

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS DI PUSKESMAS BAWEN

Yunita anggraeni, Rosalina
Universitas Ngudi Waluyo
Email : yunitaa629@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Gastritis merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang di sebabkan oleh *helicobakteria pylori* yang dapat bersifat akut, kronik difus atau lokal. Gastritis dapat disebabkan faktor psikologi. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress seperti beban pekerjaan yang berlebihan, cemas, takut atau terburu-buru.

Tujuan: mengetahui Hubungan tingkat stres dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen

Metode: Desain penelitian ini kuantitatif deskriptif analitik dengan pendekatan case control. Populasi berjumlah 149 pasien dengan jumlah sampel 60 responden pada kelompok kasus yang diambil dengan teknik *purposive sampling* dan 60 responden pada kelompok kontrol yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner DASS 42 dan data rekam medis. Analisa data menggunakan uji *chi square*.

Hasil : tingkat stres pada kelompok kasus sebagian besar mengalami stres sedang-berat sebanyak 43 responden (71,7%) dan pada kelompok kontrol sebagian besar mengalami stres normal-ringan sebanyak 36 responden. Ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen, dengan responden yang mengalami stress sedang-berat 3.794 kali berisiko menderita gastritis dengan p value 0,000

Saran : diharapkan pihak puskesmas dapat memberikan edukasi terkait dengan pola makan dan cara-cara dalam mengatasi stres agar kejadian gastritis tidak meningkat

Kata kunci : tingkat stress, gastritis

THE CORRELATION BETWEEN STRESS LEVELS AND GASTRITIS AT BAWEN PUBLIC HEALTH CENTER

ABSTRACT

Background : Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa caused by *Helicobacter pylori* which can be acute, chronic diffuse or local. Gastritis can be caused by psychological factors. Stomach acid production will increase in stressful situations such as excessive workload, anxiety, or fear.

Objective: to determine the correlation between stress levels and gastritis at Bawen Public Health Center

Method: The research design was quantitative descriptive analytic with case control approach. The population consisted of 149 patients with the total samples of 60 respondents in the case group taken by purposive sampling technique and 60 respondents in the control group taken by the accidental sampling technique. Data collection used the DASS 42 questionnaire and medical record data. Data analysis used the chi square test.

Results: The stress levels in the case group mostly experienced moderate-severe stress as many as 43 respondents (71.7%) and in the control group mostly experienced normal-mild stress as

many as 36 respondents. There was a significant correlation between the level of stress and the gastritis at Bawen Public Health Center, Bawen District, with the respondents who experienced moderate to severe stress 3,794 times at the risk of suffering from gastritis with p value of 0.000
Suggestion: It is hoped that the Puskesmas (Public Health Center) can provide education related to diet and ways to deal with stress so that the incidence of gastritis does not increase

Keywords: Stress Level, Gastritis

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang di sebabkan oleh *helicobacteria pylori* yang dapat bersifat akut, kronik difus atau lokal (Angkow, J., 2017). Penderita gastritis umumnya mengalami gangguan saluran pada pencernaan atas, berupa nafsu makan menurun, perut kembung, perasaan penuh di perut, mual muntah dan bersendawa (Saroinsong, M, 2014).

Gastritis dapat disebabkan beberapa faktor antara lain jenis makanan, frekuensi makan, porsi makan, stress, konsumsi alkohol, konsumsi kopi, merokok, dan jenis kelamin. Dimana beberapa factor tersebut mengandung makanan jenuh lemak bersantan, pedas, asam, soda, jumlah porsi makanan kurang dari kebutuhan tubuh, makan tidak teratur, istirahat kurang, waktu kerja yang padat dan diet tidak sehat.

Faktor psikologis stress baik primer maupun sekunder dapat merangsang peningkatan produksi asam-asam gerakan paristalik lambung. Stress juga mendorong gerakan makanan dan dinding lambung menjadi tambah kuat dapat menyebabkan luka pada dinding lambung. Pada factor gastritis factor penyimpangan makan merupakan titik awal yang mempengaruhi terjadinya dinding lambung. Peningkatan asam lambung dapat dirangsang oleh makanan lain yang bersifat merangsang dinding lambung (Ausrianti, 2019).

Stress merupakan suatu respon fisiologis dan perilaku manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (*stressor*) (Pinel, 2012). *Stressor* dapat untuk mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stress mental, perubahan perilaku masalah-masalah dan interaksi dengan orang lain, dan keluhan-keluhan fisik salah satunya berpengaruh pada tingkat konsumsi makanan. Dalam kondisi stress, tubuh memproduksi *hormonekorsitol* yang menguras habis minerale dan vitamin B di dalam tubuh. Hal ini berarti perlindungan yang lebih sedikit untuk sel otak sehingga kekebalan tubuh pun melemah .

Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress seperti beban pekerjaan yang berlebihan, cemas, takut atau terburu-buru. Stress yang berkepanjangan akan meningkatkan kadar asam lambung yang akan menimbulkan rasa ketidaknyamanan pada lambung kejang otot (kram) didaerah perut dan akan berdampak negative pada sistem pencernaan. Ketika sedang dilanda stress berat, kelenjar liur dapat menghentikan air liur, atau dalam kasus lain, mengalirkannya berlebihan. Penelitian Malinda, et al (2017) penderita gastritis yang stress memiliki resiko 3,370 kali lebih tinggi dibaningkan dengan yang tidak stress.

Stress dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seperti menyebabkan perilaku, fisik, pikiran, mental dan emosional. Semua organ tubuh kinerjanya dipengaruhi dan dikontrol oleh otak, maka ketika reseptor otak mengalami kondisi stress, hal ini dapat menyebabkan gastritis. Dari hal tersebut maka harus bisa mengendalikan stress sehingga mampu menyembuhkan gastritis yang dialami.

Gastritis biasanya dianggap sebagai suatu hal yang remeh namun gastritis merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat menyusahkan. Persentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40,8% (Mustakim, Rimbawati, et al, 2021). Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevelensi 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk (Handayani, M., 2018)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2022 diperoleh informasi kasus gastritis di Puakesmas Bawen Kecamatan Bawen sebanyak 149 kasus. Didapatkan hasil bahwa 28 responden mengkonsumsi alkohol, 22 responden merokok, 18 responden sering lupa/ telat makan karena sedang bekerja, 21 responden mengkonsumsi kopi untuk membantu supaya

tidak mengantuk saat bekerja, 60 responden menyatakan sering stres. Hasil wawancara dengan 8 orang usia dewasa dengan kesibukan mereka, stress disebabkan karena tekanan pekerjaan, dan permasalahan ekonomi yang membuat kadar asam lambung meningkat, sehingga menyebabkan sering merasa mual serta merasakan nyeri ulu hati.

Berasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis Di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif analitik dengan pendekatan *Case Control*. Populasi berjumlah 149 pasien dengan jumlah sampel 60 responden pada kelompok kasus yang diambil dengan teknik *purposive sampling* dan 60 responden pada kelompok kontrol yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner DASS 42 dan lembar observasi data rekam medis. Analisa bivariat menggunakan uji *chi square*

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi tingkat stress di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen

Stres	Kasus		Kontrol	
	f	(%)	f	(%)
Normal-ringin	17	28.3	36	60.0
Sedang-berat	43	71.7	24	40.0
Total	60	100.0	60	100.0

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan jika sebagian besar responden mengalami stres sedang-berat sebanyak 43 responden (71,7%)

Tabel 2 Distribusi frekuensi kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen

kejadian gastritis	Kasus		Kontrol	
	f	(%)	f	(%)
Tidak gastritis	0	0.0	60	100.0
Gastritis	60	100.0	0	0.0
Total	60	100.0	60	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan seluruh responden pada kelompok kasus mengalami gastritis sebanyak 60 responden (100%)

Tabel 3 Distribusi hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen

Stres	Gastritis				p-value	OR
	Tidak gastritis		Gastritis			
	f	%	f	%		
Normal-ringin	36	67.9	17	32.1	0.000	3.794
Sedang-	24	35.8	43	64.2		

berat				
Jumlah	60	50.0	60	50.0

Tabel 3 menunjukkan nilai *p-value* sebesar $0,000 < (\alpha=0,05)$ dengan nilai OR 3.794, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen, dengan responden yang mengalami stress sedang-berat 3.794 kali berisiko menderita gastritis.

PEMBAHASAN

1. Gambaran tingkat stress di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen pada orang dewasa.

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar pada kelompok kasus mengalami stress sedang-berat. Menurut Waitz, gejala stress secara psikologi ditandai dengan adanya kegugupan, cemas, gampang tersinggung, gelisah dan mudah lelah (Sukadiyanto, 2018). Pada penelitian ini didapatkan pada kelompok kasus sebagian besar yang mengalami stress adalah perempuan (58,3%). Stress mudah dialami pada perempuan karena adanya peran ganda, perempuan seringkali merangkap peran menjadi ibu, istri dan pekerja di luar. Peran ini tentunya mengakibatkan mudahnya pada perempuan merasa stress karena adanya tekanan yang dialami oleh perempuan. Menurut Greenhaus & Beutell konflik peran ganda menjadi salah satu penyebab stress dimana pada peran ganda ini adanya tekanan peran dari pekerjaan dan keluarga yang bertentangan. Menurut Ginting (2019), wanita yang mempunyai peran ganda cenderung rentang merasa stress karena adanya dua peran yang harus dijalani yang memicu kesulitan pada diri sendiri, dimana ada hubungan yang positif antara konflik peran ganda dengan stress, semakin tinggi konflik peran ganda maka semakin tinggi stress yang akan dialami.

Penelitian ini juga ditemukan sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA. Stress seseorang sering dikaitkan dengan pendidikan karena pendidikan ini sering dikaitkan dengan mekanisme coping dari seseorang. Seseorang dengan pendidikan tinggi harapannya memiliki mekanisme coping yang baik karena tinggi pendidikan seseorang akan mempermudah dalam mencari informasi cara mengurangi stress. Menurut (Fijianto, 2021) strategi coping berkaitan dengan tinggi rendahnya pendidikan seseorang, dimana pendidikan yang tinggi cenderung memiliki kemampuan dalam pengelolaan emosi dan lebih mengenal diri, ada hubungan tingkat pendidikan dengan strategi coping seseorang, semakin tinggi pendidikan akan mempunyai kemampuan dalam mengelola emosi. Menurut teori Goleman, pendidikan seseorang mempengaruhi kecerdasan emosional, dimana mencakup pengendalian diri, semangat, tekun, mampu memotivasi diri dan memiliki empati.

Temuan penelitian ini adalah responden sebagian besar adalah karyawan. Seorang yang bekerja sebagai karyawan tentunya memiliki tingkat stress yang tinggi karena adanya tekanan dari atasan dan perusahaan dapat meningkatkan tingkat stress dari seseorang. Selain itu pekerjaan juga berkaitan dengan tingkat pendapatan. Pada penelitian (Januwarsih, 2020), menyatakan ada hubungan tingkat pendapatan dengan stress. Hal ini juga didukung oleh (Handayani, 2018) menyatakan ada hubungan status ekonomi dengan stress, pendapatan yang rendah akan menimbulkan stress karena adanya masalah keuangan akan memengaruhi kesehatan jiwa.

2. Gambaran kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen pada orang dewasa.

Gastritis yang dialami oleh responden tentunya dipengaruhi oleh beberapa hal. Hasil dari data dari puskesmas didapatkan gastritis kronik lebih banyak dialami responden. Responden sering kontrol kesehatan karena sering merasa tidak enak pada perut dan kerap

mual serta muntah. Data dari puskesmas diketahui gastritis sering terjadi karena adanya pola makan responden yang baik. Menurut (Hidayati, 2018), seseorang dengan pola makan yang tidak baik memiliki peluang mengalami gastritis sebesar 29,375 dan pola makan memiliki pengaruh untuk mengalami gastritis berulang

Pasien gastritis dalam penelitian ini sebagian besar adalah perempuan. Perempuan beresiko besar mengalami gastritis karena perempuan yang melakukan diet ketat dan sibuk dengan tugas yang akhirnya telat untuk makan sehingga menyebabkan asam lambung meningkat (Putra, 2023). Menurut Raintung, Kaunang, & Malonda (2019) ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian gastritis, dimana perempuan lebih sering mengalami gastritis karena adanya pola makan yang kurang baik dan perempuan lebih memperhatikan postur tubuh dibanding laki-laki.

Temuan lain didapatkan responden yang mengalami gastritis memiliki pendidikan SMA. Tingkat pendidikan selalu dikaitkan dengan pengetahuan seseorang. Pada penelitian adanya kejadian gastritis mungkin karena pengetahuan mengenai gastritis dan bagaimana pola makan tidak diketahui secara baik. Pada penelitian (Fajariyah, 2023) menyatakan ada hubungan pengetahuan gastritis dengan kejadian gastritis, dimana pengetahuan seseorang yang cukup memiliki resiko mengalami gastritis 2,34 kali dibandingkan dengan responden dengan pengetahuan baik.

Selain itu pekerjaan juga dapat berdampak kejadian gastritis dimana sebagian besar responden yang mengalami gastritis adalah seorang karyawan. Responden pada penelitian ini sebagian besar adalah karyawan pabrik, dimana lama kerja dari jam 7 pagi hingga 5 sore bahkan sampai 7 malam. Hal ini tentunya berkaitan dengan pola makan, kelelahan yang dirasa oleh responden. Menurut (Sani, 2016). menyatakan lama kerja dan jenis makan mempengaruhi terjadinya gastritis dimana lama kerja berpeluang 2,067 mengalami gastritis dan jenis makanan memiliki peluang 4,678 menderita gastritis.

Waktu kerja dapat menentukan efisiensi dan produktivitas dari seseorang. Lama kerja dapat menjadi penyebab gastritis karena kurangnya waktu dan tidak memperhatikan makanan yang dikonsumsi. Jenis makanan yang sering disukai pekerja biasanya makan makanan pedas, konsumsi makan pedas yang berlebihan akan merangsang kontraksi pada lambung dan usus. Rasa pedas akan mengakibatkan nyeri dan panas pada ulu hati hingga menimbulkan mual dan muntah (Sani, 2016).

3. Hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen.

Hasil penelitian ditemukan ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen, dengan responden yang mengalami stress sedang-berat 3.794 kali beresiko menderita gastritis. Hasil ini didukung oleh penelitian (Taufiq, 2022) yang dilakukan di wilayah Puskesmas Kompeonaho Kota Baubau mendapatkan hasil jika seorang yang stres beresiko 15,6 kali lipat menderita gastritis, dimana stres yang terjadi karena rasa cemas yang berkaitan erat dengan pola hidup yang dijalani. Stres menjadi salah satu penyebab terjadinya gastritis dimana saat stres hormon pada tubuh berubah salah satu hormon yang reaksi adalah hormon ACTH (*adrenocorticotropic*), yang dibawa melalui aliran darah ke korteks adrenal dan menstimulasi pelepasan hormon termasuk kortisol. Hormon ini menyebabkan aktivitas sekresi lambung yakni peptin dan hidroklorida yang akhirnya beresiko menjadi gastritis (Price. S.A & Wilson L.M., 2012). Stres akan berefek di saluran cerna yang mana akan menurunkan saliva sehingga mulut akan kering dan menyebabkan kontraksi yang tak terkontrol pada otot esophagus

sehingga menyebabkan sulit menelan dan terjadi peningkatan asam lambung (Saroinsong, M, 2014).

Menurut (Lewis, 2012) stres berefek negatif pada mekanisme neuroendokrin di saluran cerna yang memiliki resiko menderita gastritis. Produksi asam lambung yang tinggi saat seseorang stres karena adanya beban kerja berat merasa panik dan tergesa-gesa. Kadar asam lambung yang tinggi mengakibatkan radang di mukosa lambung. Hal senada menurut greenberg mengemukakan jika stres berefek pada gangguan saluran cerna yang mana dapat menurunkan saliva sehingga mulut menjadi kering dan terjadi kontraksi tak terkontrol pada otot esophagus yang menyebabkan sulit menelan hingga terjadi peningkatan asam lambung (Saroinsong, 2016)

Usia responden pada penelitian ini 26-45 tahun dimana berada pada usia produktif. Hal ini tentunya akan banyak tekanan dan tugas yang dialami yang mempengaruhi pada psikologi dan berkaitan dengan pola makan yang tidak selektif. Gustin menyatakan jika usia produktif sering menghadapi tantangan dan jika tidak mampu mengatasi akan mudah mengalami stres (Hoesny, 2019). Menurut (Anwar2023) penelitian menyatakan jika usia produktif menjadi salah satu faktor resiko kejadian gastritis berulang. Usia produktif rentan mengalami gejala gastritis karena adanya tingkat kesibukan, gaya hidup yang tidak memperhatikan kesehatan dan mudah stres karena lingkungan (Sinaga, 2018)

Hasil penelitian ini senada pada penelitian Hoesny(2019) yang menunjukkan jika adanya hubungan stres dengan kejadian gastritis, dimana tingkat stres tinggi memiliki resiko mengalami gejala gastritis dibanding responden yang mengalami stres rendah. Selain itu didukung pula pada penelitian Muna (2023) yang menyatakan ada hubungan stres dengan kejadian gastritis, dimana beban kerja, tekanan hidup, pola makan, pola hidup dapat meningkatkan produksi asam lambung dan berdampak pada terjadinya gastritis.

KESIMPULAN

1. Tingkat stress di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen pada kelompok kasus sebagian besar mengalami stress sedang-berat yakni sebanyak 43 responden (71.7%), sedangkan pada kelompok control sebagian besar responden mengalami stress normal-ringan yakni sebanyak 36 responden (60%).
2. Kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen pada kelompok kasus seluruh responden menderita gastritis yakni 60 responden (100%), sedangkan pada kelompok control seluruh responden tidak menderita gastritis yakni 60 responden (100%).
3. Hasil uji *chi square* didapatkan p value $0,000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Bawen Kecamatan Bawen, dengan responden yang mengalami stress sedang-berat 3.794 kali berisiko menderita gastritis

SARAN

1. Bagi Masyarakat
Diharapkan masyarakat dapat memperhatikan pola makan dan dapat mengontrol serta menurunkan stress dengan melakukan terapi musik dan teknik relaksasi lain sesuai dengan keinginan
2. Bagi Puskesmas
Diharapkan puskesmas dapat memberikan edukasi terkait dengan pola makan dan cara-cara dalam mengatasi stress
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya bisa meneliti mengenai faktor yang mempengaruhi kejadian gastritis

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, F. M. (2016). *Deteksi Dini Kanker, Skrining dan Deteksi Dini Kanker Serviks*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Damayanti, I. P. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kanker Serviks di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(2), 88–93. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol2.iss2.51>
- Devi Pramita Sari, & Nabila Sholihah 'Atiqoh. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Masyarakat Dengan Kepatuhan Penggunaan Masker Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Covid-19 Di Ngronggah. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 52–55. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.850>
- Husnah, A. (2018). *Hubungan Paritas dan Umur dengan Kejadian Kanker Serviks di RSU PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta*. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Komalawati, D. (2021). Pengaruh terapi musik pada pasien kanker paru dengan nyeri kronik. *Jurnal Afiat*, 7(2), 14–56. <https://doi.org/10.34005/afiat.v7i02.2135>
- Laurin, C., D. (2021). Impact of anxiety and depression on chronic obstructive pulmonary disease exacerbation risk. *America Journal Respiratory Critical Care Medicine*, 185(9), 918–923.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pandia, W. S. (2017). Peran orientasi tujuan, self efficacy, persepsi mengenai iklim kelas, dan pendekatan belajar terhadap prestasi belajar mahasiswa. *Jurnal Psiko-Edukasi*, 3(3), 1–13.
- Pawatte, I. (2013). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Pre Seksio Caesarea di RSIA Kasih Ibu dan RSUP. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Kedokteran Komunitas Dan Tropic*, 1(3), 1–8.
- Prandana, D. A. (2013). Pasien Kanker Serviks di RSUP H. Adam Malik Medan. *E - Jurnal FK USU*, 1(2), 2011–2014.
- Prasetyo, K. D. (2022). *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Kanker di Rumah Sakit Baladhika Husada Tingkat 3 jember*. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Surbakti, E. (2018). *Pendekatan Faktor risiko terhadap rancangan alternatif dalam penanggulangan kankerserviks di RS Pringadi Medan*. Universitas Sumatera Utara.

