

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Individu dengan obesitas tidak puas dengan penampilan fisiknya, merasa rendah diri dan cenderung menyalahkan diri sendiri. Pertentangan dalam diri tersebut lama kelamaan dapat mengacu pada gejala depresi.¹ Depresi dan obesitas saling memengaruhi satu sama lain. Studi membuktikan bahwa 80% kasus obesitas berkontribusi pada depresi.² Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin meneliti adakah hubungan antara obesitas dengan depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran.

Obesitas adalah peningkatan berat badan melampaui batas kebutuhan fisik dan skeletal akibat penimbunan lemak tubuh yang berlebihan.³ Faktor yang memengaruhi kelebihan berat badan adalah hereditas, leptin, *set point*, metabolisme, faktor-faktor lingkungan, dan jenis kelamin.⁴ Kurangnya pengetahuan tentang perilaku makan dan perilaku hidup serta aktivitas fisik yang rendah juga merupakan faktor kelebihan berat badan.⁵ Obesitas mulai menjadi masalah kesehatan seluruh dunia, bahkan *World Health Organization* (WHO) sebagai organisasi kesehatan dunia telah menyatakan bahwa obesitas merupakan masalah *epidemic* global. Obesitas menjadi penyebab meningkatnya angka kesakitan dan kematian akibat penyakit hipertensi, dislipidemia, diabetes melitus tipe 2, penyakit jantung koroner, stroke, penyakit kandung empedu, *osteoarthritis*, karsinoma endometrium, payudara, usus besar, prostat dan gangguan psikiatri.⁶

Obesitas dapat mengurangi rasa percaya diri dan menyebabkan masalah-masalah emosional.⁷ Ini terkait dengan *body image* seseorang, yaitu penilaian terhadap tubuh sendiri menyangkut bentuk, ukuran, dan penampilan umum. Ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya dapat menyebabkan individu mempunyai harga diri yang rendah atau bahkan depresi, kecemasan sosial dan menarik diri dari situasi sosial.⁸

Depresi merupakan gangguan suasana perasaan (*mood*) yang berkaitan dengan alam perasaan yang sedih dan gejala penyertanya, termasuk perubahan pola tidur

dan nafsu makan, psikomotor, konsentrasi, kelelahan, rasa putus asa dan tak berdaya, serta gagasan bunuh diri.² Depresi merupakan salah satu bentuk dari gangguan mental emosional dan telah menjadi penyakit yang banyak muncul di seluruh dunia.⁹

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, di Indonesia prevalensi gangguan mental emosional seperti kecemasan dan depresi pada dewasa (termasuk dewasa muda) berjumlah kurang lebih 1.740.000 orang.¹⁰ Pada tahun 2016, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan terdapat 350 juta orang menderita depresi di seluruh dunia.⁹ Mahasiswa kedokteran mengalami insiden yang lebih tinggi pada personal *distress*, yang berimplikasi kepada performa akademik, kompetensi, profesionalitas dan kesehatan. Tujuan pendidikan kedokteran salah satunya adalah mendidik lulusan yang turut mempromosikan kesehatan, tetapi beberapa studi menemukan bahwa kesehatan mental mahasiswa memburuk selama proses pendidikan.¹¹ Mahasiswa paling banyak mengalami gejala depresi sejak awal kuliah dengan berbagai penyebab, seperti masalah akademik, kesendirian, masalah ekonomi dan sulit membangun hubungan. Tingginya gejala depresi pada tahun pertama disebabkan oleh perubahan lingkungan belajar yang baru, jadwal yang padat dan *homesickness* karena banyak mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua. Gejala depresi pada tahun berikutnya mengalami penurunan karena mahasiswa sudah mengembangkan mekanisme adaptasi dan coping terhadap lingkungan belajar dan perkuliahan baru.¹² Dengan begitu, peneliti bertujuan untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara obesitas dengan depresi menggunakan *Beck Depression Inventory* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran

1.3. Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran

1.3.2 Tujuan Khusus

- a) Mengetahui gambaran depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran dengan menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory-II*
- b) Mengetahui gambaran obesitas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.

1.4. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1. Manfaat Praktis

Memberikan informasi mengenai hubungan antara obesitas dengan tingkat depresi menggunakan *Beck Depression Inventory* pada mahasiswa Universitas Kristen Maranatha tahun pertama angkatan 2017.

1.4.2. Manfaat Akademis

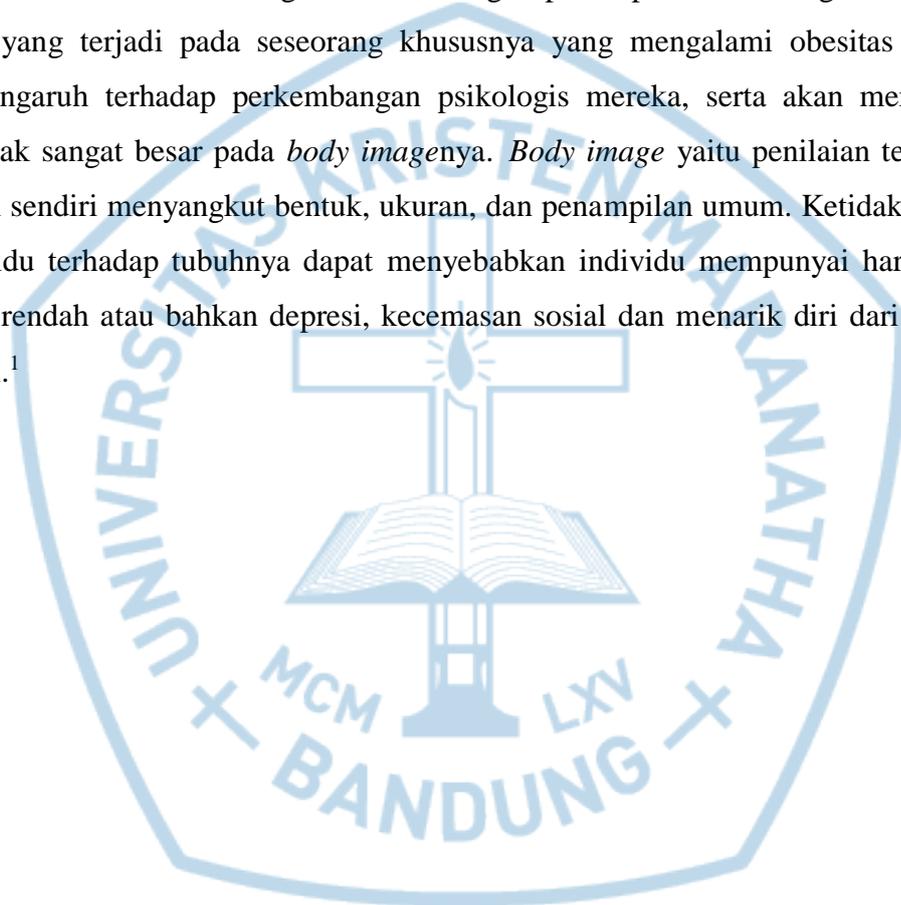
Bermanfaat bagi tenaga pengajar supaya lebih mengetahui obesitas dan dampaknya terutama depresi pada mahasiswa agar dapat ditindaklanjuti.

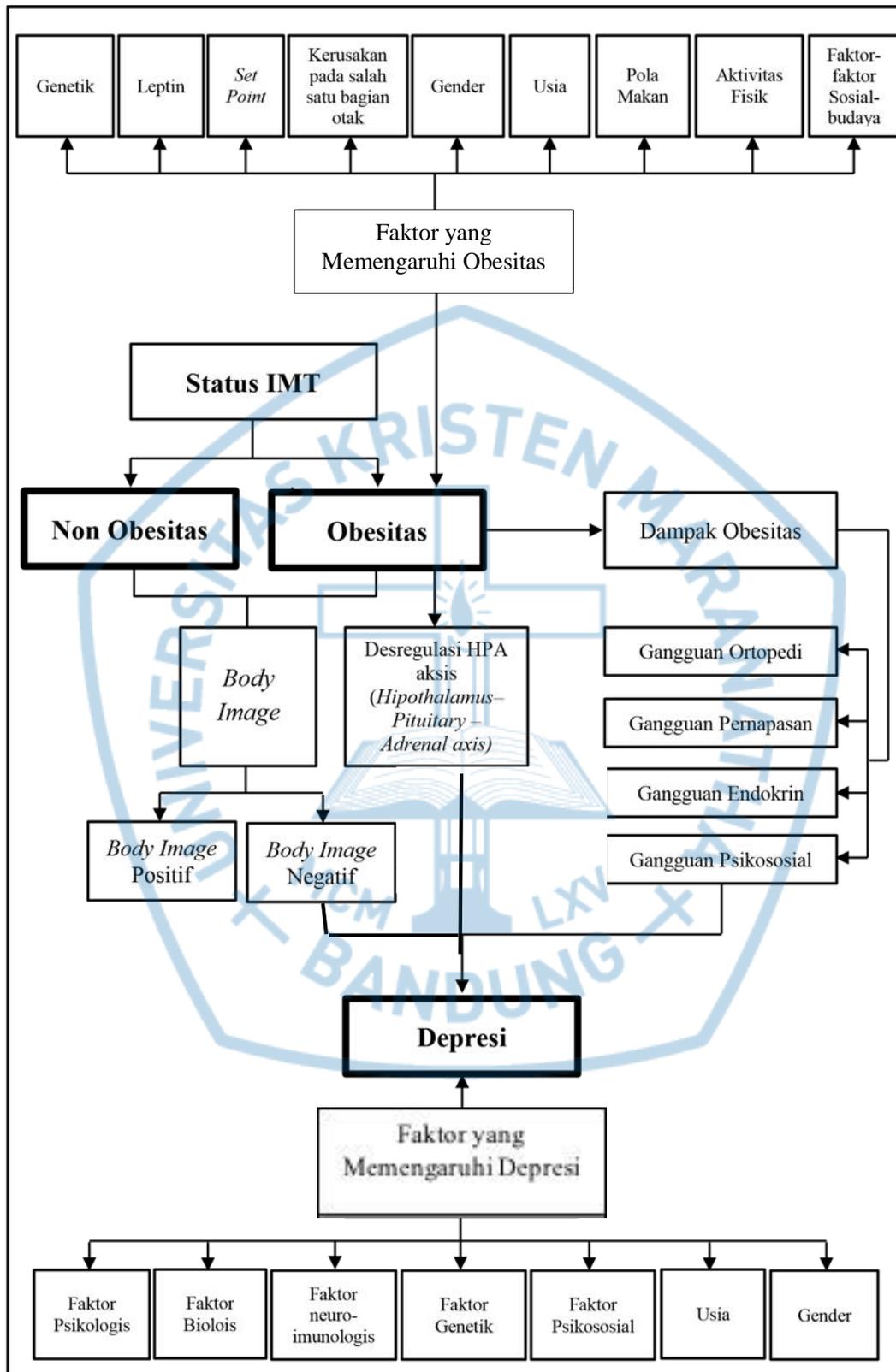
1.5. Kerangka Pemikiran dan Hipotesis

1.5.1. Kerangka Pemikiran

Depresi terjadi karena adanya stresor pada seseorang yang tidak dapat diatasi. Terutama pada mahasiswa fakultas kedokteran ada beberapa permasalahan yang sering terjadi sehingga dapat menyebabkan terjadinya depresi. Obesitas dapat berkontribusi menuju depresi dengan memengaruhi kesehatan, bentuk tubuh, penurunan fungsi tubuh, penurunan kualitas hidup dan aktivitas fisik, dan menambah stigma. Faktor yang mempengaruhi hubungan antara obesitas dan depresi adalah jenis kelamin, umur, status sosioekonomi, dan tingkat keparahan obesitas.⁹ Penjelasan secara biologis hubungan antara obesitas dan depresi sangat kompleks dan tidak dapat dijabarkan secara detail. Hubungan antara hipotalamus –

hipofisis – adrenal (*Hipothalamus – Pituitary – Adrenal axis*) mempunyai peran penting dalam hubungan obesitas dan depresi, karena obesitas memengaruhi disregulasi HPA-aksis (*Hipothalamus – Pituitary – Adrenal axis*) dan disregulasi HPA-aksis (*Hipothalamus – Pituitary – Adrenal axis*) turut berpengaruh dalam depresi. Obesitas meningkatkan risiko diabetes melitus dan resistensi insulin, yang dapat menginduksi alterasi pada otak, dan meningkatkan risiko depresi. Dilihat dari segi estetika obesitas sering dikaitkan dengan penampilan seseorang. Perubahan fisik yang terjadi pada seseorang khususnya yang mengalami obesitas sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikologis mereka, serta akan membawa dampak sangat besar pada *body imagenya*. *Body image* yaitu penilaian terhadap tubuh sendiri menyangkut bentuk, ukuran, dan penampilan umum. Ketidakpuasan individu terhadap tubuhnya dapat menyebabkan individu mempunyai harga diri yang rendah atau bahkan depresi, kecemasan sosial dan menarik diri dari situasi sosial.¹





Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran

1.5.2. Hipotesis Penelitian

Terdapat hubungan antara obesitas dengan depresi menggunakan *Beck Depression Inventory-II* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha tahun pertama angkatan 2017.

1.6. Lokasi dan Waktu

1.6.1. Lokasi Penelitian

Universitas Kristen Maranatha

1.6.2. Waktu Penelitian

Juli - September 2018

