

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan respon tubuh terhadap tekanan. Banyak situasi yang berbeda atau kejadian dalam hidup yang dapat menyebabkan stres, Stres ini biasanya terjadi akibat kita mengalami sesuatu yang baru ataupun tidak diharapkan yang membuat kita terasa terancam ataupun keadaan dimana kita merasa mempunyai sebagian kecil kontrol dari keadaan tersebut.¹ Walaupun kita terbiasa terhadap tingkat stres yang tinggi, bukan berarti kita bisa menghadapi stres tersebut. Setiap orang memiliki batas kritis dalam menghadapi suatu stres. Batas kritis tiap orang berbeda dari waktu ke waktu, tergantung pada keadaan sehat kita, keluarga, kehidupan, tuntutan pekerjaan, dan lain sebagainya.² Pada mahasiswa, penyebab stres dapat berasal dari tekanan akademik seperti ujian, beban kerja, kurangnya waktu luang, persaingan, kekhawatiran tidak dapat memenuhi harapan orang tua, menjalin hubungan pribadi baru, dan pindah ke lokasi asing.³

Penelitian yang dilakukan di Pakistan tepatnya di Universitas Karachi didapatkan kalau mahasiswa kedokteran memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan jurusan lain dengan prevalensi 54,6% jurusan kedokteran, 20,6% jurusan teknik, 20,6% jurusan seni, dan 32% untuk jurusan perdagangan untuk kategori tingkat stres tinggi.⁴

Penelitian yang dilakukan di UK menggunakan kuisisioner online mendapatkan hasil bahwa 30% orang lanjut usia melaporkan tidak pernah merasa kewalahan atau dapat mengatasi stres selama setahun terakhir, dibandingkan dengan 7% orang dewasa muda.⁵

Fungsi kognitif merupakan fungsi pada otak manusia yang melibatkan aspek memori, baik jangka pendek atau jangka panjang, perhatian, perencanaan, dan nalar serta strategi dalam berfikir dari seseorang yang berarti apabila terjadinya penurunan fungsi kognitif akan berakibat pada memori seseorang untuk mengingat

sesuatu, seseorang akan menjadi lebih susah untuk berkonsentrasi, ataupun berfikir terlebih dahulu sebelum mengucapkan bahasa ataupun melakukan tindakan.⁶

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif dan stres merupakan salah satunya dimana pada saat tubuh mengalami stres maka tubuh akan merespon dengan cara menstabilkan stres tersebut melalui hipotalamus pituitary adrenal (HPA) axis yang terletak di otak kemudian akan menghasilkan epinefrin dan norepinefrin bersamaan dengan HPA axis ini tubuh juga merespon dengan cara stimulasi Corticotrophine Releasing Hormone (CRH) yang akan meningkatkan hormon didalam tubuh salah satunya glucocorticoid yang apabila glucocorticoid ini berlebihan maka dapat menimbulkan dampak buruk kepada sel neuron di otak seperti apoptosis.⁷

Penelitian yang dilakukan yang dilakukan oleh Chicago Health and Aging Project pada tahun 2013 menyatakan bahwa meningkatnya tingkat stres secara independen berhubungan dengan percepatan penurunan fungsi kognitif pada orang dewasa berkulit hitam dan putih berusia 65 tahun ke atas.⁸

Penelitian yang dilakukan pada sebuah perusahaan tekstil di Jakarta Barat pada tahun 2019 dengan total 56 responden rentang usia 17-45 tahun dan mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan fungsi kognitif.

Terdapat penelitian yang meneliti salah satu aspek fungsi kognitif yaitu memori jangka pendek dan hubungannya dengan tingkat stres yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Sriwijaya yang mendapatkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan memori jangka pendek

Dalam era yang semakin kompetitif dan cepat berubah ini, stres dapat ditemukan di berbagai lingkungan, seperti di tempat kerja, dalam pendidikan, dalam hubungan interpersonal, dan dalam kehidupan sehari-hari secara umum. Terutama stres memiliki angka yang cukup tinggi dalam pendidikan di jurusan kedokteran oleh karena itu, peneliti ingin memahami secara lebih mendalam hubungan antara tingkat stres yang dialami oleh individu dan dampaknya terhadap fungsi kognitif mereka.

1.2 Perumusan masalah

Angka stres pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan jurusan lainnya. Stres merupakan salah satu faktor risiko yang dapat mempengaruhi fungsi kognitif dan masih sedikitnya penelitian di Indonesia oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan lebih lanjut mengenai stres dengan fungsi kognitif.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan resiko penurunan fungsi kognitif ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dan resiko penurunan fungsi kognitif pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran UPH

1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui tingkat stres pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran UPH.
2. Mengetahui resiko gangguan memori jangka pendek pada mahasiswa/i Fakultas Kedokteran UPH.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat akademik

1. Memberikan kontribusi data dalam ilmu medis tentang tingkat stres mahasiswa/i Fakultas Kedokteran UPH.
2. Menambah ilmu dan informasi tambahan bagi pembaca.
3. Sebagai acuan kedepannya untuk penelitian serupa.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Memberikan pengetahuan terhadap mahasiswa/i yang mengalami stres.

2. Menjadikan hasil penelitian sebagai pembandingan untuk penelitian lainnya.

