

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gastritis merupakan salah satu masalah saluran pencernaan yang paling sering terjadi dan paling sering dijumpai di klinik karena diagnosis hanya berdasarkan gejala klinis bukan pemeriksaan histopatologi.⁽¹⁾ Gastritis dianggap sebagai suatu hal yang remeh namun gastritis merupakan awal dari suatu penyakit yang dapat mengganggu kualitas hidup seseorang.⁽¹⁾ Gastritis terjadi ketika mekanisme perlindungan dalam lambung mulai berkurang sehingga menimbulkan peradangan (inflamasi).⁽²⁾ Jika tidak ditangani dengan benar dapat menimbulkan komplikasi seperti gangguan penyerapan vitamin B12, menyebabkan anemia pernesiosa, penyerapan besi terganggu dan penyempitan daerah *antrum pylorus*.⁽²⁾ Luka pada dinding lambung seringkali karena peningkatan pengeluaran asam lambung selanjutnya akan meningkatkan motilitas lambung dan jika dibiarkan lebih lanjut dapat menyebabkan tukak lambung, pendarahan hebat, dan kanker.⁽²⁾

Bahaya penyakit gastritis jika dibiarkan terus menerus akan merusak fungsi lambung dan dapat meningkatkan risiko untuk terkena kanker lambung hingga menyebabkan kematian.⁽³⁾ Berbagai penelitian menyimpulkan bahwa keluhan sakit pada penyakit gastritis paling banyak ditemui akibat dari gastritis fungsional, yaitu mencapai 70-80% dari seluruh kasus.⁽³⁾ Gastritis fungsional merupakan sakit yang bukan disebabkan oleh gangguan pada organ lambung melainkan lebih sering dipicu oleh kebiasaan makan yang kurang sesuai, faktor psikis dan kecemasan.⁽³⁾

Secara global, sebanyak 1,8 – 2,1 juta orang per tahun mengalami kejadian gastritis.⁽⁴⁾ Data prevalensi gastritis menunjukkan angka yang cukup tinggi dari

beberapa negara diantaranya Kanada 35%, China 31%, Prancis 29,5%, Inggris 22%, dan Jepang 14,5%.⁽⁴⁾ Kejadian gastritis yang dikonfirmasi dengan endoskopi pada populasi di Shanghai sekitar 17,2% yang secara substansial lebih tinggi daripada populasi di Barat sekitar 4,1% dan bersifat asimtomatik.⁽⁴⁾ Kejadian gastritis di Indonesia sebanyak 40,8%, selain itu gastritis adalah salah satu dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di Indonesia dengan jumlah 4,9%.⁽⁴⁾ Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2019 – 2022 jumlah penyakit gastritis sebanyak 19,83% dengan prevalensi tertinggi berada pada kecamatan Ikur Koto sebanyak 2,92%, diikuti oleh kecamatan Air Dingin sebanyak 2,81%, dan kecamatan Kuranji sebanyak 2,46%.⁽⁵⁾

Gastritis dapat menyerang semua tingkat usia, namun dari beberapa survei yang dilakukan didapatkan data bahwa gastritis lebih sering menyerang usia remaja.⁽⁶⁾ Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ririen Hardani pada tahun 2020 di Universitas Tadulako pada mahasiswa Farmasi yang menunjukkan bahwa penyakit gastritis lebih sering dialami oleh rentang usia 19 – 24 tahun yang merupakan kategori usia remaja.⁽⁷⁾ Pada tahun 2021, Riri Maharani juga melakukan penelitian khusus pada mahasiswa kesehatan di STIKes Hang Tuah Pekanbaru, didapatkan bahwa penderita gastritis usia 18 – 24 tahun yang mengalami pola makan tidak baik sebanyak 53,9% sedangkan yang mengalami stres tinggi sebanyak 59,4% yang mana pada usia ini remaja sudah memasuki dunia perkuliahan dan menjadi seorang mahasiswa.⁽⁸⁾

Dilihat dari jenis kelamin, gastritis sering dialami pada perempuan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widiya Tussakinah tahun 2018 didapatkan hasil bahwa hubungan pola makan terhadap kekambuhan gastritis, didapatkan berjenis perempuan 72,2% sedangkan pada laki-laki sebanyak 27,8%.⁽⁴⁾

Hasil penelitian berikutnya yang dilakukan oleh Eka Novitayanti tahun 2020, yang mengalami gastritis berjenis kelamin perempuan sebanyak 94,2% dan sisanya sebanyak 5,8% berjenis kelamin laki-laki.⁽⁹⁾ Gastritis sering terjadi pada perempuan karena disebabkan takut terjadinya penambahan berat badan, sehingga melakukan diet seperti tidak sarapan, makan siang, makan hanya sekali sehari atau tidak makan sama sekali dan hanya makan makanan di luar rumah.⁽⁹⁾ Selain itu, tingkat stres yang tinggi juga dapat mempengaruhi munculnya gejala gastritis pada wanita.⁽¹⁰⁾

Faktor risiko lain yang paling sering terjadi dan menyebabkan gastritis yaitu kebiasaan makan tidak teratur, kebiasaan merokok, sering minum kopi, minum alkohol, stres, *Helicobacter Pylory*, dan *Anti Inflamasi Non Steroid* (AINS).⁽¹¹⁾ Pola makan adalah perilaku seseorang ketika memilih untuk menggunakan bahan makanan dalam makanannya.⁽¹²⁾ Asupan makanan sehari-hari, meliputi jenis makanan yang dikonsumsi, frekuensi makan dan jadwal makan dalam sehari.⁽¹²⁾ Kebiasaan makan yang tidak teratur membuat lambung sulit beradaptasi, Jika dibiarkan dalam waktu lama produksi asam dalam lambung akan berlebihan kemudian dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung, hal ini dapat menyebabkan rasa perih dan mual.⁽¹²⁾

Selain kebiasaan makan, stres juga mempengaruhi perubahan kebiasaan makan yang menyebabkan gastritis.⁽¹³⁾ Ketika seseorang stres, maka akan kehilangan nafsu makan karena selalu memikirkan masalah yang ada di pikirannya.⁽¹³⁾ Stres adalah suatu kondisi yang terjadi ketika ada ketidaksesuaian antara permintaan yang diterima dengan kemampuan untuk menghadapinya.⁽¹⁴⁾ Stres akan terjadi ketika stresor sudah mulai dirasakan sebagai ancaman yang menimbulkan kecemasan yaitu timbulnya gangguan kesehatan fisik dan psikologis berupa perubahan fungsi fisiologis, kognitif, emosional dan perilaku.⁽¹⁴⁾ Stres juga dapat mempengaruhi

perubahan fungsi fisiologis sistem tubuh salah satunya sistem pencernaan yaitu stres dapat mengurangi nafsu makan, membuat kosong lambung, meningkatkan asam lambung dan dapat menyebabkan rasa nyeri di lambung.⁽¹⁴⁾ Kejadian gastritis pada mahasiswa semakin meningkat karena stres yang disebabkan oleh aktivitas perkuliahan sehingga mahasiswa yang tinggal di kos tidak dapat mengatur kebiasaan makan dengan teratur.⁽¹⁵⁾

Dalam proses pembelajaran di kampus, mahasiswa dituntut memiliki kesehatan yang baik karena waktu, fisik, dan pikiran mahasiswa akan banyak digunakan. Apabila mahasiswa menderita gastritis, maka jadwal pembelajaran di kampus akan terganggu dan penyelesaian tugas akan tertunda. Semua itu akan berpengaruh terhadap nilai mahasiswa, dan pada akhirnya akan meningkatkan stres karena gejala-gejala yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut.⁽¹⁶⁾

Mahasiswa juga memiliki prioritas personal seperti kecenderungan memanfaatkan waktu untuk belajar seproduktif mungkin bahkan tidak meluangkan waktu untuk hal-hal yang kurang produktif, termasuk makan yang mempersingkat waktu belajar kemudian uang saku yang digunakan untuk memfotocopy materi perkuliahan.⁽¹⁷⁾ Keterbatasan waktu dan uang membuat mahasiswa makan sembarangan asalkan perut terisi kenyang.⁽¹⁷⁾ Keadaan ini dapat membuat mahasiswa sering makan tidak teratur, sering jajan, tidak makan pagi serta tidak makan siang.⁽¹⁸⁾ Sementara itu kelompok dewasa muda perlu meningkatkan kebutuhan gizinya untuk pertumbuhan dan perkembangan.⁽¹⁹⁾

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap 15 orang mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas yang mengalami kejadian gastritis sebanyak 73,3% mahasiswa memiliki kebiasaan makan yang tidak

teratur dan sering terlambat makan. Selain itu, mereka juga mengatakan sering melewatkan waktu makan serta suka menunda waktu makan ketika mereka sibuk dengan tugas-tugas perkuliahan, sibuk dalam pengerjaan skripsi bagi mahasiswa tingkat akhir dan merasa cukup dengan jajanan di luar. Sebanyak 46,6% mahasiswa yang mengalami kejadian gastritis juga mengatakan bahwa mereka suka mengonsumsi makanan yang pedas, 40,0% mahasiswa tergolong dalam stres akademik hal tersebut dikarenakan banyaknya tekanan dan tuntutan yang dialami mahasiswa, 26,6% mahasiswa suka mengonsumsi makanan/minuman asam, dan 13,3% mahasiswa suka minuman yang bersoda dan berkafein seperti kopi, yang mana makanan atau minuman ini termasuk pada jenis makanan atau minuman yang dapat mengiritasi lambung.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui distribusi frekuensi kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
2. Diketahui distribusi frekuensi jenis makanan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
3. Diketahui distribusi frekuensi makan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
4. Diketahui distribusi frekuensi jadwal makan pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
5. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
6. Diketahui hubungan jenis makanan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
7. Diketahui hubungan frekuensi makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
8. Diketahui hubungan jadwal makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.
9. Diketahui hubungan tingkat stres akademik dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan

dengan kejadian gastritis pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4.2 Manfaat Akademis

Hasil penelitian ini digunakan sebagai media referensi bagi peneliti selanjutnya yang nantinya menggunakan penelitian yang sama terkait dengan hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4.3 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

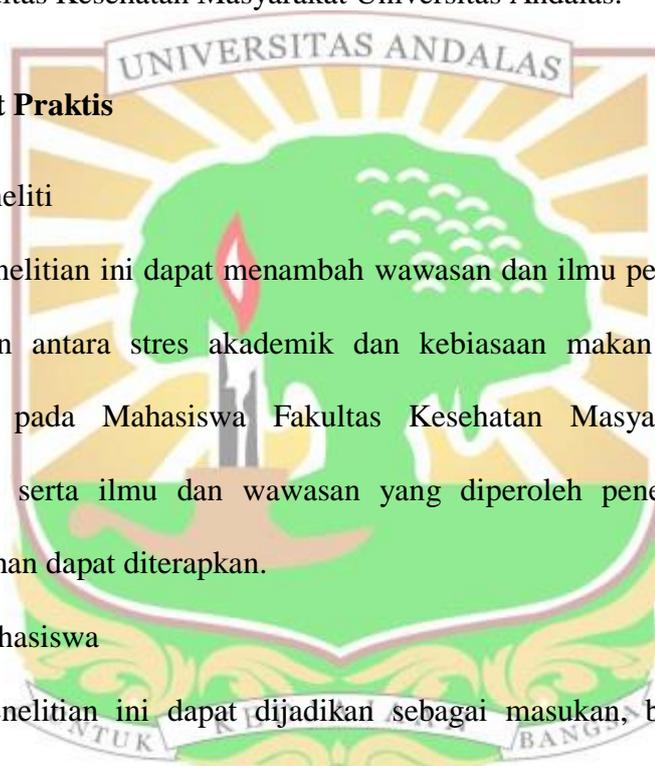
Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, serta ilmu dan wawasan yang diperoleh peneliti selama masa perkuliahan dapat diterapkan.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan, bahan bacaan dan menambah pengetahuan mahasiswa terkait hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya memperhatikan kebiasaan makan pada mahasiswa.

3. Bagi Fakultas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi, bacaan dan informasi mengenai hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan



dengan kejadian gastritis pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.5. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan kepada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat dari bulan Maret 2022 – Mei 2023 untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat di Universitas Andalas. Variabel independen dalam penelitian ini adalah stres akademik dan kebiasaan makan (jenis makanan, frekuensi makanan, dan jadwal makan) sedangkan variabel dependen yaitu kejadian gastritis. Populasi penelitian ini seluruh mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat di Universitas Andalas. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan jenis penelitian *Cross Sectional* menggunakan desain *Probability Sampling* dengan teknik pengambilan sampel *Proporsional Random Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuisioner mengenai kebiasaan makan dan stress akademik dengan menggunakan kuisioner *Depresseion Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42).

