



## AUTHOR

YULY ABDI ZAINURRIDHA

## STRES DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA KEPERAWATAN STIKES BHAKTI AL-QODIRI

JURNAL KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN

P-ISSN 2502-5635, E-ISSN 2774-9894 | VOL. 6 NO. 1 | FEBRUARI 2021

### ABSTRAK

**Background:** Gastritis merupakan penyakit peradangan lambung yang cenderung mengalami kekambuhan sehingga menyebabkan pasien harus berulang kali untuk berobat.

**Method:** Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* dengan jumlah responden sebanyak 100 mahasiswa yang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*. Metode analisa data yang digunakan adalah uji regresi linear berganda.

**Result:** Sebagian besar mahasiswa keperawatan mengalami stres sebesar 68%, dan sebagian kecil tidak mengalami stres sebesar 32%. Pola makan rendah yang dimiliki mahasiswa keperawatan sebanyak 48%. Selain itu, kejadian gastritis yang dialami oleh mahasiswa keperawatan sebagian besar gastritis akut sebanyak 89%, sedangkan 11% mahasiswa keperawatan mengalami gastritis kronik. Berdasarkan uji regresi linear berganda didapatkan nilai sebesar 0.002. Ada hubungan stres dan pola makan terhadap kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan STIKES Bhakti Al-Qodiri.

**Conclusion:** Seseorang akan bisa terkena penyakit gastritis jika seseorang mengalami stres dan pola makan yang tidak sehat, karena stres dapat membuat seseorang tidak mau makan.

**Keyword:** Kejadian gastritis, pola makan, stres.



## PENDAHULUAN

Stres berdampak terhadap perubahan pola makan yang menyebabkan gastritis. Apabila seseorang mengalami stres maka seseorang tersebut akan kehilangan nafsu makan, karena akan selalu memikirkan permasalahan yang ada di pikirannya (Laurensius Fua Uwa et al., 2019).

Pola makan adalah salah satu pemicu yang menyebabkan gastritis. Seseorang akan terhindar dari gastritis apabila mampu mengelola pola makan yang baik dan teratur. Hal tersebut merupakan salah satu tindakan preventif dalam mencegah terjadinya gastritis (Dwi Wahyuni Rumpiati Rista Eko Muji Lestariningsih, 2017).

Seseorang akan bisa terkena penyakit gastritis jika seseorang mengalami stres dan pola makan yang tidak sehat, karena stres dapat membuat seseorang tidak mau makan (Monica, 2019).

Berdasarkan data Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013 penyakit gastritis banyak dialami pada usia 20 tahun keatas, kejadian gastritis di Indonesia cukup tinggi dengan

prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Berdasarkan 10 besar penyakit di UPT Kesmas (Akhir et al., 2018).

Pencegahan utama meliputi kesehatan diet, dan anti-H. Terapi pylori, kemoprevensi, dan skrining untuk deteksi dini. Faktor makanan memiliki pengaruh penting pada karsinogenesis lambung, terutama pada kasus usus adeno karsinoma. Kebiasaan diet sehat, yaitu asupan tinggi buah-buahan dan sayuran segar, diet mediterania, diet rendah sodium, makanan garam yang diawetkan, daging merah yang diawetkan, minum alkohol, dan menjaga berat badan yang tepat terkait dengan penurunan risiko gastritis (Management, 2018).

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa perawat di Kabupaten Jember sebanyak 100 mahasiswa. Sampel dalam penelitian ini menggunakan



*purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini yaitu *google form*.

## HASIL

Tabel 1. Data frekuensi kejadian stres

| Kejadian stres | f   | %     |
|----------------|-----|-------|
| Tidak stres    | 32  | 32,0  |
| Stres          | 68  | 68,0  |
| Total          | 100 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 1 diatas, didapatkan mahasiswa yang mengalami stres sebesar 68%. Mahasiswa tidak stres sebesar 32%.

Tabel 2. Data frekuensi pola makan

| Pola makan | f   | %     |
|------------|-----|-------|
| Rendah     | 48  | 48,0  |
| Normal     | 34  | 34,0  |
| Tinggi     | 18  | 18,0  |
| Total      | 100 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 2 diatas, didapatkan mahasiswa yang memiliki pola makan rendah sebesar 48%, untuk mahasiswa yang memiliki pola makan normal sebesar 34%. Sedangkan mahasiswa yang memiliki pola makan tinggi 18%.

Tabel 3. Data frekuensi kejadian gastritis

| Kejadian gastritis | f   | %     |
|--------------------|-----|-------|
| Akut               | 89  | 89,0  |
| Kronik             | 11  | 11,0  |
| Total              | 100 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 3 diatas, didapatkan mahasiswa yang mengalami kejadian gastritis akut sebesar 89%. Sedangkan mahasiswa yang mengalami kejadian gastritis kronik sebesar 11%.

Tabel 4. Stres terhadap kejadian gastritis

| Stres |                 | Peradangan lambung |      | Jml | p value |
|-------|-----------------|--------------------|------|-----|---------|
|       |                 | Sebentar           | Lama |     |         |
| Stres | Gangguan mental | 28                 | 4    | 32  | 0,001   |
|       | Mental baik     | 61                 | 7    | 68  |         |
| Total |                 | 89                 | 11   | 100 |         |

Berdasarkan tabel 4 diatas, didapatkan dari 68 (68%) mahasiswa yang mengalami stres yang menyebabkan kejadian gastritis akut dengan jumlah 61 (61%) mahasiswa.

Tabel 5. Pola makan terhadap kejadian gastritis

| Keterangan |         | Peradangan lambung |      | Jml | Nilai |
|------------|---------|--------------------|------|-----|-------|
|            |         | Sebentar           | Lama |     |       |
| Pola makan | No high | 42                 | 6    | 48  | 0,000 |
|            | Normal  | 31                 | 3    | 34  |       |
|            | Tinggi  | 16                 | 2    | 18  |       |
| Total      |         | 89                 | 11   | 100 |       |

Berdasarkan tabel 5 diatas, didapatkan dari 48 (48%) mahasiswa yang memiliki pola makan rendah menyebabkan kejadian gastritis akut dengan jumlah 42 (42%) mahasiswa.



Tabel 6. Hubungan gangguan mental dan pola makan terhadap kejadian gastritis

| Variabel  | p value | R square | Keterangan  |
|---|---------|----------|-------------|
| Gangguan mental<br>Pola makan<br>Kejadian gastritis | 0,002   | 0,669    | H3 diterima |

Berdasarkan tabel 6 didapatkan  $p\ value = 0,002$ . H3 diterima artinya ada keterkaitan semua variabel bagi mahasiswa keperawatan STIKes Bhakti Al-Qodiri.

## PEMBAHASAN

### 1. Kejadian stres pada mahasiswa keperawatan

Mahasiswa keperawatan mengalami stres sebesar 68%.

Stres yang berkepanjangan merupakan Salah satu faktor pemicu karena mengakibatkan cemas, dan terburu-buru (Psikologi et al., 2018). Menurut Airlangga *et al.*, (2006), penambahan usia pada usia produktif ini juga akan menimbulkan beberapa perubahan baik fisik maupun mental.

### 2. Pola makan pada mahasiswa keperawatan

Hasil penelitian diatas, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan yang ada

di Jember memiliki aturan *eaten* yang rendah sebesar 48%.

Dari hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa makan sehari 2 kali yang terdiri dari makanan utama atau kurang (Pratiwi, 2013).

### 3. Kejadian gastritis

Berdasarkan hasil penelitian diatas, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan yang mengalami kejadian gastritis akut sebesar 89%.

Apabila asam lambung kita meningkat maka akan menyebabkan ketidaknyamanan pada gaster. (Selviana, 2015).

### 4. Hubungan stres terhadap kejadian gastritis

Berdasarkan hasil penelitian diatas, didapatkan dari 68 (68%) mahasiswa yang mengalami stres yang menyebabkan kejadian gastritis akut dengan jumlah 61 (61%) mahasiswa.

Hasil penelitian ini sepaham dengan penelitian yang dilakukan Kusnadi & Yundari, (2020), membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Stres dengan Kejadian Gastritis.

### 5. Hubungan pola makan terhadap kejadian gastritis

Hasil penelitian diatas, didapatkan dari 48 (48%) mahasiswa yang memiliki pola makan rendah menyebabkan kejadian gastritis akut sebanyak 42 (42%) mahasiswa.

### 6. Hubungan stres dan pola makan terhadap kejadian gastritis

Analisa uji regresi diatas, ada keterkaitan semua variabel X1, X2, dan Y pada mahasiswa keperawatan STIKes Bhakti Al-Qodiri.

Penderita gastritis yang stres memiliki resiko 3,370 kali lebih tinggi untuk menderita gastritis dibandingkan dengan yang tidak stres. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stres, misalnya pada beban kerja berat, panik tergesa-gesa (Laurensius Fua Uwa et al., 2019).

Hasil penelitian Laurensius Fua Uwa (2019), membuktikan keterkaitan variabel X1 dan X2 terhadap Y sebanyak 72% dengan *p value* (0,002).

### KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar mahasiswa keperawatan yang mengalami stres sebesar 68%.
2. Sebagian besar mahasiswa keperawatan yang memiliki pola makan rendah 48%.
3. Sebagian besar mahasiswa keperawatan yang memiliki kejadian gastritis akut 89%.
4. Berdasarkan hasil penelitian ada keterkaitan antara variabel X1 dan variabel Y.
5. Berdasarkan hasil penelitian ada keterkaitan antara variabel X2 dan variabel Y.
6. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat keterkaitan semua variabel antara variabel X1, X2, dan Y pada mahasiswa keperawatan STIKes Bhakti Al-Qodiri dengan *p value* (0,002).

### SARAN

#### 1. Bagi mahasiswa keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan/petunjuk bagi mahasiswa keperawatan. Dengan ini mahasiswa keperawatan akan lebih hati-hati lagi dalam menjaga psikologis dan biologis dalam berperilaku untuk

kehidupannya agar kejadian gastritis dapat dicegah.

## 2. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya. Dengan satu atau dua variabel penelitian yang berbeda tentang kejadian gastritis. Dan diharapkan menjadi penelitian yang baru dan bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Airlangga, P. U., Hubungan, S., Stress, A., & Kebiasaan, D. (2006). *ADLN - Perpustakaan Universitas Airlangga*.
- Akhir, L. T., Keluarga, A. K., & Ramadhan, K. Z. (2018). *Ir-perpustakaan universitas airlangga*. 1–6.
- Dwi Wahyuni Rumpiati Rista Eko Muji Lestariningsih, S. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Global Health Science*, 2(2), 149–154.  
<http://jurnal.csdforum.com/index.php/ghs>
- Kusnadi, E., & Yundari, D. T. (2020). Hubungan Stress Psikologis Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Cisurupan. *Jurnal Medika Cendikia*, 7(1), 1–7.  
<http://www.jurnalskhg.ac.id/index.php/medika/article/view/128>
- Laurensius Fua Uwa, Milwati, S., & Sulasmini. (2019). Hubungan Antara Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Yang Terjadi Di Pukesmas Dinoyo. *Nursing News*, 4(1), 237–247.
- Management, C. (2018). *Gastric cancer : epidemiology , prevention , classification , and treatment*. 239–248.
- Monica, T. (2019). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Tingkat Stres Terhadap Kambuh Ulang Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Sungai Penuh Tahun 2018*. XIII(5), 176–184.
- Psikologi, P. S., Kedokteran, F., & Udayana, U. (2018). *HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN SELF EFFICACY DENGAN TINGKAT STRES PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT UMUM PUSAT SANGLAH Putu Surya Parama Putra dan Luh Kadek*



*Pande Ary Susilawati. 5(1), 145–157.*

Selviana, B. Y. (2015). Effect of Coffee and Stress with the Incidence of Gastritis. *J Majority, 4*, 2–6.