

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap orang melewati masa remaja, yang terjadi antara usia 12 hingga 20 tahun dan merupakan tahap perkembangan yang terjadi setelah masa kanak-kanak dan menuju ke masa dewasa. Remaja mengalami perubahan besar yang berdampak pada semua aspek perkembangannya, meliputi fisik, kognitif, sosial, dan karakter atau kepribadian (Haidar & Apsari, 2020).

Menurut (BPS, 2019), memperkirakan akan ada 64,92 juta anak muda yang tinggal di Indonesia pada tahun 2021. Proporsi anak muda di Indonesia telah turun hampir dua poin antara tahun 2011 dan 2021. 39,80% anak muda berusia antara 19 dan 24. 39,33% pemuda antara usia 25 dan 30. Pemuda antara usia 16 dan 18 mencapai 20,87%. Laki-laki merupakan 50,91 persen dari kaum muda secara keseluruhan. Persentase remaja perempuan adalah 49,51%, maka persentase ini lebih tinggi.

Menurut Anxiety and Depression Association of America (ADAA) mengklaim bahwa kecemasan adalah emosi alami yang dapat berfungsi sebagai tanda peringatan untuk situasi yang berpotensi berbahaya dalam hidup. Namun, kecemasan dapat mengganggu tugas sehari-hari dan disebut mengalami gangguan kecemasan bila berlangsung terus-menerus, tidak logis, dan semakin parah (ADAA, 2010). Dengan frekuensi seumur hidup 16%–29%, gangguan kecemasan adalah salah satu penyakit mental yang lebih umum (Kurniawan, 2020).

Menurut Degan (2016) gangguan kecemasan adalah gangguan diagnostik klinis yang paling banyak diderita remaja. Dalam kehidupan seseorang, masa remaja berfungsi sebagai masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Pergeseran multifaset ini memerlukan metamorfosis yang stabil dari seorang individu dari seorang anak menjadi dewasa (Geldard, K., dan Geldard, 2011).

Kecemasan sering terjadi pada anak remaja terutama pada mahasiswa dikarenakan pada mahasiswa cenderung memiliki aktivitas yang padat yang dapat memicu terjadinya kecemasan. Kecemasan akademik yang terjadi pada mahasiswa

disebabkan adanya perasaan takut dan khawatir akan situasi tertentu. Kecemasan ini membuat mahasiswa mengalami kegelisahan atas hasil yang diperoleh dan segala sesuatu hal buruk terhadap kinerja atau tugas yang telah dilakukannya (Kaplan & Sadock, 2017).

Remaja sering mengalami gangguan kecemasan, yang merupakan masalah psikologis. Kecemasan adalah reaksi fisiologis otak terhadap bahaya, rangsangan yang ingin dihindari setiap orang. Menurut penelitian sebelumnya, gejala kecemasan lebih banyak terjadi pada siswa perempuan (18,5%) dibandingkan siswa laki-laki (10,4%). Biasanya, penyedia layanan kesehatan tidak mendiagnosis masalah kecemasan. Masa remaja adalah masa ketika gangguan kecemasan, dengan tingkat keparahan mulai dari ringan hingga berat, lebih cenderung bermanifestasi sebagai gejala dan sindrom (Sawyer SM, Azzopardi PS, Wickremarathne D, 2018).

Karena kecemasan sering mengakibatkan ketidakpastian dan persepsi yang menyimpang, hal itu mempengaruhi seberapa baik siswa belajar. Distorsi ini dapat menghambat pembelajaran dengan merusak ingatan, mengurangi rentang perhatian, dan mengganggu kemampuan untuk membuat hubungan antar gagasan.

Masa remaja adalah tahap kehidupan yang terjadi antara usia 10 dan 20 tahun dan mencakup aspek pertumbuhan biologis, perubahan peran sosial, dan pola perkembangan yang sangat bervariasi dari waktu ke waktu dan tempat (Sawyer SM, Azzopardi PS, Wickremarathne D, 2018) Itu berlangsung dari masa kanak-kanak hingga dewasa.

Indeks massa tubuh adalah teknik penilaian statistik yang mengevaluasi dan memperkirakan lemak tubuh pada pria dan wanita dari berbagai usia dengan memperhitungkan tinggi dan berat badan mereka. Indeks massa tubuh ditentukan dengan membagi berat badan seseorang dengan tinggi badan (Weir and Jan, 2019).

Beberapa hal mempengaruhi indeks massa tubuh. Berat dan tinggi badan adalah penentu utama. Indeks massa tubuh dipengaruhi oleh sejumlah elemen, termasuk kecemasan atau faktor umum, selain berat dan tinggi badan. Aktivitas fisik seseorang, jenis kelamin, jenis pekerjaan, status perkawinan, tingkat pendidikan, kebiasaan makan, dan penyakit penyerta termasuk diabetes, hipertensi, penyakit jantung, kanker, dan lain-lain dapat dianggap sebagai pengaruh lingkungan (Andriana et al 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 keperawatan di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 keperawatan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengkaji apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 keperawatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik subjek penelitian.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan mahasiswa.
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi Indeks Massa Tubuh mahasiswa.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Penulis

- a. Menambah wawasan mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan Indeks Massa tubuh pada mahasiswa tingkat akhir
- b. Untuk mengkaji hubungan tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 keperawatan
- c. Untuk melengkapi salah satu syarat kelulusan pada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Mendapatkan wawasan mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 keperawatan

I.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

- a. Menambah wawasan kepada masyarakat umum atau pun tenaga kesehatan tentang hubungan tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh pada mahasiswa S1 keperawatan
- b. Memberi edukasi kepada mahasiswa tentang hubungan antara tingkat kecemasan dengan Indeks Massa Tubuh.