

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA PASIEN RAWAT JALAN

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND THE INCIDENCE OF GASTRITIS IN OUTPATIENT PATIENTS

^{1*}Sutanta, ²Sri Widayatmi

^{1*,2} Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Estu Utomo

Kontak koresponden: paksutanta@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan masalah kesehatan yang berbahaya, jika kronis menimbulkan dampak yang berujung pada kematian. Selain pola makan, salah satu faktor pemicu gastritis adalah stres. Tujuan penelitian ingin mengetahui hubungan kejadian gastritis dengan pasien rawat jalan yang mengalami stres. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik survei dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Jumlah responden penelitian seluruh pasien gastritis dipoliklinik rawat jalan rumah sakit sebanyak 57 pasien yang memenuhi kriteria inklusi. Uji analisis data menggunakan analisis *Chi-Square* mendapatkan hasil pengujian $\rho = 0,000$ sehingga didapatkan kesimpulan terdapat hubungan antara kejadian gastritis dengan pasien rawat jalan yang mengalami tingkat stres. Hasil penelitian memberikan rekomendasi pada petugas kesehatan untuk memberikan edukasi pada pasien supaya bisa mengelola stres sehingga bisa terhindar dari faktor penyebab gastritis.

Kata Kunci: Gastritis, pasien rawat jalan, stres

ABSTRACT

Gastritis is a dangerous health problem, and if chronic, it can lead to death. Besides diet, stress is one of the triggers for gastritis. The aim of this study was to determine the relationship between gastritis incidence and stress in outpatients. This quantitative study employed a cross-sectional analytical survey design. The study included 57 gastritis patients in the hospital's outpatient clinic who met the inclusion criteria. Data analysis using chi-square analysis yielded a ρ value of 0.000, concluding that there is a relationship between gastritis incidence and stress in outpatients. The study's findings suggest that healthcare professionals should educate patients on stress management and avoid factors that contribute to gastritis.

Keywords: Gastritis, outpatients, stress

Pendahuluan

Menurut WHO, gastritis adalah sepuluh penyakit yang jumlahnya banyak diderita pasien di rumah sakit di Indonesia (Sari et al., 2024). Gastritis merupakan gangguan kesehatan tubuh yang bisa mengancam harapan hidup, meskipun terlihat biasa. Semua orang bisa mengalami penyakit ini terutama remaja lebih mudah dapat terkena karena mereka sering telat makan atau

bahkan tidak makan sama sekali (Daffa et al., 2023) Pola makan yang tidak teratur meningkatkan risiko mengalami kejadian gastritis (Jusuf et al., 2022). Akibat dari intake makanan yang tidak cukup dari efek penyakit defisiensi dapat terjadi sebab berkurangnya salah satu zat gizi yg diharapkan bila kekurangan jumlah minimal mengakibatkan duduk masalah kesehatan salah satu contoh penurunan kemampuan fungsional contohnya kekurangan vitamin B1 dapat mengakibatkan cepat lelah dan defisit zat besi di remaja dapat menghambat prestasi kerja dan pembelajaran menjadi lebih jelek, dan menurunkan imunitas terhadap bakteri atau virus sehingga penyakit lebih praktis menyerang (Hasanah, 2020).

Faktor lain yang dapat menimbulkan gastritis adalah Stres. Orang yang mengalami stres psikis mengalami 3 kali lebih banyak gastritis menyelaraskan dengan orang yang tidak mengalami stres. Stres terkait dengan peningkatan dan penurunan berat badan. Produksi asam lambung yang meningkat dapat mengiritasi mukosa lambung kalau tidak ditangani lama kelamaan dapat menyebabkan terjadinya gastritis (Widiyanto & Khaironi, 2015).

Penelitian (Noor, 2023) yang dilakukan pada anak SMA mendapatkan *korelasi* yang signifikan antara kejadian gastritis dan tingkat stres seseorang. Stres muncul interaksi tingkah laku manusia dan timbal balik antara fisik yang disebabkan oleh adaptasi terhadap respon yang berasal dari faktor internal dan eksternal. Pressure dapat menimbulkan tekanan batin, perilaku tidak biasa dan masalah dalam hubungan interpersonal. Dalam situasi stres tubuh mengeluarkan hormon cortisol menghabiskan mineral dan vitamin B. Oleh karena itu, sel otak akan menerima perlindungan yang lebih sedikit, melemahkan kekebalan.

Studi pendahuluan peneliti yang dilakukan oleh peneliti di klinik rawat jalan rumah sakit Siloam pada bulan Desember 2024 menunjukkan bahwa 5 pasien gastritis yang telah selesai menjalani pengobatan di sana mengeluh menyampaikan rasa nyeri di bagian perut atas, rasa mual, muntah, menurunnya nafsu makan, atau sakit kepala. Selain itu keluhan lainnya seperti nyeri lambung, mual, muntah, lemas, dan kembung sangat umum. Ketika stres, orang lebih cenderung memikirkan masalahnya sehingga mereka mengabaikan makan dan istirahat yang mengubah hormon tubuh dan menyebabkan asam lambung berlebihan.

Dengan mempertimbangkan fakta-fakta ini, peneliti berminat melakukan penelitian pada pasien di poliklinik rawat jalan yang mengalami gastritis. Oleh karena itu, penulis ingin menyelidiki “Apakah ada korelasi insiden gastritis dengan tingkat stres pasien di poliklinik rawat jalan”.

Metode

Riset ini ialah survei analitik buat memilih hubungan peristiwa gastritis dengan taraf stres pasien pada poliklinik rawat jalan. Desain penelitian ini adalah *Crosssectional* menggunakan observasi. Poliklinik rawat jalan lokasi penelitian. Studi ini akan dilakukan selama empat sampai enam minggu mulai Juli sampai Agustus 2024. Populasi riset merupakan seluruh pasien Gastritis di poliklinik rawat jalan sebesar 67 orang. Sampel yang digunakan pada riset ini merupakan pasien Rawat Jalan. Pengambilan sampel dengan Total sampling menggunakan kriteria inklusi. Kriteria inklusi penelitian ini adalah pasien yang tidak mendertia penyakit lainnya yaitu Diabetes

Mielitus, Kanker ganas dan hipertensi. Selanjutnya diperoleh yotal sampel yang didapat sebesar 57 pasien.

Penelitian memakai instrumen berupa kuesioner, Data yang digunakan ialah data didapat dengan wawancara langsung yang dilakukan pada responden. Kuesioner penelitian menggunakan yang telah baku yaitu *Perceived stress Scale* adopsi berasal (Cohen, 1988). Untuk cheklist insiden gastritis diambil data berasal pemeriksaan dokter. Berita umum tingkat Stres ini menggunakan skala *Likert* yang terbagi dengan 4 tingkatan yaitu. normal, stres ringan, sedang dan berat. Sedangkan untuk kejadian gastritis ada 2 penilaian yaitu stres dan tidak stres. Analisis data yang dipergunakan merupakan analisis univariat serta analisis bivariat. Bivariat analisis memakai uji *Chi-Square* karena datanya non parametrik dan skala datanya ordinal dan nominal.

Hasil

Sebaran responden penelitian

Tabel 1. Sebaran responden menurut umur, pendidikan dan pekerjaan (n=57)

Kategori	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur		
Dewasa Awal	34	59.6%
Dewasa Akhir	23	40.4%
Total	57	100.0%
Pendidikan		
Dasar	3	5.3%
Menengah	31	54.4%
Atas	23	40.4%
Total	57	100.0%
Pekerjaan		
Bekerja	52	91.2%
Tidak Bekerja	5	8.8%
Total	57	100.0%

Sumber: Data Primer (2024)

Melihat hasil tabel, didapatkan data karakteristik responden. Umur responden diketahui kategori dewasa awal sebanyak 34 orang atau dengan prosentase sebesar (59,6%). Berdasarkan Pendidikan, diketahui mayoritas responden berstatus pendidikan menengah (SMA) berjumlah 31 dengan prosentase sebesar (54,4%). Berdasarkan Pekerjaan, diketahui mayoritas responden bekerja yaitu sebanyak 52 dengan prosentase sebesar (91,2%).

Tabel 2. Sebaran Frekuensi kejadian stress Responden Penelitian (n=57)

Kategori Pengetahuan	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	4	7.0%

Ringan	10	17.5%
Sedang	28	49.1%
Berat	15	26.3%
Total	57	100.0%

Sumber: Data Primer (2024)

Melihat hasil tabel 2, kejadian stress responden mayoritas memiliki tingkatan stress sedang, dengan jumlah sebanyak 28 orang atau dengan presentase sebesar (49.1%).

Tabel 3. Frekuensi kejadian gastritis (n=57)

Kategori Kecemasan	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Gastritis	53	93.0 %
Tidak Gastritis	4	7.0%
Total	57	100.0%

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan pada tabel, didapatkan data kejadian gastritis yang dialami responden mayoritas mengalami kejadian gastritis, dengan jumlah sebanyak 53 orang atau dengan presentase sebesar (93,0%)

Tabel 4. Hubungan tingkat stres dengan kejadian gastritis (n=57)

	Gastritis	Stres
Chi-Square	38.754	21.947
Df	1	3
Asym.Sig	.000	.000

Sumber: Data Primer (2024)

Melihat hasil analisa data pada tabel, diketahui hasil penelitian menunjukkan, analisa data menggunakan analisa data *Chi-Square* dengan program SPSS didapat nilai hasil Uji $\rho = 0.000$ lebih kecil dari ($\alpha = 0.05$) Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak ada hubungan antara kedua variabel ditolak.

Pembahasan

Tabel frekuensi menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami tingkat stres sedang dan berat berada pada kelompok yang mengalami gastritis. Sebaliknya, tingkat stres normal atau ringan cenderung lebih banyak pada kelompok yang tidak mengalami gastritis. Ini mengindikasikan adanya keterkaitan antara stres yang lebih tinggi dengan kemungkinan lebih besar terjadinya gastritis.

Performan analisa data penelitian menggunakan uji *Chi-Square* mendapatkan nilai uji $\rho = 0,000$ lebih kecil dari ($\alpha = 0, 05$), sehingga Hipotesis alternatif diterima. Ini memberikan jawaban bahwa ada interaksi antara masalah gastritis dengan tingkat stres pasien rawat jalan, sehingga

bisa disimpulkan pengelolaan stress sangat penting supaya tidak terjadi gastritis karena stres merupakan terganggunya respons homeostatis yang tidak spesifik terhadap kebutuhan tubuh, setiap orang akan mengalaminya yang berdampak di fisik sosial, psikologis, intelektual serta spiritual.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh (Hoesny et al., 2019) yang membagikan stres emosional mampu meningkatkan produksi asam lambung sehingga berakibat gastritis bila berlangsung lama. Perbedaan dengan penelitian ini adalah pasien yang mengalami stres ringan tidak mengalami gastritis.

Penelitian ini juga berbanding lurus yang dilakukan oleh (Suwindri et al., 2021; Uwa et al., 2019). yang menemukan bahwa orang dengan tingkat stres yang lebih tinggi lebih cenderung mengalami tanda-tanda gastritis daripada orang dengan taraf stres rendah. Perbedaan dengan penelitiannya sebelumnya yang dilakukan oleh responden walaupun stres tidak mengalami gastritis, hal ini bisa terjadi karena pengetahuan mereka yang baik bisa mencegah terjadinya gastritis walaupun sedang mengalami stres (Huzaifah, 2017; Elmukhsinur, 2019) atau mempunyai perilaku yang baik untuk pencegahan gastritis (Zainurridha, Y. A., & Azari, 2020).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya oleh (Pratiwi & Aji, 2021) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara stres emosional dengan gangguan saluran cerna atas seperti gastritis. Stres dapat mengaktifkan sistem saraf simpatis dan mengganggu fungsi penghalang mukosa lambung, sehingga membuat lambung lebih rentan terhadap cedera asam. Selain itu, faktor stres juga diketahui mempengaruhi perilaku makan, kualitas tidur, dan pola hidup yang semuanya berkontribusi terhadap kesehatan saluran pencernaan. Individu dengan stres tinggi cenderung mengabaikan pola makan teratur, mengonsumsi makanan yang bersifat iritatif (pedas, asam, tinggi lemak).

Pernyataan ini berbeda dari penelitian (Zainurridha, Y. A., & Azari, 2020) Insiden Gastritis dapat timbul secara mendadak atau menjadi lebih kronis secara umum insiden gastritis tidak menyebabkan kerusakan tetap di lambung tetapi gastritis seringkali menyebabkan kekambuhan berulang yang mengakibatkan nyeri ulu hati.

Lain juga dengan penelitian (Feyisa & Woldeamanuel, 2021) yang menyatakan tergantung di berapa lama gejala gastritis bertahan, bisa bersifat akut atau kronis. Pasien yang mengalami gastritis kronis yang tidak diobati bisa mengakibatkan ulkus peptik bisa mengalami perdarahan di lambung, terutama jika dinding lambung memburuk dan sel-selnya berubah. Gastritis bisa berpengaruh di status gizi. kondisi status gizi bisa menjadi kurang, baik, normal atau lebih gizi.

Melihat performa riset ini, bisa disimpulkan stres adalah salah satu diantara penyebab muncul gastritis walaupun masih ada penyebab yang lain. buat membantu mengatasi duduk perkara di lambung diharapkan kerjasama antara petugas kesehatan, keluarga dan pasien sendiri untuk bisa menurunkan atau menghilangkan ada yang stres pada pasien. sebab akibat dari stres bisa menjadikan pula pada problem kesehatan yang lainnya. Situasi stres mempengaruhi kebutuhan cairan serta elektrolit tubuh. saat stres, tubuh mengalami peningkatan metabolisme sel, peningkatan konsentrasi glukosa darah dan glikolisis otot. Proses ini mengakibatkan retensi

air dan natrium. Selain itu, stres pula menyebabkan peningkatan produksi hormon diuretik yang dapat menurunkan produksi urin (Sutanta, 2019).

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat stres dan kejadian gastritis. Semakin tinggi tingkat stres yang dialami individu, semakin besar kemungkinan terjadinya gastritis. Makna dari temuan ini adalah bahwa faktor psikologis seperti stres berperan penting dalam memengaruhi terjadinya gastritis. Oleh karena itu, aspek psikologis perlu menjadi bagian penting dalam pendekatan holistik terhadap pencegahan dan penanganan penyakit gastritis. Implikasinya diharapkan tenaga kesehatan, khususnya perawat dan dokter, mengintegrasikan asesmen stres dalam pemeriksaan klinis terhadap pasien dengan keluhan lambung, agar intervensi yang diberikan mencakup aspek fisik dan psikologis. Pasien perlu diberikan edukasi mengenai pentingnya manajemen stres sebagai langkah pencegahan penyakit lambung, termasuk melalui pelatihan relaksasi, pengelolaan waktu, atau konseling psikologis. Untuk peneliti berikutnya disarankan dilakukan penelitian lanjutan dengan melibatkan variabel lain seperti pola makan, aktivitas fisik, atau riwayat penyakit untuk melihat pengaruh multivariat terhadap kejadian gastritis.

Referensi

- Cohen, S. (1988). Perceived Stress Scale (PSS). *Mind Garden*, 1646–1648. https://doi.org/10.1007/978-3-030-39903-0_773
- Daffa, R. Z., Susanti, N., Pranita, M., Jannah, M. M., Zahra, M. U., Saragih, P. A., Harahap, M., Karina, R. L., Fikri, M. A., & Wijaya, M. A. (2023). Hubungan Antara Pola Makan Dan Stres Terhadap Kejadian Penyakit Gastritis di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(2), 133. <https://doi.org/10.31596/jcu.v12i2.1603>
- Elmukhsinur, E. (2019). Education and Knowledge of Gastritis Patients About Gastritis Prevention. *JPK: Jurnal Proteksi Kesehatan*, 8(2), 62–66. <https://doi.org/10.36929/jpk.v8i2.173>
- Feyisa, Z. T., & Woldeamanuel, B. T. (2021). Prevalence and associated risk factors of gastritis among patients visiting Saint Paul Hospital Millennium Medical College, Addis Ababa, Ethiopia. *PLoS ONE*, 16(2), 1–16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246619>
- Hasanah, N. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di BPM Indah Suryawati Kecamatan Binjai Timur Kotamadya Binjai Tahun 2020. *Evidance Based Journal*, 2(3), 1–9. <https://doi.org/10.71283/ebj.v2i3.46>
- Hoesny, R., & Nurcahaya, N. (2019). Stres dan Gastritis: Studi Crss Sectional pada Pasien di Ruang Rawat Inap di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bone-Bone Tahun 2018. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(2), 302–308.
- Huzaifah, Z. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Penyebab Gastritis Dengan Perilaku Pencegahan Gastritis. *Healthy-Mu Journal*, 1(1), 28–31. <https://doi.org/10.35747/hmj.v1i1.913>
- Jusuf, H., Adityaningrum, A., & Yunus, R. (2022). Determinan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(2), 108–118.

<https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i2.15171>

- Noor. (2023). Pengaruh Tingkat Stres terhadap Kejadian Kekambuhan Gastritis pada Anak Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(01), 93–112. <http://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm>
- Pratiwi, Y., & Aji, I. E. (2021). Pengaruh Health Literacy melalui Media Brosur tentang Pengobatan Gastritis terhadap Pengetahuan Warga di Desa Muktiharjo Kabupaten Pati. *Cendekia Journal of Pharmacy*, 5(1), 63–69. <https://doi.org/10.31596/cjp.v5i1.138>
- Sari, I. D., Savitri, F., Widiyanto, R., & Yuanto, A. P. (2024). Pengetahuan masyarakat tentang penyakit gastritis di wilayah Kelurahan Gedong Jakarta Timur. *Jurnal Farmasi IKIFA*, 3(1), 137-143.
- Sutanta. (2019). *Anatomi Fisiologi Manusia*. Thema Publishing.
- Suwindri, S., Tiranda, Y., & Cahya Ningrum, W. A. (2021). Faktor Penyebab Kejadian Gastritis di Indonesia : Literature Review. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 209–223. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.1004>
- Uwa, L. F., Milwati, S., & Sulasmini. (2019). Hubungan Antara Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis yang Terjadi di Puskesmas Dinoyo. *Jurnal Nursing News*, 4(1), 237–247. <https://doi.org/10.33366/nn.v4i1.1543>
- Widiyanto, J., & Khaironi, M. (2014). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis. *Photon*, 5(2), 111–118. <https://doi.org/10.37859/jp.v5i1.191>
- Zainurridha, Y. A., & Azari, A. A. (2020). Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Gastritis: Literature Review. *Medical Journal of Al Qodiri*, 5(2), 108–114. https://doi.org/10.52264/jurnal_stikesalqodiri.v5i2.106