

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN DENGAN
KEJADIAN GASTRITIS DIRUANG RAWAT INAP
RSUD NENE MALLOMO KABUPATEN SIDRAP**

Rostini Mappagerang¹, Hasnah²

^{1,2}*Program Studi Profesi Ners STIKES Muhammadiyah Sidrap*

Alamat Korespondensi: rostini.tini@yahoo.com

ABSTRAK

Gastritis adalah peradangan lokal atau menyerang pada mukosa lambung yang berkembang bila mekanisme protektif mukosa dipenuhi bakteri atau bahan iritan lain. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kejadian gastritis diruang rawat inap Rsud Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. Penelitian ini yaitu *Deskriptif Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. sampel dalam penelitian ini adalah semua pasien yang terdiagnosis gastritis di ruang rawat inap Rumah sakit Nene Mallomo dengan jumlah populasi 225 pasien dan Teknik sampling yang digunakan adalah *Porpusive sampling* yaitu sebanyak 30 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan pertanyaan sesuai kuesioner pada responden untuk diisi. Setelah data terkumpul selanjutnya data diolah, diedit dan ditabulsi, kemudian data tersebut dianalisis dengan menggunakan Uji statistik SPSS 16,0 dengan tingkat kemaknaan $p < (\alpha) = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian gastritis dengan nilai $p = 0,035 < 0,05 (\alpha)$ dan pola makan memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian gastritis dengan nilai $p = 0,058 < 0,05 (\alpha)$. Dapat disimpulkan bahwa tingkat stres dan pola makan berhubungan dengan kejadian gastritis, dan disarankan kepada penderita gastritis untuk dapat mengontrol keadaan mental atau psikologis tubuh dalam menangani kejadian stres sehingga tidak memicu terjadinya peningkatan asam lambung dan dapat mengatur pola makannya, baik waktu, jenis dan porsi makan sehingga tidak memicu terjadinya gastritis.

Kata Kunci : *Stres, Pola Makan, Kejadian Gastritis*

PENDAHULUAN

Saluran pencernaan yang paling sering ditemukan. Gastritis dapat bersifat akut yang datang mendadak dalam beberapa jam atau beberapa hari dan dapat juga bersifat kronis sampai berbulan-bulan atau bertahun-tahun. Gastritis merupakan inflamasi pada mukosa lambung yang disertai kerusakan atau erosi pada mukosa (Srimulyanti & Diyono, 2013).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2012) mengadakan tinjauan terhadap beberapa negara dunia dan mendapatkan hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%,

dan Prancis 29,5%. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya.

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Didapatkan data bahwa di kota Surabaya angka kejadian Gastritis sebesar 31,2%, Denpasar 46%, sedangkan di Jawa Tengah angka kejadian infeksi cukup tinggi sebesar 79,6% (Kemenkes, 2013). Sedangkan data dari Sulawesi Selatan, penyakit gastritis termasuk kedalam sepuluh besar penyakit rawat inap di Rumah Sakit Tingkat Provinsi Sulawesi

Selatan dengan jumlah pasien yang keluar karena meninggal sebanyak 1,45% dari jumlah pasien yang dirawat (Dinkes Sulsel, 2011).

Berdasarkan data Rekam Medik RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap, data pasien di wilayah kerja RSUD Nene Mallomo pada tahun 2014 terdapat sebanyak 234 pasien gastritis dan terjadi peningkatan di tahun 2015 yaitu sebanyak 410 pasien gastritis, kemudian di tahun berikutnya yaitu tahun 2016 terjadi penurunan yaitu sebanyak 225 pasien, adapun data tahun 2017 pada bulan januari sampai februari yaitu sebanyak 40 pasien gastritis (Data Rekam Medis RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap, 2017).

Dari angka kejadian penyakit gastritis disebabkan berbagai faktor yaitu, iritasi lambung oleh *Helicobacter pylori*, obat-obatan, alkohol, merokok, faktor stres atau tekanan emosional yang berlebihan pada seseorang dan pola makan yang tidak sesuai. Stres dapat menyebabkan gastritis karena pada saat anda mengalami stres maka akan terjadi perubahan hormonal dalam tubuh. Perubahan itulah yang dapat merangsang sel-sel di dalam lambung memproduksi asam secara berlebihan. Asam yang berlebihan menimbulkan perih, nyeri, dan kembung. Apabila hal tersebut terjadi pada jangka waktu yang lama, dapat menyebabkan luka pada dinding lambung (Chasanah, 2010).

Selain tingkat stres, pola makan juga mempengaruhi kejadian penyakit gastritis karena pola makan yang tidak sesuai baik frekuensi, makan tidak teratur atau tidak makan apapun dalam waktu relative lama, akibatnya, kadar asam lambung terkikis hingga menimbulkan semacam tukak. Jika pengikisan sudah terjadi, gastritis pun akan semakin bereziko gejala penyakit

yang muncul tidak lagi sekedar mual, muntah atau sakit perut, tetapi juga meningkat hingga feses yang berdarah (Sopyan, 2015).

Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kejadian gastritis diruang rawat inap Rsud Nene Mallomo Kabupaten Sidrap.

BAHAN DAN METODE

Lokasi dan Desain Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan diruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. Jenis penelitian yang digunakan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *deskriptif analitik* yang menggunakan pendekatan *Cross sectional* yang merupakan pengukuran pada tiap-tiap variabel, baik variabel independen (Tingkat Stres dan Pola Makan) dan variabel dependen (Kejadian Gastritis) yang dilakukan secara bersamaan dengan waktu yang sama (Nursalam, 2012).

Populasi dan sample

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang menderita penyakit gastritis yang ada di ruang rawat inap Rumah Sakit Nene Mallomo Kabupaten Sidrap tahun 2017. Jenis sampel yang digunakan adalah Purposive Sampling yaitu 30 responden.

Analisa dan penyajian data

Analisis univariat adalah analisis yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel diteliti. Analisis uji univariat ini akan mendeskripsikan tentang karakteristik responden seperti jenis kelamin, umur, pendidikan hingga pekerjaan responden

Analisis bivariat adalah analisis untuk menguji pengaruh perbedaan antara dua variabel. Uji ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel devendent yaitu hubungan antara tingkat stress dan pola makan dengan kejadian gastritis dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan karakteristik responden

Karakteristik responden	n	%
Umur		
17-25 tahun	4	13,3
26-35 tahun	9	30,0
36-45 tahun	7	23,3
46-55 tahun	2	6,7
56-65 tahun	4	13,3
>65 tahun	4	13,3
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	10	33,3
Perempuan	20	66,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 jumlah responden, responden yang memiliki umur 17 tahun sampai 25 tahun berjumlah 4 orang (13,3%), umur 26 tahun sampai 35 tahun berjumlah 9 orang (30,0%), umur 36 tahun sampai 45 tahun berjumlah 7 orang (23,3%), umur 46 tahun sampai 55 tahun berjumlah 2 orang (6,7%), umur 56 tahun sampai 65 tahun berjumlah 4 orang (13,3%), dan yang memiliki umur 65 tahun ke atas berjumlah 4 orang (13,3%).

Sedangkan untuk distribusi jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 30 jumlah responden dalam penelitian ini laki-laki sebanyak 10 orang dengan presentase 33,3% dan perempuan 20 orang dengan presentase 66,7%.

Tabel 2.
Distribusi Responden Berdasarkan variabel yang diteliti

Tingkat stress	n	%
Normal	2	6,7
Ringan	9	30,0
Sedang	16	53,3
Berat	2	6,7
Sangat berat	1	3,3
Pola makan		
Baik	16	53,3
Perempuan	14	46,7
Kejadian gastritis		
Akut	17	56,7
Kronik	13	43,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa 30 responden yang memiliki tingkat Stres Normal berjumlah 2 orang (6,7%), yang memiliki tingkat stress Ringan berjumlah 9 orang (30,3%), yang memiliki tingkat stress Sedang berjumlah 16 orang (53,3%), yang tingkat stres Berat berjumlah 2 orang (6,7%), sedangkan yang memiliki tingkat stress Sangat Berat berjumlah 1 orang (3,3%).

Sedangkan untuk distribusi pola makan menunjukkan 30 responden yang memiliki pola makan yang Baik berjumlah 16 orang dengan presense 53,3 %, sedangkan responden yang memiliki pola makan yang Kurang berjumlah 14 orang dengan presentase 46,7 %.

Sedangkan distribusi untuk kejadian gastritis menunjukkan bahwa dari 30 responden yang diteliti yang memiliki kejadian gastritis Akut sebanyak 17 orang dengan presentase 56,7%, dan yang memiliki kejadian gastritis Kronik sebanyak 13 orang dengan presentase 43,3%.

Tabel 3. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis

Tingkat stres	Kejadian gastritis				total	
	akut		Kronik		N	%
	n	%	n	%		
Normal	2	6,7	0	0,00	2	6,7
Ringan	8	26,7	1	3,3	9	30,0
Sedang	7	23,3	9	30,0	16	53,3
Berat	0	0,00	2	6,7	2	6,7
Sangat berat	0	0,00	1	3,3	1	3,3
Total	17	56,7	13	43,3	30	100

P=0,035

Berdasarkan tabel 3. diperoleh data bahwa hasil penelitian dari 30 responden menunjukkan bahwa yang memiliki tingkat stres Normal dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 2 orang dengan perentase (6,7%), Kronis yaitu 0 orang (0%), yang memiliki tingkat stres Ringan dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 8 orang (26,6%), Kronis berjumlah 1 orang (3,3%), yang memiliki tingkat stres Sedang dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 7 orang (23,3%), kejadian gastritis Kronis berjumlah 9 orang (30,0%), yang memiliki tingkat Stres Berat dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 0 orang (0%), yang Kronis berjumlah 2 orang (6,7%), yang memiliki tingkat stres Sangat berat dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 0 orang (0%), dan yang Kronis berjumlah 1 orang (3,3%).

Dari hasil uji pearson *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,035$. Oleh karena $p 0,035 < 0,05 (\alpha)$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis di ruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap.

Tabel 4. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Ruang Rawat Inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap

Pola makan	Kejadian gastritis				Total	
	Akut		Kronis		n	%
	n	%	n	%		
Baik	6	20,0	10	33,3	16	53,3
Kurang	11	36,7	3	10,0	14	46,7
Total	17	56,7	13	43,3	30	100

$P=0,058$

Berdasarkan tabel 4 diperoleh data bahwa hasil penelitian dari 30 responden menunjukkan bahwa yang memiliki Pola makan yang Baik dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 6 orang dengan presentase 20,0%, yang pola makan dengan kejadian gastritis Kronis berjumlah 10 orang dengan presentase 33,3%, yang memiliki pola makan yang Kurang dengan kejadian gastritis Akut berjumlah 11 orang dengan presentase 36,7%, dan yang memiliki pola makan Kurang dengan kejadian gastritis Kronis berjumlah 3 orang dengan presentase 10,0%.

Dari hasil uji *Continuity Correction* didapatkan nilai $p=0,058$. Oleh karena $p 0,058 < 0,05 (\alpha)$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada hubungan yang signifikan antara Pola makan dengan kejadian gastritis di ruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap.

PEMBAHASAN

1. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis

Dari hasil uji pearson *Chi Square* antara variabel tingkat stres dengan kejadian gastritis diperoleh nilai $p=0,035$. Oleh karena $p 0,035 < 0,05 (\alpha)$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya

ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis.

Bila tubuh mengalami stres, maka akan terjadi perubahan psikologik di dalam tubuh sebagai suatu jawaban atas stres, dari hasil penelitian diperoleh mayoritas responden yang terdiagnosis gastritis sebelumnya mengalami stres. Stres lebih banyak diakibatkan oleh ketidakmampuan responden menghadapi beban pekerjaan yang berat dan besarnya tekanan hidup yang dialami, sehingga sistem didalam tubuh mengadakan respon melalui sistem syaraf otonom yang selanjutnya akan mempengaruhi fungsi organ-organ tubuh, salah satunya adalah organ pencernaan.

Stres menyebabkan perubahan hormonal sedemikian rupa di dalam tubuh kita yang selanjutnya akan merangsang sel-sel di dalam lambung memproduksi asam dalam jumlah berlebihan. asam yang berlebihan ini menyebabkan lambung terasa nyeri, perih dan kembung yang lama kelamaan dapat menyebabkan gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wardah (2013) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis di puskesmas Lancirang, diketahui bahwa dari 30 responden yang berpengaruh stres dengan kejadian gastritis berjumlah 21 orang (70%) dan yang tidak berpengaruh stres dengan kejadian gastritis berjumlah 9 orang (30,0%) dengan total responden 30 orang (100%). Berdasarkan uji pearson chy square diperoleh nilai $p = 0,032 < \alpha (0,05)$ dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada hubungan antara stres dengan kejadian gastritis.

2. Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis

Dari hasil uji *Continuity Correction* didapatkan nilai $p=0,058$. Oleh karena $p 0,058 < 0,05 (\alpha)$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang artinya ada hubungan yang signifikan antara Pola makan dengan kejadian gastritis di ruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap Tahun 2017.

Menurut penelitian hal ini dikarenakan orang yang memiliki kesibukan kerja dan tidak memperhatikan pola makannya sehingga mudah terserang penyakit gastritis. Pada saat lambung dalam keadaan kosong maka asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung, sehingga timbul rasa nyeri.

Pola makan sangat berpengaruh terhadap kesehatan alat pencernaan kita. Makanan sering kali menimbulkan masalah bagi kesehatan, terutama kesehatan pencernaan misalnya, waktu makan yang tidak teratur bisa menyebabkan gangguan pada lambung, menu makanan yang tidak seimbang dapat mempengaruhi buang air besar (Chasanah, 2010).

Menurut fitri (2013) gastritis terjadi akibat makan tidak teratur atau tidak makan apapun dalam waktu relative lama, akibatnya kadar asam lambung meningkat sehingga permukaan lambung terkikis hingga menimbulkan semacam tukak. Jika pengikisan sudah terjadi, gastritis pun akan semakin bereziko. Gejala penyakit yang tidak muncul tidak lagi sekedar mual, muntah atau sakit perut, tetapi juga meningkat hingga feses yang berdarah (Sopyan, 2015).

Hal ini sejalan dengan teori Megawati, Nosi (2014) dalam jurnal berjudul beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada pasien yang di rawat di Rumah

Sakit Labuang baji Makassar. Dengan hasil uji statistik yaitu diperoleh data $p = 0,024 < \alpha 005$ yang artinya ada pengaruh antara pola makan dengan kejadian gastritis. Salah satu penyebab utama meningkatnya asam lambung adalah pola makan yang tidak teratur. Makanan atau minuman yang dikonsumsi dan masuk kedalam lambung berfungsi mengurangi kepekatan asam lambung sehingga tidak sampai menggerogoti lambung. Perubahan pola makan meliputi tidak teraturnya waktu makan, frekuensi makan, jenis makanan dan porsi makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi kekambuhan gastritis.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada pasien Gastritis di RSUD Nene Mallomo tentang Hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kejadian gastritis di ruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. Dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis diruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap Tahun 2017 di dapatkan nilai $p=0,035 < 0,05$ (α). Ada hubungan yang signifikan antara Pola makan dengan kejadian gastritis di ruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap Tahun 2017 di dapatkan nilai $p 0,058 < 0,05$ (α).

SARAN

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dan merupakan salah satu bahan bacaan bagi peneliti selanjutnya. Mengingat keterbatasan penelitian, maka pada

penelitian berikutnya lebih mengembangkan penelitian ini dengan memperhatikan agar penelitian tersebut dapat dilakukan dalam skala besar yaitu dengan jumlah variabel yang besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Chasana Risdiyani. (2010). *Pengobatan dan pencegahan penyakit pencernaan*. Jakarta Selatan: PT.Sunda Kelapa Pustaka.
- Diyono & Srimulyanti. (2013). *Keperawatan medikal bedah Sistem pencernaan edisi pertama*. Jakarta: Kencana.
- Data Rekam Medik Rumah Sakit Nene Mallomo Kabupaten Sidrap 2017.
- Dinkes Sul-Sel. (2011). *Propil Kesehatan Sulawesi Selatan: jurnal-4-pa-tri-2.pdf*.
- Data World Health Organization (WHO).2012. *Jurnal Kesehatan & Keperawatan Vol.4 No 1: Http.eprints.ung.ac.id*.
- Megawati.A & Nosi.H.(2014). *Beberapa faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada pasien yang dirawat di RSUD Labuang Baji : Jurnal Ilmiah Kesehatan diagnosis Vol.4 No.6*.
- Ode La Sarif. (2012). *Asuhan keperawatann gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sopyan.(2015). *Faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit gastritis pada mahasiswa S1.Keperawatan Stikes Muhammadiyah Sidrap kelas Lasusua*. Sidrap: skripsi