



HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GEJALA GASTRITIS MAHASISWA TINGKAT IV

Putu Adinda Saraswati¹, I Gede Putu Darma Suyasa², Idah Ayu Wulandari³
^{1,2,3}Institut Teknologi dan Kesehatan Bali
Denpasar, Indonesia

e-mail: putuadinda14@gmail.com¹, putudarma.stikesbali@gmail.com²,
ayuwulandari28@gmail.com³

Abstrak

Stres dapat mempengaruhi pola makan dan waktu istirahat seseorang. Hal ini mengakibatkan terjadinya perubahan hormon dalam tubuh dan peningkatan asam lambung yang dapat menyebabkan terjadinya gastritis. Mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan memiliki beban studi yang cukup banyak seperti mengikuti praktek laboratorium, pelatihan BTCLS dan menyelesaikan skripsi sehingga mudah mengalami stres. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali. Desain penelitian analitik korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi adalah mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali yang berjumlah 189 responden dan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa kuesioner *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) dan kuesioner gejala gastritis. Penelitian dilakukan pada tanggal 21 Februari 2022. Analisis data menggunakan *Pearson Correlation*. Hasil penelitian menunjukkan dari 189 responden, sebagian besar responden adalah perempuan (85,2%), berumur 21 tahun (56,6%). Responden yang tidak mengalami stres sebanyak 32 responden (16,9%), stres ringan sebanyak 47 responden (24,9%), stres sedang sebanyak 67 responden (35,4%), dan stress berat sebanyak 43 responden (22,8%). Sebanyak 113 responden (59,8%) memiliki gejala gastritis dan sebanyak 76 responden (40,2%) tidak memiliki gejala gastritis. Simpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali ($r=0.455$, $n=189$, $p=0.000$).

Kata Kunci: tingkat stres, gejala gastritis, mahasiswa

Abstract

Stress can affect a person's diet and rest time. This results in hormonal changes in the body and an increase in stomach acid which can gastritis symptoms. Fourth-year Bachelor of Nursing students in ITEKES Bali have a fairly large study load such as participating in laboratory practices, BTCLS training and completing thesis so they are easy to experience stress. This study aims to analyze the relationship between stress levels and gastritis symptoms Fourth-year Bachelor of Nursing students in ITEKES Bali. This study employed a correlative analytic research design with a cross-sectional approach. The population of this study was the fourth-year Bachelor of Nursing students in ITEKES Bali. Total sampling was

**Penulis
korespondensi:**
Putu Adinda
Saraswati

Institut Teknologi
dan Kesehatan
Bali

Email:
[putuadinda14@
gmail.com](mailto:putuadinda14@gmail.com)

employed in this study, in which 189 respondents were involved in this study. Data were collected by using the Kessler Psychological Distress Scale (K10) and gastritis symptom questionnaire and analyzed with Pearson Correlation. The study was conducted on 21 February 2022. Among the 189 respondents, the majority were women (85.2%) and aged 21 years old (56.6%). The results showed that 32 respondents (16.9%) did not experience any stress, 47 respondents (24.9%) experienced mild stress, 67 respondents (35.4%) experienced moderate stress, and 43 respondents (22, 8%) experienced severe stress. 113 respondents (59.8%) experienced gastritis symptoms and 76 respondents (40.2%) did not experience gastritis symptoms. There is significant correlation between stress levels and gastritis symptoms of fourth-year Bachelor of Nursing students in ITEKES Bali ($r=0.455$, $n=189$, $p=0.001$).

Keywords: stress level, gastritis symptoms, students

PENDAHULUAN

Mahasiswa sebagai bagian individu dari kelompok yang rentan mengalami ketidakseimbangan homeostasis akibat tanggung jawab dan tuntutan kehidupan akademik pada mahasiswa tersebut sehingga dapat menjadi stres yang bisa dialaminya. Stres yang paling umum dialami mahasiswa merupakan stres akademik. Stres akademik dapat diartikan sebagai keadaan individu yang melibatkan tekanan hasil persepsi serta penilaiannya terhadap stresor akademik, berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi⁽¹⁾. Stres yang dialami oleh seseorang menjadi hal yang tak terpisahkan dalam kehidupan. Seseorang yang mengalami stres akan berusaha keras dan berpikir dalam menyelesaikan permasalahan atau tantangannya sebagai bentuk respon yang adaptif untuk tetap bertahan⁽²⁾.

World Health Organization (WHO) pada tahun 2021 menyebutkan bahwa sekitar 280 juta orang mengalami stres atau depresi. Di Indonesia terdapat 6,1% penduduk berusia >15 tahun yang mengalami depresi⁽³⁾. Prevalensi penduduk yang mengalami gangguan mental emosional stres berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar mengalami peningkatan yang mana secara nasional didapatkan data sebesar 9,8%, dan di Bali sendiri prevalensi gangguan mental emosional stres ditemukan mencapai 8,4%, khususnya di Kota Denpasar prevalensi gangguan mental emosional stres mencapai 5,21% pada usia 15 tahun ke atas⁽⁴⁾. Sementara itu tingkat prevalensi mahasiswa di Indonesia yang mengalami stres adalah 36,7-71,6 %⁽⁵⁾.

Salah satu dampak negatif dari stres bagi individu yaitu pada fisiologis yang berupa keluhan seperti sakit kepala, sembelit, diare, sakit pinggang, urat tegang pada tengkuk, tekanan darah tinggi, kelelahan, sakit perut susah tidur, kehilangan semangat, selera makan menurun, dan maag atau gastritis⁽⁶⁾. Gastritis merupakan peradangan (pembengkakan) pada mukosa lambung ditandai dengan tidak nyaman pada perut bagian atas, rasa mual, muntah, nafsu makan menurun atau sakit kepala⁽⁷⁾. Gejala gastritis yaitu seseorang penderita penyakit gastritis akan mengalami keluhan nyeri pada lambung, mual, muntah, lemas, kembung, dan terasa sesak, nyeri pada ulu hati, tidak ada nafsu makan, wajah pucat, suhu badan naik, keringat dingin, pusing atau bersendawa serta dapat juga terjadi perdarahan saluran cerna⁽¹⁰⁾.

Persentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia sendiri, menurut WHO adalah 40,8%, dan angka kejadian gastritis di beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk⁽⁸⁾. Profil kesehatan Bali tahun 2017 menyatakan bahwa penderita gastritis menempati peringkat ke-6 (enam) dari pola 10 penyakit besar di Puskesmas Provinsi Bali dengan jumlah kasus sebanyak 19.076 kasus⁽⁹⁾. Dilihat dari penelitian terdahulu menggunakan sampel sebanyak 78 mahasiswa didapatkan sebanyak 52 responden (68,4%) mengalami stres sedang dan tidak stres sebanyak 4 responden (5,3%)⁽¹¹⁾. Saat stres, orang akan lebih cenderung memikirkan masalahnya sehingga tidak lagi memperhatikan pola makan, serta waktu istirahat, juga menyebabkan perubahan hormonal dalam tubuh dan merangsang produksi asam lambung dalam jumlah berlebihan. Selain itu peneliti memilih mahasiswa tingkat IV sebagai responden karena beban studi yang lumayan banyak. Tidak hanya mengikuti kelas, menyelesaikan tugas, mahasiswa tingkat IV juga harus mengikuti praktek laboratorium, pelatihan BTCLS dan menyelesaikan skripsi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis Hubungan Tingkat Stres Dengan Gejala Gastritis Mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi adalah mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali yang berjumlah 189 responden dan teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) dan kuesioner gejala gastritis. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21 Februari 2022. Analisis data menggunakan *Pearson Correlation*. Uji Validitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *face validity*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dilihat dari jenis kelamin, umur dan sebaran kelasnya. Data karakteristik responden disajikan dalam tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali Tahun 2022 Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Kelas (n=189)

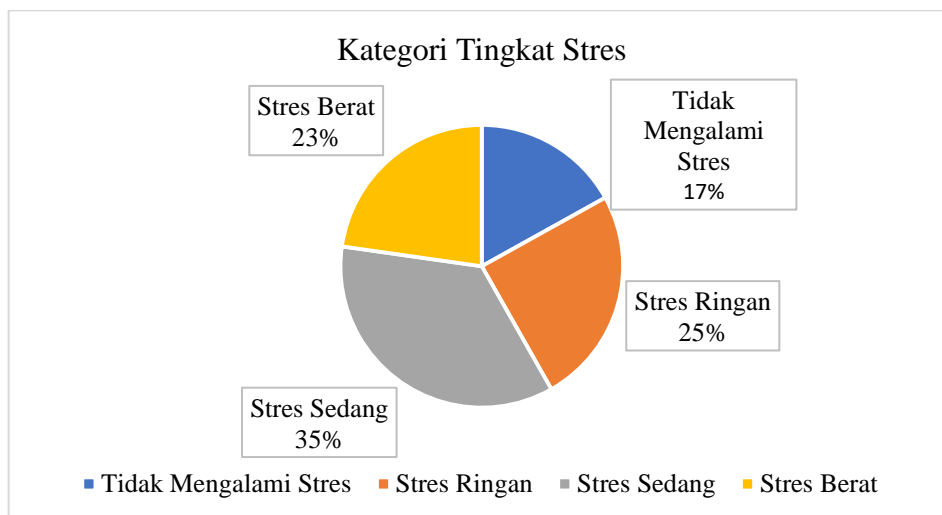
Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
- Laki-laki	28	14,8
- Perempuan	161	85,2
- 21 Tahun	107	56,6
- 22 Tahun	80	42,3
- 23 Tahun	2	1,1
Kelas		
- Kelas A	62	32,8
- Kelas B	59	31,2
- Kelas C	68	36,0

Tabel 1. menunjukkan bahwa dari 189 responden mayoritas adalah jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 161 responden (85,2%). Mayoritas umur yang terbanyak adalah 21 tahun yaitu sebanyak 107 responden (56,6%). Serta mayoritas kelas adalah kelas C sebanyak 68 responden (36,0%).

Berdasarkan karakteristik usia responden ini rentan mengalami gastritis karena pada usia ini seseorang dituntut untuk belajar mandiri, tidak memperhatikan pola makan, manajemen waktu sehingga dapat menimbulkan gastritis⁽⁶⁾. Selain itu, sebagian besar mahasiswa perempuan lebih rentan mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki, karena biasanya perempuan merasa ada tekanan, lebih

memikirkan tugas sekolah/kuliah atau pekerjaan rumah yang dimilikinya sehingga perempuan memproduksi hormon stres yang lebih banyak dibandingkan dengan laki-laki ⁽⁶⁾.

Data kategori tingkat stres disajikan dalam gambar berikut:



Gambar 1. Kategori Tingkat Stres Mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali Tahun 2022 (n=189)

Gambar 1 menunjukkan tentang tingkat stres mahasiswa tingkat IV prodi Sarjana Keperawatan bahwa mayoritas 67 responden (35,4 %) mengalami stres sedang. Sejalan dengan penelitian oleh Ardiani pada tahun 2019 bahwa mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir mayoritas mengalami stress sedang yaitu 86,8%⁽¹¹⁾. Penelitian lain yang sudah pernah dilakukan juga mendapatkan hasil bahwa tingkat stres responden tertinggi pada tingkat stres sedang sebanyak 15 responden (50%)⁽¹²⁾.

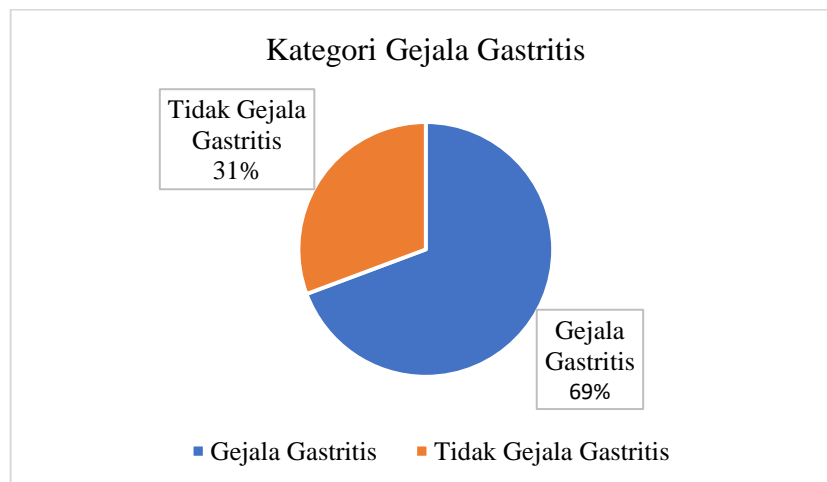
Berdasarkan data yang didapatkan dalam penelitian ini, sebagian besar mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali mengalami stres sedang sebanyak 67 responden (35,4%). Stres yang dialami oleh seseorang adalah hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan. Seseorang yang mengalami stress akan berusaha keras dan berfikir dalam menyelesaikan permasalahan atau tantangannya dalam bentuk respon adaptif untuk tetap bertahan⁽¹³⁾.

Mahasiswa tingkat IV mudah mengalami stres karena selain jadwal perkuliahan yang padat, mengerjakan tugas, mengikuti praktek laboratorium,

pelatihan BTCLS, mahasiswa tingkat IV harus menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi. Kondisi ini yang membuat mahasiswa harus mengerjakan dengan maksimal untuk menyelesaikan seluruh tugas perkuliahan, mengikuti pelatihan BTCLS, mengikuti praktik laboratorium, dan menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya sehingga mahasiswa mudah cemas. Akibat dari kecemasan yang dialami mahasiswa tersebut, tentu mahasiswa akan merasa stress karena berpikiran tidak mampu menyelesaikan tugas tersebut⁽¹⁴⁾.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mappagerang. R pada tahun 2017, menyatakan bahwa stres dapat menyebabkan perubahan hormon di dalam tubuh kita yang nantinya akan merangsang sel-sel di dalam lambung memproduksi asam lambung dengan jumlah asam yang berlebihan. Hal inilah yang dapat menyebabkan lambung terasa nyeri, perih dan kembung yang dapat menyebabkan gastritis⁽¹⁵⁾.

Data kategori gejala gastritis yang muncul pada responden disajikan pada tabel berikut:



Gambar 2. Kategori Gejala Gastritis Mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali Tahun 2022 (n=189)

Gambar 2 menunjukkan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV prodi Sarjana Keperawatan mayoritas 131 responden (69,3 %) mengalami gejala gastritis. Penelitian yang dilakukan oleh Eka Novitayanti pada tahun 2020, kejadian gastritis di SMU Muhammadiyah 3 Masaran dari 52 responden yang mengalami gastritis sebanyak 27 responden (51,9%)⁽¹²⁾. Penyakit gastritis biasanya sering dialami oleh remaja, dan orang-orang yang stress karena pada saat stres dapat memicu

peningkatan produksi asam lambung. Salah satu akibatnya adalah dapat mengganggu aktifitas karena menimbulkan rasa nyeri dan sakit pada perut. Gejala gastritis yaitu seseorang penderita penyakit gastritis akan mengalami keluhan nyeri pada lambung, mual, muntah, lemas, kembung, nyeri pada ulu hati, tidak ada nafsu makan, pusing atau bersendawa serta dapat terjadi perdarahan pada saluran cerna⁽¹⁰⁾. Pada penelitian yang dilakukan peneliti gejala gastritis yaitu, 86,2% responden menjawab pernah merasa mual saat terlambat makan, 85,7% responden menjawab merasa pusing saat mengerjakan tugas/skripsi, 84,1% responden pernah merasa lemas akhir-akhir ini dan 66,1% responden menjawab pernah merasakan pahit di mulut.

Tabel 2. Korelasi Tingkat Stres Dengan Gejala Gastritis Mahasiswa Tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan Tahun 2022 ITEKES Bali (n=189)

Tingkat Stres	Gejala Gastritis		r	p value
	Mengalami Gejala Gastritis	Tidak Mengalami Gejala Gastritis		
Tidak mengalami stress	11 (34,4%)	21 (65,6%)	0,455	0,000
Stres Ringan	29 (61,7%)	18 (38,3%)		
Stres Sedang	54 (80,6%)	13 (19,4%)		
Stres Berat	37 (86,0%)	6 (14,0%)		

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa responden yang tidak mengalami stres mayoritas tidak mengalami gejala gastritis sebanyak 21 responden. Mahasiswa yang mengalami stress ringan mayoritas mengalami gejala gastritis sebanyak 29 responden. Responden yang memiliki stress sedang mayoritas mengalami gejala gastritis sebanyak 54 responden dan yang mengalami stres berat mayoritas mengalami gejala gastritis sebanyak 37 responden.

Selain itu tabel diatas menunjukan ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali. Hubungan ini ditunjukkan dengan kekuatan korelasi ($r = 0,455$) yang termasuk dalam kategori sedang (0,41 - 0,60) dengan arah korelasi

positif (+) yang berarti semakin tinggi tingkat stres maka mengalami gejala gastritis, begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat stres maka tidak mengalami gejala gastritis mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mappagerang R pada tahun 2017, dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Diruang Rawat Inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap”. Hasil penelitiannya menunjukkan sebanyak 16 orang (53,3%) mengalami stress sedang, dan 17 orang (56,7%) mengalami gastritis akut. 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⁽¹⁵⁾.

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, mengikuti praktek laboratorium atau BTCLS dan pembelajaran di kelas sangat diperlukan untuk menyesuaikan diri dengan cara pengaturan jadwal kegiatan. Jika tidak bisa mengatur waktu dengan baik bisa menimbulkan stress. Saat stres seseorang akan lebih fokus terhadap masalah yang dihadapinya. Salah satu akibatnya adalah peningkatan hormon adrenalin di dalam tubuh yang dapat memproduksi asam lambung yang berlebihan sehingga menimbulkan gejala gastritis⁽⁶⁾. Salah satu cara untuk menghindari dan mencegah agar tidak mengalami gejala gastritis salah satunya adalah mengendalikan stress dengan cara istirahat yang cukup agar tubuh tetap rileks, membuat jadwal kegiatan untuk management waktu dan memperhatikan pola makan yang sehat⁽⁶⁾.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali dapat disimpulkan karakteristik responden dari 189 sampel penelitian sebanyak 161 responden (85,2%) berjenis kelamin laki-laki, sebanyak 107 responden (56,6%) berusia 21 tahun dan mayoritas terbanyak kelas C sebanyak 68 responden (36,0%). Tingkat stres mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali sebagian besar mengalami tingkat stres sedang

sebanyak 35,4%. Gejala gastritis mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali sebanyak 69,3 %. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali dengan nilai $r=0,455$ ($p= 0,000$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali yang telah memberikan dukungan dalam pengambilan data.

ETIKA PENELITIAN

Persetujuan etika penelitian ini diperoleh dari komisi etik penelitian Institut Teknologi dan Kesehatan Bali dengan nomor 03.0035/KEPITEKES-BALI/II/2022.

DAFTAR RUJUKAN

1. Kountul YPD, Kolibu FK, Korompis GEC. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. Jurnal KESMAS. 2018;7(5):1–7.
2. Ishmah Rosyidah, Andi Rizal Efendi, Muh. Amri Arfah, Putri Amalia Jasman, Nur Pratami. Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas. Abdi. 2020;2(1):33–9.
3. WHO. Depression. World Health Organization.
4. RISKESDAS. Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. 575 p.
5. Ambarwati PD, Pinilih SS, Astuti RT. The Description Of Stres Levels Incollage Student. 2017;5(5).
6. Ardiani H. Tingginya Tingkat Stres dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis pada Mahasiswa dalam Penyusunan Tugas Akhir di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun. 2-Trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan. 2019;9(1):8.
7. Ratu A, Aswan GM. penyakit Hati, Lambung, Usus, dan Ambeien. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
8. Antara H, Dan S, Makan P, Gastritis K,s. Vol. 4, Nursing News. 2019.
9. Dinas Kesehatan Provinsi Bali. Profil Kesehatan Provinsi Bali 2017. 2017;
10. Sihombing ED. Gambaran Kebiasaan Konsumsi Tuak, Pola Makan dan Keluhan Gejala Gastritis Pria Dewasa di Desa Sibuntuon Partur Kecamatan Lintongnihuta Tahun 2018. Usu. 2018;57–73.

11. Ardiani H. Tingginya Tingkat Stres dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis pada Mahasiswa dalam Penyusunan Tugas Akhir di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun. 2-TRIK: TUNAS-TUNAS RISET KESEHATAN. 2019 Feb 28;9(1):8.
12. Eka Novitayanti. Identifikasi Kejadian Gastritis Pada Siswa Smu Muhammadiyah 3 Masaran Eka Novitayanti. Vol. 10, INFOKES. 2020.
13. Susi Purwati. Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. 2012.
14. Bangkit Bayu Pamungkas. Hubungan Level Stres Akademik Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Di Indonesia. 2021.
15. Mappagerang R, Hasnah. Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis diruang Rawat Inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. Jikp Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah. 2017;6(1):59–64.