

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Impulsivitas adalah seperangkat perilaku yang digambarkan sebagai tindakan yang dilakukan tanpa merenungkan secara dalam dan merincikan dengan preferensi kepada perilaku yang bersifat spontan.¹ Memilih kepuasan segera dari hasil tertunda yang sering bermanfaat, kesulitan menunggu, menahan diri dari tindakan, dan reaksi daripada sebuah rangsangan merupakan beberapa contoh dari perilaku impulsif.

Impulsivitas pun sering dikaitkan dengan beberapa penyakit psikiatrik dan dipertimbangkan sebagai ciri inti DSM-5 pada penyakit kepribadian seperti ADHD, *substance use disorder*, kepribadian antisosial, *borderline personality disorder*, *gambling disorder*, dan bipolar yang sudah lumayan terbukti bahwa impulsivitas mempunyai korelasi positif terhadap penyakit kepribadian.² Selain itu, impulsivitas juga terasosiasi dengan agresi, melukai diri sendiri, upaya bunuh diri³, kekerasan domestic perilaku mengambil risiko⁴ mengakibatkan *coping strategies* yang buruk dan *decision making* yang kurang optimal. Namun, relasi mengenai depresi dan ansietas masih kurang dipahami oleh masyarakat yang tidak memiliki gejala penyakit kepribadian, tetapi mungkin mempunyai masalah dalam kesehatan mental mereka.

Di sisi lain kesehatan mental di masyarakat Indonesia berusia lebih dari 15 tahun keatas meningkat dari 6%⁵ atau sebanyak 14 juta orang hingga 8,14%⁶ atau sebanyak 19 juta orang. Kesehatan mental didefinisikan sebagai keadaan seseorang memiliki hubungan baik antara pikiran dengan tubuh dalam menjaga keseimbangan internal elemen kognitif, sosial dan emosional. Efek ini dilihat dari *pre COVID-19 Pandemic* yang sekarang secara psikosocial adanya peran dibanding masa pandemik saat ini. *Mental health* secara statistic lebih

rentan kepada anak muda pada depresi dan ansietas sebanyak 30-80%⁷, dibanding masyarakat berusia 15 keatas.

Selanjutnya, diketahui bahwa pada rentang umur 15–24 yang diklasifikasikan sebagai *Youth*, adanya peningkatan depresi signifikan pada umur 18–19 tahun yang bisa diatribusikan dengan adanya perubahan dari sistem pelajaran dari SMA sampai kuliah.⁸

Banyak penelitian yang bertentangan mengenai korelasi impulsivitas pada depresi dan ansietas. Salah satu penelitian mengungkapkan bahwa impulsivitas dengan ansietas mempunyai relasi yang terbalik bahkan mekanisme biologis yang tidak berhubungan.⁹ Namun, ada penelitian lain menunjukkan bahwa adanya sebuah relasi positif yang signifikan.¹⁰

Maka dari itu korelasi dari impulsivitas dan penyakit mental seperti depresi dan ansietas pada kalangan *young adult* patut diteliti karena jumlah penelitian yang masih terbatas, dan dengan adanya COVID-19 yang terus melonjak gangguan mental pada *young adult*, serta diketahuinya prevalensi yang meningkat pada kalangan masyarakat di Indonesia. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi sebuah gambaran korelasi diantara ke tiga faktor tersebut dan dapat membantu dalam menentukan regimen pengobatan individual.

1.2 Rumusan Masalah

Prevalensi kasus gangguan mental *young adult* di Indonesia telah meningkat dari 2013–2018, dan diperparah oleh masa pandemi COVID-19. Peneliti melihat bahwa penelitian terkait impulsivitas dan gangguan mental pada mahasiswa di Indonesia masih sangat terbatas, walaupun ada hasil penelitian yang bertentangan. Maka dari itu, akan dilakukan penelitian mengenai korelasi impulsivitas dengan depresi dan ansietas.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah ada korelasi antara impulsivitas dengan depresi dan ansietas pada mahasiswa/i FK UPH
2. Bagaimana gambaran tingkat depresi dan ansietas pada mahasiswa/i FK UPH

3. Bagaimana gambaran tingkat kecenderungan impulsivitas pada mahasiswa/i FK UPH

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui korelasi antara tingkat impulsivitas mahasiswa dengan depresi dan ansietas pada mahasiswa/i FK UPH

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui jumlah mahasiswa/i FK UPH yang memiliki kecenderungan impulsif
2. Mengetahui gambaran depresi dan ansietas pada mahasiswa FK UPH

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti lain agar dapat dilakukan penelitian lebih lanjut dengan hasil yang lebih baik.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan para pembaca mengenai korelasi impulsivitas dengan depresi dan ansietas. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sarana bagi subjek penelitian untuk mengetahui tingkat impulsivitas, depresi, dan ansietas. Selain itu, dapat juga dijadikan sebagai evaluasi pada mahasiswa/i kedokteran untuk mulai memerhatikan kesehatan mental masing-masing.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Impulsivitas

2.1.1 Definisi

Definisi dari impulsivitas memiliki banyak kontroversi dan interpretasi. Menurut Eyseneck¹¹, impulsivitas merupakan sebuah aksi