

PENELITIAN

HUBUNGAN FAKTOR STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA POLTEKKES KEMENKES TANJUNG KARANG

Anita Puri, *, Suyanto, **

Gastritis adalah proses inflamasi pada mukosa dan submukosa lambung. Penyebabnya bisa karena penderita makan tidak teratur, terdapat *Helicobacter pylori*, obat-obatan, atau sebab lain misalnya beban pikiran yang berat yang menimbulkan stres. (Tjokronegoro,2001). Pada tahun 2010 dilakukan penelitian terhadap 1.645 responden di Medan, Jakarta, Surabaya dan Denpasar terungkap bahwa 60% responden menderita gastritis. Data penderita dikalangan mahasiswa dapat dilihat pada data laporan Klinik Terpadu Poltekkes Tanjungkarang tahun 2010 yang menyebutkan bahwa penyakit Gastritis yang dialami oleh mahasiswa masuk dalam 10 penyakit terbesar. Khususnya mahasiswa Jurusan Keperawatan 20 orang mengalami gastritis 13 orang diantaranya menderita gastritis disebabkan pola makan yang tidak teratur, 7 mengatakan disebabkan oleh stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara factor stres dan kejadian gastritis pada mahasiswa penghuni asrama Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Mahasiswa tingkat I dijadikan sebagai sampel sebanyak 71 orang karena memenuhi criteria. Sedagkan peneltian ini dirancang menggunakan desain korelasi dan dilakukan di asrama mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang. Hasil penelitian menyatakan bahwa p value > 0,05 sehingga hipotesis tidak ada hubungan antara faktor stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa penghuni asrama Jurusan Keperawatan Poltekkes Tanjungkarang diterima. Saran bagi Institusi yaitu: Meskipun dalam penelitian ini tidak terbukti stres berhubungan dengan gastritis tetapi secara teori berhubungan maka guna mencegah kejadian gastritis pada mahasiswa penghuni asrama kiranya perlu dikembangkan metode pembinaan di asrama yang tidak menimbulkan stres pada mahasiswa. Demikian halnya dengan peran pembimbing akademik kiranya perlu dioptimalkan dan dilaksanakan dengan sebaik baiknya. Sedangkan bagi peneliti lain kiranya dapat melanjutkan dengan meneliti faktor lain yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa seperti faktor pola makan, jenis makanan dan meneliti faktor ketepatan pilihan jurusan yang diinginkan mahasiswa.

Kata Kunci : Stres, Gastritis

LATAR BELAKANG

Gastritis yang kerap juga disebut radang lambung dapat menyerang setiap orang dengan segala usia. Ada sejumlah gejala yang biasa dirasakan penderita sakit gastritis seperti mual, perut terasa nyeri, perih (kembung dan sesak) pada bagian atas perut (ulu hati). Biasanya, nafsu makan menurun secara drastis, wajah pucat, suhu badan naik, keluar keringat dingin, dan sering bersendawa terutama dalam keadaan lapar.

Lesi mukosa akut berupa erosi dan perdarahan akibat faktor-faktor agresif atau akibat gangguan sirkulasi akut mukosa lambung, pada sebagian besar kasus merupakan penyakit yang ringan dan sembuh sempurna. Gastritis akut merupakan kelainan klinis akut yang jelas

penyebanya dengan tanda dan gejala yang khas, biasanya ditemukan sel inflamasi akut dan neutrofil (Price, 2005).

Salah satu bentuk gastritis akut yang manifestasi klinisnya dapat berbentuk penyakit yang berat adalah gastritis erosiva atau *gastritis haemorrhagic*, disebut gastritis *haemorrhagic* karena penyakit ini dijumpai perdarahan mukosa lambung dan terjadi erosi yang berarti hilangnya kontinuitas mukosa lambung pada beberapa tempat, menyertai infeksi pada mukosa lambung (Herlan,2001).

Bentuk terberat dari gastritis akut disebabkan oleh mencerna asam atau alkali kuat, yang dapat menyebabkan mukosa menjadi ganggren atau perforasi. Pembentukan jaringan parut dapat terjadi yang mengakibatkan obstruksi pylorus (Smeltzer & Bare, 2002).

Gastritis akut dapat disebabkan oleh beberapa hal :

- a. Iritasi yang disebabkan oleh obat-obatan, aspirin, obat antiinflamasi nonsteroid
- b. Adanya asam lambung dan pepsin yang berlebihan
- c. Dalam sebuah jurnal kedokteran, peneliti dari Universitas Leeds, mengungkapkan stres dapat mempengaruhi kebiasaan makan seseorang. Saat stres, orang cenderung makan lebih sedikit, stres juga menyebabkan perubahan hormonal dalam tubuh dan merangsang produksi asam lambung dalam jumlah berlebihan. Akibatnya, lambung terasa sakit, nyeri, mual, mulas, bahkan bisa luka (O'Connor, 2007).
- d. Waktu makan yang tidak teratur, sering terlambat makan, atau sering makan berlebihan.
- e. Menurut penelitian yang dilakukan Herlan pada tahun 2001 sekitar 20% faktor etiologi dari gastritis akut yaitu terlalu banyak makanan yang berbumbu pada orang yang sering meminum Alkohol dan bahan kimia lainnya yang dapat menyebabkan peradangan dan perlukaan pada lambung.
- f. Gangguan mikrosirkulasi mukosa lambung : trauma, luka bakar, sepsis.

Secara makroskopik, terdapat erosi mukosa dengan lokasi berbeda, jika disebabkan karena obat-obatan AINS, terutama ditemukan di daerah antrum, namun dapat juga menjalar. Sedangkan secara mikroskopik, terdapat erosi dengan regenerasi epitel dan ditemukan reaksi sel inflamasi Neutrofil yang minimal (Mansjoer, 2001).

Penyebab lain dari gastritis adalah karena pola makan yang tidak teratur, terdapat *Helicobacter pylori*, obat-obatan, atau sebab lain misalnya beban pikiran yang berat yang menimbulkan stres. (Tjokronegoro, 2001). Pada tahun 2010 dilakukan penelitian terhadap 1.645 responden di Medan, Jakarta, Surabaya

dan Denpasar terungkap bahwa 60% responden menderita gastritis.

Data penderita dikalangan mahasiswa dapat dilihat pada data laporan Klinik Terpadu Poltekkes Tanjungkarang tahun 2010 yang menyebutkan bahwa penyakit Gastritis yang dialami oleh mahasiswa masuk dalam 10 penyakit terbesar. Khususnya mahasiswa di Jurusan Keperawatan Tanjungkarang berdasarkan survey yang dilakukan Kesuma (2010) tingkat pengetahuan tentang gastritis 50,6 % adalah baik. Mahasiswa tersebut 26 % diantaranya menderita gastritis dimana 13 orang mengatakan disebabkan pola makan yang tidak teratur, 7 mengatakan disebabkan oleh stres.

Stres merupakan reaksi fisik, mental, dan kimia dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan, membingungkan, membahayakan dan merisaukan seseorang. Definisi lain menyebutkan bahwa stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut (Potter & Perry, 2005).

Stres terdiri dari stres psikis dan stres fisik. Pada stres psikis produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stres, misalnya pada beban kerja berat, panik dan tergesa-gesa. Kadar asam lambung yang meningkat dapat mengiritasi mukosa lambung dan jika hal ini dibiarkan, lama-kelamaan dapat menyebabkan terjadinya gastritis. Bagi sebagian orang, keadaan stres umumnya tidak dapat dihindari. Oleh karena itu, maka kuncinya adalah mengendalikannya secara efektif dengan cara diet sesuai dengan kebutuhan nutrisi, istirahat cukup, olah raga teratur dan relaksasi yang cukup (Friscaan, 2010).

Sedangkan pada stres fisik akibat pembedahan besar, luka trauma, luka bakar, refluks empedu atau infeksi berat dapat menyebabkan gastritis dan juga ulkus serta pendarahan pada lambung. Perawatan terhadap kanker seperti kemoterapi dan radiasi dapat mengakibatkan peradangan pada dinding

lambung yang selanjutnya dapat berkembang menjadi gastritis dan ulkus peptik. Ketika tubuh terkena sejumlah kecil radiasi, kerusakan yang terjadi biasanya sementara, tapi dalam dosis besar akan mengakibatkan kerusakan tersebut menjadi permanen dan dapat mengikis dinding lambung serta merusak kelenjar-kelenjar penghasil asam lambung (Anonim, 2010).

Berbagai sumber stres ada pada mahasiswa tahun I di Jurusan Keperawatan seperti lingkungan tempat tinggal di asrama dan pola belajar yang baru, beban akademik. Selain itu sumber stres berupa proses pemilihan jurusan yang belum definitif menjadi penyebab stres bagi mahasiswa tersebut (Monks, 1994). Apakah mahasiswa sudah memilih dengan tepat jurusan keperawatan sebagai tempat pendidikannya sehingga nanti menjadi seorang perawat? Hal tersebut terus berproses dalam jiwa mahasiswa sehingga dapat menjadi beban yang menimbulkan stres. Oleh karena itu berbagai sumber stres tersebut harus menjadi perhatian bagi Ketua Jurusan Keperawatan dan para dosen sehingga tidak menimbulkan kejadian gastritis yang akan mengganggu proses pendidikan.

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimanakah hubungan antara faktor stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa penghuni asrama Poltekkes Tanjungkarang tahun 2011.

Adapun tujuan penelitian ini adalah: Mengetahui hubungan antara faktor stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa penghuni asrama Poltekkes Tanjungkarang tahun 2011

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* untuk mendapatkan hubungan antara faktor stres dan kejadian gastritis pada mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tanjung Karang Jurusan Keperawatan tahun 2011. Sampel penelitian ini adalah total populasi dimana semua populasi menjadi sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat 1 yang berada di asrama keperawatan Tanjung Karang. Jumlah populasi yang berada diasrama dan bersedia menjadi responden sebanyak 77 mahasiswa.

Penelitian dilakukan di asrama keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Tanjung Karang pada bulan Juni tahun 2011.

Variabel penelitian berupa faktor stres akan dikaji dengan kuesioner menggunakan Skala Miller dan Smith sedangkan data variabel kejadian gastritis akan dikaji dengan menggunakan pemeriksaan medis.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Berdasarkan analisis univariat terlihat bahwa kejadian stres mahasiswa penghuni asrama Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang tahun 2011 antara yang mengalami dan yang tidak mengalami terbanyak adalah yang mengalami sebesar 64,7% dari 71 mahasiswa sebagai responden dan kejadian Gastritis mahasiswa penghuni asrama Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang tahun 2011 lebih sedikit dibanding yang tidak mengalami kejadian gastritis.

Analisis Bivariat

Tabel 1: Distribusi Responden Menurut Kejadian Stres dan Gastritis mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Stres	Gastritis				Total	
	Ya		Tidak		n	%
	n	%	N	%		
Ya	25	54,3	21	45,7	49	64
Tidak	8	32	17	68	28	36
Jumlah	33	46,5	38	53,5	77	100
OR 95% CI	2,53 (0,905-7,024)					
<i>p value</i>	0,120					

Berdasarkan table 1 terlihat bahwa p value $> 0,05$ sehingga hipotesis Null : Tidak ada hubungan antara stres dengan kejadian gastritis mahasiswa penghuni asrama keperawatan Tanjungkarang tahun 2011 diterima dan hipotesis alternative : Ada hubungan antara stres dengan kejadian gastritis mahasiswa penghuni asrama keperawatan Tanjungkarang tahun 2011 ditolak. Table memperlihatkan juga bahwa responden yang mengalami stres 2,5 kali beresiko untuk mengalami gastritis.

PEMBAHASAN

Menurut Safarino (1994) Strees dapat timbul dari suatu proses hubungan antara manusia dengan lingkungan. Proses ini melibatkan interaksi dan penyesuaian diri yang kontinyu, yang disebut juga dengan istilah transaksi antara manusia dengan lingkungan, yang didalamnya termasuk perasaan yang dialami dan bagaimana orang lain merasakannya seperti sekolah ditempat yang baru atau pindah sekolah.

Beban studi yang berlebihan atau tidak sesuai dengan harapan serta perlu penyesuaian diri merupakan sumber stres lain.

Kondisi tersebut bagi mahasiswa Jurusan keperawatan poltekkes kemenkes Tanjungkarang banyak dijumpai seperti sekolah ditempat yang baru, tinggal di lingkungan baru yaitu di asrama dan cara belajar yang baru sebagai mahasiswa dengan beban studi yang harus diselesaikan. Hal tersebut merupakan sumber stres yang terdapat disekitar mahasiswa.

Gastritis adalah gejala penyakit yang menyerang lambung yang menyebabkan sakit dan perih pada perut. Penyakit ini termasuk kedalam jenis penyakit *Psykosomatic* yaitu berkaitan dengan jiwa dan raga, seperti gangguan emosional yang berwujud sebagai gejala mental gejala fisik (Ramali, 2005).

Dalam sebuah jurnal kedokteran, peneliti dari Universitas Leeds, mengungkapkan stres dapat mempengaruhi

kebiasaan makan seseorang. Saat stres, orang cenderung makan lebih sedikit, stres juga menyebabkan perubahan hormonal dalam tubuh dan merangsang produksi asam lambung dalam jumlah berlebihan. Akibatnya, lambung terasa sakit, nyeri, mual, mulas, bahkan bisa luka (O'Connor, 2007).

Stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut (Potter, 2005).

Stres bukan hanya stres psikis saja, namun juga dapat berupa stres fisik. Dan faktor stres fisik lebih menonjol menjadi penyebab terjadinya gastritis pada mahasiswa.

Hal tersebut sesuai juga dengan pendapat (Ramali, 2005) yang menyatakan bahwa gastritis dapat disebabkan oleh berbagai faktor selain faktor stres yaitu: pola makan tidak teratur atau memilih menu makanan yang sembarangan seperti makanan yang pedas, yang mengandung asam, gorengan dan makanan yang sulit di cerna maka akan memungkinkan anda akan terserang penyakit gastritis. Selain itu jumlah makanan yang yang kita konsumsi juga sebaiknya tidak berlebihan, karena hal tersebut dapat menjadi penyebab gastritis.

Selanjutnya jenis makanan yang dikonsumsi harus tepat dan mengurangi makan-makanan yang pedas, yang mengandung asam, gorengan (berminyak), dan makanan yang tidak mudah dicerna. Karena makanan tersebut dapat menyebabkan gastritis.

Menurut Ramali (2005) jadwal makan harus teratur, lebih baik makan dalam jumlah yang sedikit tapi sering, tepat waktu dan teratur yaitu 3 kali sehari daripada makan dalam porsi banyak tapi tidak teratur.

Pada gastritis akut yang terjadi pada mahasiswa selain karena factor stres dapat juga disebabkan oleh beberapa hal antara lain:

- a. Iritasi yang disebabkan oleh obat-obatan, aspirin, obat antiinflamasi nonsteroid
- b. Adanya asam lambung dan pepsin yang berlebihan
- d. Waktu makan yang tidak teratur, sering terlambat makan, atau sering makan berlebihan.
- e. Menurut penelitian yang dilakukan Herlan pada tahun 2001 sekitar 20% faktor etiologi dari gastritis akut yaitu terlalu banyak makanan yang berbumbu.pada orang yang sering meminum Alkohol dan bahan kimia lainnya yang dapat menyebabkan peradangan dan perlukaan pada lambung.
- f. Gangguan mikrosirkulasi mukosa lambung : trauma, luka bakar, sepsis.

Secara makroskopik, terdapat erosi mukosa dengan lokasi berbeda , jika disebabkan karena obat-obatan AINS, terutama ditemukan didaerah antrum, namun dapat juga menjalar. Sedangkan secara mikroskopik, terdapat erosi dengan regenerasi epitel dan ditemukan reaksi sel inflamasi Neutrofil yang minimal (Mansjoer, 2001).

Penyebab lain dari gastritis adalah karena pola makan yang tidak teratur, terdapat *Helicobacter pylori*, obat-obatan, atau sebab lain misalnya beban pikiran yang berat yang menimbulkan stres. (Tjokronegoro,2001). Pada tahun 2010 dilakukan penelitian terhadap 1.645 responden di Medan, Jakarta, Surabaya dan Denpasar terungkap bahwa 60% responden menderita gastritis.

Kejadian Gastritis dapat disebabkan infeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Saat ini telah terbukti bahwa infeksi yang disebabkan oleh *Helicobacter pylori* pada lambung bisa menyebabkan peradangan mukosa lambung. Proses ini bisa berlanjut hingga terjadi ulkus atau tukak, bahkan kanker lambung. Sedangkan mengkonsumsi obat penghilang nyeri, seperti golongan Nonsteroidal antiinflammatory drugs (NSAID) yang terlalu sering dapat menyebabkan penyakit

gastritis, baik itu gastritis akut maupun kronis.

Menurut (Yuliarti, 2009) kejadian gastritis juga dapat terjadi akibat mengonsumsi alkohol dapat mengiritasi (merangsang) dan mengikis permukaan lambung sehingga asam lambung dengan mudah akan mengikis permukaan lambung. Selanjutnya, gastritis akut pun terjadi. Demikian juga halnya dengan kebiasaan merokok mengganggu kerja lapisan pelindung lambung, membuat lambung lebih rentan terhadap gastritis dan borok. Merokok juga meningkatkan asam lambung, sehingga menunda penyembuhan lambung dan merupakan penyebab utama terjadinya kanker lambung.

KESIMPULAN

Kejadian stres mahasiswa penghuni asrama Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang tahun 2011 khususnya tingkat I sebagai sampel antara yang mengalami dan yang tidak mengalami terbanyak adalah yang mengalami sebesar 64,7% dari 77 responden dan kejadian Gastritis mahasiswa penghuni asrama Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang tahun 2011 khususnya tingkat I sebagai sampel sebesar 46,5 % lebih kecil dibanding yang tidak mengalami kejadian gastritis sebesar 53,5 % .

Pada analisis lebih lanjut penelitian menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara stres dengan kejadian gastritis mahasiswa penghuni asrama Jurusan Keperawatan Tanjungkarang tahun 2011.

Berdasarkan kesimpulan tersebut maka penulis menyarankan bahwa meskipun dalam penelitian ini tidak terbukti stres berhubungan dengan gastritis tetapi secara teori berhubungan maka guna mencegah kejadian gastritis pada mahasiswa penghuni asrama kiranya perlu dikembangkan metode pembinaan di asrama yang tidak menimbulkan stres pada mahasiswa. Demikian halnya dengan peran

pembimbing akademik kiranya perlu dioptimalkan dan dilaksanakan dengan sebaik baiknya. Sedangkan bagi peneliti lain kiranya dapat melanjutkan dengan meneliti factor lain yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa seperti factor pola makan, jenis makanan dan meneliti faktor ketepatan pilihan jurusan yang diinginkan mahasiswa.

-
- * Dosen pada Prodi Keperawatan
Tanjungkarang Poltekkes Kemenkes
Tanjungkarang
- ** Dosen pada Prodi Keperawatan
Tanjungkarang Poltekkes Kemenkes
Tanjungkarang
-

DAFTAR PUSTAKA

- Anonimous, 2010. *Gastritis*.
<http://bluebear.student.umm.ac.id/2010/07/14/-gastritis-magh>. Diakses tanggal 04 Januari 2012, 09:04 WIB.
- Kesuma (2010). Gambaran Pengetahuan Mahasiswa Penghuni Asrama Keperawatan Tanjungkarang Tentang Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Penyakit Gastritis Tahun 2010. Tidak diterbitkan
- Kozier dan Erb (1996), *Fundamental of nursing*, Addoison Wislley. California.
- Potter dan Perry (2000). *Buku ajar fundamental keperawatan, konsep, proses dan praktik volume 1 (edisi 4)*. Jakarta. EGC
- Prince, Sylvia A., Lorraine McCarty Wilson. 2005. *Patofisiologi : Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Jakarta: EGC
- Mansjoer. 2001. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: FK-UI
- Monks, Knoers dan Haditono (1994) *Psikologi perkembangan pengantar dalam berbagai bagiannya*, Yogyakarta. Gajah mada University Press
- Smeltzer & Bare. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddart*. Jakarta : EGC
- Tjokronegoro (2001) *Buku ajar ilmu penyakit dalam*. Jilid II. Edisi ketiga. Jakarta. Balai Penerbit FKUI