

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tingkat stres di Indonesia meningkat setiap tahun; ini merupakan 20% dari populasi dunia, dan 47,7% remaja mengalaminya. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, 6% penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional, termasuk kecemasan. Stres didefinisikan sebagai keadaan di mana seseorang menghadapi tuntutan tidak spesifik yang menuntut mereka untuk bertindak atau bertindak, baik secara fisik maupun mental. (Nurrahmah et al., 2023)

Menurut teori "*Hans Selye*", stres merupakan respons tubuh yang non-spesifik terhadap pemicunya disebut stresor. Respon ini dapat berupa respons emosional dan mental terhadap stimulus eksternal yang berbahaya, yang dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti peningkatan tekanan darah atau ketegangan otot (Andriana & Prihantini, 2021).

Ketika kelenjar adrenal terletak di atas ginjal, hormone katekolamin, yang terdiri dari adrenalin dan noradrenalin, dilepaskan. Ini meningkatkan frekuensi nafas, denyut nadi, hormone, tekanan darah, sistem pencernaan, dan tekanan darah. (Asiah et al., n.d.).

Stres adalah hal yang tidak dapat dihindarkan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk di Fakultas Farmasi, di mana seseorang mengejar gelar dalam bidang farmasi. Stres mempengaruhi berat badan, baik kekurangan berat badan maupun kelebihan berat badan, jika berlangsung secara konsisten dan dalam jangka waktu yang lama. (Andriana & Prihantini, 2021).

Tekanan darah adalah tekanan dari aliran darah dalam pembuluh nadi (arteri) (Kowalski, 2010). Tekanan darah adalah suatu faktor sangat penting dalam sistem sirkulasi. Tidak semua tekanan darah berada dalam batas normal sehingga dapat mengakibatkan munculnya gangguan pada tekanan darah yang biasa dikenal dengan hipertensi (tekanan darah tinggi) dan hipotensi (tekanan darah rendah) (Fadlilah et al., 2020).

Untuk menentukan status gizi seseorang, indeks massa tubuh (IMT) dihitung dengan membandingkan berat badan dan tinggi badannya. Menurut Departemen Kesehatan Indonesia, status gizi diklasifikasikan sebagai kurus dengan IMT di bawah 17, normal di antara 17 dan

25, kegemukan di antara 25 dan 27, dan obesitas di atas 27. Dengan menilai status gizi seseorang, kita dapat mengetahui bagaimana stres berdampak pada kesehatan mereka. (Andriana & Prihantini, 2021).

Mahasiswa memiliki factor resiko yang tinggi untuk mengalami stres karena gaya hidup, tuntutan hidup, tuntutan akademis, social dan ekonomi yang menjadi sumber stress. Beberapa mahasiswa memiliki variable yang berbeda beda untuk mengurangi stressnya, contohnya; mengkonsumsi makanan tinggi lemak dan kalori (seperti coklat, matcha dan lain-lain,) dan penurunan nafsu makan. hal ini juga dapat memicu kenaikan tekanan darah, penurunan atau kenaikan berat badan.

Berdasarkan hal tersebut diatas peneliti ingin meneliti bagaimana Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah Dan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa Prodi Farmasi Universitas Prima Medan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini adalah penulis ingin mengetahui bagaimana hubungan Stres terhadap Tekanan Darah Dan Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswa Prodi Farmasi Universitas Prima medan.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Studi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Stres, Tekanan Darah, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa Prodi Farmasi di Universitas Prima Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan stres akademik terhadap tekanan darah dan Indeks massa tubuh.
2. Mengetahui penyebab stres akademik yang menjadi faktor utama meningkatnya tekanan darah dan indeks massa tubuh

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Meningkatkan informasi terkait hubungan stres akademik terhadap tekanan darah dan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada mahasiswa prodi farmasi Universitas Prima Indonesia.

2. Studi ini diharapkan dapat dipakai sebagai sarana informasi untuk melatih cara berpikir peneliti yang akan melakukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan stres terhadap tekanan darah dan IMT.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Mengetahui hubungan stres terhadap tekanan darah berdasarkan IMT dibuktikan dengan melakukan kuesioner dan mengukur tekanan darah, dan menghitung Indeks massa tubuh.

2. Diharapkan hasil yang diperoleh didalam penelitian ini dapat menjadi bahan untuk memberikan edukasi kepada Mahasiswa yang mengalami stress

1.4.3. Manfaat bagi peneliti

Meningkatkan pandangan dan pengetahuan bagi peneliti mengenai hubungan stress terhadap tekanan darah dan indeks massa tubuh pada mahasiswa prodi farmasi universitas prima medan.