1 Untuk membuktikan hubungan stres dan tekanan darah pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik, maka peneliti melakukan penelitian ini.
- 1.2.2 Hipertensi merupakan faktor yang sangat umum dari penyakit kardiovaskular.
- 1.2.3 Stres yang berkepanjangan dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan salah satunya adalah hipertensi.

1.3. Pertanyaan Penelitian

- 1.3.1 Bagaimana kejadian stres pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik?
- 1.3.2 Bagaimana tekanan darah pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik?
- 1.3.3 Apakah terdapat hubungan antara stres dengan kejadian tekanan darah tidak normal pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mencari apakah terdapat hubungan antara stres dengan tekanan darah pada mahasiswa/i angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui angka kejadian stres dan angka kejadian tekanan darah tidak normal pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik.

1.5. Manfaat

1.5.1 Manfaat Akademik

Manfaat akademik dari penelitian ini adalah untuk menambah pengetahuan peneliti mengenai hubungan antara stres dengan tekanan darah.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kejadian stres dan tekanan darah pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017 dan Kepaniteraan Klinik, dan juga untuk meningkatkan kesadaran

mahasiswa/i untuk menyeimbangi kehidupan akademik dan sosial untuk mencegah stres yang dapat menyebabkan hipertensi.

1.5.3 Manfaat untuk Masyarakat

Agar pengetahuan masyarakat yang masih awam mengenai hubungan stres dengan tekanan darah bias lebih diperluas, dan juga sebagai pencegahan agar masyarakat bisa meningkatkan kesadaran untuk mencegah stres sehingga yang nantinya dapat menyebabkan tekanan darah menjadi tidak normal dan berakhir dengan hipertensi jika tidak ditangani.

