

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres menjadi respon tubuh pada segala tuntutan atau tekanan yang harus dihadapi. Stres yang berkepanjangan dapat memicu berbagai masalah kesehatan, termasuk masalah rambut. Sejak dulu sudah banyak peneliti yang meneliti hubungan antara stres dengan kerontokan rambut, karena stres adalah masalah umum dan faktor penyebab yang terkenal dalam gangguan pertumbuhan rambut dan rambut rontok.¹ WHO telah melakukan beberapa studi dan penelitian terkait hubungan antara stres dan masalah kerontokan rambut. Hasil menunjukkan bahwa stres dapat menyebabkan perubahan dalam sistem hormonal dan sistem kekebalan, yang dapat memicu terjadinya kerontokan rambut.²

Hubungan antara stres psikoemosional dan rambut rontok dapat didasarkan pada beberapa interaksi. Stres dapat muncul sebagai masalah sekunder, dimana peningkatan tingkat stres dapat memicu atau memperburuk kerontokan rambut, stres berperan besar dalam terulangnya serangan rambut rontok. Perubahan penampilan yang disebabkan oleh rambut rontok yang semakin banyak sering kali membuat individu merasa tidak nyaman, malu, memicu kecemasan, depresi dan stres yang berkelanjutan. Hal ini mungkin disebabkan oleh lingkaran setan sebab-akibat yang muncul antara stres sebagai respons dan rambut rontok.³ Dengan demikian, stres dapat bertindak sebagai pemicu utama, atau menjadi respon terhadap kerontokan.⁴

Mahasiswa kedokteran menjadi salah satu populasi yang rentan mengalami stres tinggi. Tuntutan akademik yang berat, jadwal padat, dan tekanan untuk berprestasi dapat menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dari mahasiswa di program studi lain. Secara fisiologis, stres menjadikan produksi hormon kortisol terjadi peningkatan, yang dapat mengganggu siklus pertumbuhan rambut. Peningkatan kortisol dapat menyebabkan lebih banyak rambut beralih ke fase telogen dari pada anagen, sehingga meningkatkan kerontokan rambut. Stres yang berkepanjangan di kalangan mahasiswa kedokteran

berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental, termasuk masalah kerontokan rambut.⁵

Berdasarkan penelitian Manodhiya Hansini Perera dkk tahun 2021 di Amerika mengatakan stres dan usia memainkan peran penting dalam menentukan kerontokan rambut pada kedua jenis kelamin pada mahasiswa kedokteran, tetapi stres lebih dominan pada wanita, dalam penelitiannya menemukan bahwa secara global pada semua peserta mempunyai keluhan rambut rontok karena tingkat stres yang sangat tinggi selama masa studi mereka. Salah satunya stres emosional berupa stres yang dialami siswa karena ujian, sehingga para peneliti membuktikan bahwa stres dapat menyebabkan berbagai penyakit yakni salah satunya rambut rontok.⁶

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, sekitar 9,8% dari total populasi di Indonesia mengalami stres dan gangguan kesehatan mental lainnya. Kelompok usia paling rentan adalah mereka yang berada dalam rentan usia 18-35 tahun, termasuk mahasiswa. Selain berdampak pada penampilan fisik, kerontokan rambut yang disebabkan oleh stres juga dapat menimbulkan masalah psikologis, seperti penurunan rasa percaya diri dan citra diri. Hal ini dapat mengganggu kualitas hidup dan produktivitas individu, terutama di kalangan usia produktif. Berdasarkan penelitian Wizar Putri Mellaratna dkk tahun 2023 mengatakan bahwa stres psikologis berperan pada peningkatan kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran.³

Peneliti belum banyak menemukan jurnal yang membahas mengenai tingkat stres dengan kerontokan rambut di Indonesia, terutama di wilayah Provinsi Jambi. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang yang telah disampaikan, rumusan masalah yang muncul dan yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

“Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik subjek pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi berdasarkan usia dan jenis kelamin.
2. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi.
3. Untuk mengetahui tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi.
4. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana bagi peneliti untuk penambahan wawasan dan berpikir kritis mengenai hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran FKIK UNJA.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan memberi ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kerontokan rambut pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Jambi, dan sebagai referensi peneliti selanjutnya berdasarkan perkembangan ilmu pengetahuan.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi, menambah pengetahuan serta bermanfaat bagi masyarakat dan mahasiswa dalam mengetahui korelasi tingkat stres dengan kerontokan rambut, sehingga bisa mengatasi secara baik.