

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan mental atau yang biasa dikenal sebagai *mental health* adalah suatu fenomena yang mulai marak di kalangan remaja Indonesia. Berdasarkan riset kesehatan dasar 2018, lebih dari 19 juta penduduk berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional dan depresi¹. Kesehatan mental ini sebetulnya adalah hal yang penting dalam tumbuh kembang seorang manusia mulai dari bayi hingga dewasa. Kesehatan mental termasuk emosi, psikologi, dan kehidupan sosial². Sangat penting bagi masyarakat untuk sadar bahwa kesehatan mental diri adalah hal yang penting sama seperti kesehatan fisik. Di Indonesia sendiri masalah kesehatan mental masih memiliki stigma yang buruk. Dianggap sebagai orang yang tidak waras dapat menimbulkan masalah kecemasan yang akan berdampak kepada gangguan sosial.

Salah satu masalah mental yang cukup sering terjadi pada remaja adalah gangguan persepsi pada penampilan atau yang biasa dikenal dengan *Body Dysmorphic Disorder* (BDD). BDD adalah kecenderungan pikiran negatif terkait penampilan fisik yang menyebabkan gangguan psikologis yang berpengaruh pada kebiasaan yang berulang sehingga tidak dapat menjalankan kehidupan sehari-hari dengan baik^{3,4}. BDD diperkirakan terjadi pada remaja berusia 18-28 tahun sebesar 76%⁵. Individu dengan BDD akan sulit menerima citra diri sehingga tidak mencintai dirinya sendiri. Akan ada rasa tidak puas dan rasa cemas yang akan berkembang sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup dari individu tersebut³.

Cemas atau *anxiety* menurut kbbi didefinisikan sebagai tidak tenteram hati; gelisah⁶. Gangguan kecemasan dapat disebabkan oleh beberapa hal seperti masalah kepanikan, agoraphobia, gangguan kecemasan sosial, dan lain-lain⁷. Merasa cemas sebenarnya adalah hal yang normal dan dialami oleh semua orang. Cemas adalah

salah satu mekanisme tubuh mempertahankan dirinya yang diatur oleh *autonomic nervous system*. Sistem ini akan meningkatkan fokus tubuh saat menghadapi bahaya, meningkatkan tekanan darah, denyut jantung, dan mengaktifkan hormon adrenalin hingga menyebabkan rasa cemas⁸⁻¹⁰.

Penelitian mengenai hubungan antara *body dysmorphic disorder* dengan *social anxiety disorder* pernah dilakukan dengan hasil bermakna¹¹. Penelitian mengenai hubungan *body dysmorphic disorder* dengan kepercayaan diri juga sudah pernah dilakukan, namun belum pernah dilakukan penelitian mengenai hubungan antara *body dysmorphic disorder* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa FK UPH. Selain itu, subjek yang diteliti kebanyakan oleh penelitian sebelumnya hanya berfokus pada mahasiswi saja¹². Walaupun telah diteliti, hubungan antara *Social Anxiety Disorder* dengan BDD namun belum banyak diteliti mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan BDD. Kecemasan dan gangguan kecemasan sosial adalah hal yang berbeda. Perbedaannya adalah kecemasan merupakan hal yang normal dan dialami oleh setiap manusia, sedangkan gangguan kecemasan sosial adalah kecemasan berlebih ketika seseorang mengalami satu atau lebih situasi sosial sehingga muncul kemungkinan perasaan diawasi oleh orang lain. Oleh sebab itu peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan *body dysmorphic disorder* di FK UPH.

1.2 Rumusan Masalah

Gangguan BDD dan masalah kecemasan akan terjadi pada remaja laki-laki maupun perempuan. Penelitian sebelumnya pernah meneliti mengenai hubungan antara *Social Anxiety Disorder* dengan BDD, walaupun demikian, Penelitian mengenai hubungan BDD dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan belum pernah dilakukan sehingga perlu ditinjau lebih lanjut untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan BDD pada mahasiswa/i FK UPH.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, dapat ditarik beberapa pertanyaan yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara *Body Dysmorphic Disorder* yang diukur dengan kuesioner BIDQ dan tingkat kecemasan yang diukur dengan kuesioner HARS pada mahasiswa/i FK UPH?

1.4 Tujuan Penelitian

Berikut adalah tujuan dari dibuatnya penelitian ini:

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa/i FK UPH dengan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scales* (HARS).
2. Mengetahui prevalensi BDD pada mahasiswa/i FK UPH dengan menggunakan kuesioner *Body Image Disturbance Questionnaire* (BIDQ).

1.4.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Body Dysmorphic Disorder* yang diukur dengan kuesioner BIDQ dan tingkat kecemasan yang diukur dengan kuesioner HARS pada mahasiswa/i FK UPH?

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi penelitian mengenai hubungan *body dysmorphic disorder* maupun dengan tingkat kecemasan berikutnya.
2. Memberikan pengetahuan mengenai *body dysmorphic disorder* dan tingkat kecemasan.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan informasi dasar dan pencegahan terhadap mahasiswa/i pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan (FK UPH) tentang *body dysmorphic disorder* dengan gangguan kecemasan.

