

## BAB 1 : PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi.<sup>(1)</sup> Mahasiswa termasuk ke dalam kategori usia produktif, umumnya berada di rentang usia 18-25 tahun, yang merupakan masa transisi dari remaja ke dewasa awal.<sup>(2)</sup>

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, psikologis, dan sosial.<sup>(3)</sup> Remaja sebagai mahasiswa memiliki gaya hidup yang dapat mempengaruhi kesehatannya. Terdapat berbagai macam masalah kesehatan yang terjadi saat masa remaja, salah satunya yaitu gastritis.

Gastritis merupakan peradangan pada lapisan mukosa lambung akibat adanya iritasi dan infeksi yang menyebabkan kerusakan pada lambung karena proses peremasan terus-menerus, sehingga berpotensi lecet dan luka pada mukosa lambung.<sup>(4)</sup> Hal ini dapat menghambat aktivitas sehari-hari dan berakibat fatal jika tidak ditangani dengan baik.<sup>(5)</sup> Secara umum, gastritis tidak menunjukkan gejala klinis, tetapi memiliki gejala khas seperti rasa nyeri pada abdomen bagian atas atau epigastrium.<sup>(6)</sup> Gejala lainnya adalah mual, muntah, kembung, dan nafsu makan turun. Komplikasi yang dapat timbul mencakup pendarahan lambung, ulkus peptikum, dan kanker lambung.<sup>(7)</sup>

*World Health Organization* (WHO) tahun 2019 menyatakan bahwa kejadian gastritis di dunia mencapai 1,8 juta hingga 2,1 juta penduduk setiap tahunnya.<sup>(8)</sup> WHO juga menyatakan bahwa persentase kejadian gastritis yang tinggi berada di beberapa negara dunia, yaitu Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Prancis 29,5%.

Sedangkan, persentase angka kejadian gastritis di Indonesia mencapai 40,8%.<sup>(9)</sup> Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2017, kejadian gastritis berada pada urutan ke-2 dari 10 kasus penyakit terbanyak yang berada di Sumatera Barat.<sup>(10)</sup> Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang pada tahun 2022, kejadian gastritis di Kota Padang memiliki prevalensi sebesar 19,83% dengan prevalensi tertinggi terjadi di Kecamatan Ikur Koto sebesar 2,92%, diikuti oleh Kecamatan Air Dingin sebesar 2,81%, dan Kecamatan Kuranji sebesar 2,46%.<sup>(11)</sup>

Gastritis dapat terjadi pada seluruh lapisan masyarakat di semua tingkat usia dan jenis kelamin. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kelompok usia produktif lebih rentan mengalami gejala gastritis karena tingkat aktivitas yang rendah, gaya hidup kurang sehat, dan mudah mengalami stress akibat faktor lingkungan.<sup>(12)</sup> Gastritis lebih sering terjadi pada individu berusia antara 15 - 25 tahun yang termasuk ke dalam kategori remaja awal dan remaja akhir.<sup>(13)</sup> Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aldelina (2019) bahwa remaja berusia 19-20 tahun yang berada pada tahap menjadi seorang mahasiswa, paling sering mengalami gastritis dengan persentase sebanyak 41,67%.<sup>(14)</sup>

Kelompok perempuan lebih rentan terhadap gastritis karena perbedaan hormonal, stressor psikososial, kecenderungan mengonsumsi makanan berisiko, dan pola makan tidak seimbang.<sup>(15)</sup> Pernyataan ini didukung oleh penelitian dari Lusiana & Suprayitno (2020) yang menyatakan bahwa penderita gastritis terbanyak dialami oleh perempuan dengan persentase 86,7%.<sup>(16)</sup> Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Pasaribu *et al* (2014) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, juga menunjukkan bahwa gastritis lebih banyak diderita oleh mahasiswa perempuan sebesar 55,4%.<sup>(15)</sup>

Gastritis bisa mengakibatkan munculnya berbagai komplikasi penyakit, termasuk anemia pernisirosa, gangguan penyerapan vitamin B12, penyempitan pada daerah antrum pylorus, dan masalah penyerapan zat besi.<sup>(17)</sup> Gastritis yang tidak diobati akan menyebabkan terjadinya kekambuhan berulang, sehingga mengakibatkan kerusakan fungsi lambung dan peningkatan risiko kanker lambung bahkan berujung pada kematian.<sup>(18)</sup>

Gastritis dipicu oleh beberapa faktor risiko, yaitu penggunaan obat aspirin atau anti-inflamasi non-steroid, infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, konsumsi minuman beralkohol, kebiasaan merokok, tingkat stress yang tinggi, pola makan tidak teratur, serta konsumsi makanan yang merangsang produksi asam lambung seperti makanan pedas dan asam dalam jumlah berlebihan.<sup>(19)</sup>

Salah satu faktor utama pemicu gastritis adalah stress. Stress merupakan respon fisiologis dan perilaku manusia terhadap tekanan yang berasal dari internal dan eksternal, seperti dari akademik, keluarga, sosial, dan ekonomi. Stress rawan dialami oleh kelompok usia produktif, salah satunya pada mahasiswa. Stress yang sering terjadi pada mahasiswa adalah stress akademik akibat tekanan dan tuntutan dalam proses belajar di perkuliahan.<sup>(2)</sup> Permasalahan lain di luar perkuliahan juga dapat mempengaruhi konsentrasi, *mood*, dan prestasi akademik bagi mahasiswa.<sup>(20)</sup>

Stress lebih rentan terjadi pada perempuan karena adanya pengaruh dari hormon oksitosin, estrogen, dan hormon seks lainnya yang memiliki tingkatan berbeda antara perempuan dan laki-laki. Saat mengalami stress, perempuan cenderung mengalami gangguan tidur, gangguan makan, kecemasan, sensitif serta peningkatan dan penurunan nafsu makan. Pernyataan ini didukung dengan penelitian oleh Kountul *et al* (2018) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki kemungkinan 2,2 kali lebih besar untuk mengalami stress berat dibandingkan laki-laki.<sup>(2)</sup>

Stress dapat menyebabkan kekambuhan gastritis karena terjadinya perubahan hormonal, sehingga menimbulkan rasa perih, nyeri, kembung, dan luka pada dinding lambung jika berlangsung lama.<sup>(21)</sup> Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian Ausrianti dan Nurleni (2019), menyatakan bahwa responden yang memiliki risiko stress berpeluang 5,2 kali menderita gastritis.<sup>(22)</sup> Penelitian lain yang dilakukan oleh Saraswati *et al* (2022) pada mahasiswa Program Studi Keperawatan ITEKES Bali, menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami tingkat stress sedang, sebanyak 80,6% mengalami gejala gastritis.<sup>(23)</sup>

Stress juga dapat mempengaruhi kebiasaan makan sehari-hari. Kebiasaan makan merupakan perilaku individu dalam memilih dan menentukan makanan yang akan dikonsumsi, sehingga membentuk pola perilaku makan. Kebiasaan makan seseorang dapat dilihat berdasarkan jenis makanan dan keteraturan makan.<sup>(24)</sup>

Penderita gastritis perlu memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi dengan mengurangi konsumsi makanan dan minuman iritatif bagi lambung, seperti makanan pedas, asam, dan berlemak.<sup>(18)</sup> Konsumsi makanan pedas yang mengandung *capsaicin*, makanan dan minuman asam, minuman berkafein tinggi, serta makanan tinggi lemak terutama lemak hewani, secara berlebihan dapat meningkatkan produksi asam lambung, sehingga apabila terjadi terus menerus, akan melukai lapisan mukosa lambung dan memperparah gangguan pada sistem pencernaan.<sup>(25)(26)</sup> Penelitian Bela *et al* (2022) pada mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang menunjukkan bahwa 70% responden sering mengonsumsi makanan tinggi lemak hewani, 63% responden sering mengonsumsi makanan pedas, dan 55% responden sering mengonsumsi minuman tinggi kafein, masing-masing dikonsumsi dua kali atau lebih dalam sehari, dapat berisiko mengalami gastritis.<sup>(27)</sup>

Konsumsi jenis makanan dan minuman iritatif saat ini sedang menjadi tren di masyarakat karena perilaku impulsif yang kurang memperhatikan efek samping dari mengonsumsinya secara berlebihan. Tren tersebut telah berkembang menjadi gaya hidup dan dapat menjadi kebiasaan yang terus menerus diadopsi oleh masyarakat, termasuk di kalangan mahasiswa.<sup>(27)</sup>

Risiko gastritis dapat meningkat karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat terkait faktor-faktor pemicu terjadinya gastritis.<sup>(28)</sup> Pengetahuan tanpa disertai tindakan nyata tidak cukup untuk mencegah terjadinya gastritis.<sup>(29)</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Verawati *et al* (2020) pada mahasiswa keperawatan program studi S1 Universitas Advent Indonesia, menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku pencegahan gastritis. Perilaku pencegahan gastritis membutuhkan kepatuhan dan kontrol diri yang baik sehingga menimbulkan perilaku sehat yang dapat membantu mencegah terjadinya gastritis.<sup>(28)</sup> Sedangkan, penelitian Jelita *et al* (2023) pada mahasiswa Akademi Keperawatan Pemkab Ngawi, menyatakan bahwa 63,9% mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik terkait pencegahan kekambuhan gastritis, dan 83,3% mahasiswa menerapkan gaya hidup sehat untuk mencegah kekambuhan.<sup>(30)</sup>

Mahasiswa sering mengalami stress akibat akademik maupun organisasi di perkuliahan.<sup>(31)</sup> Stress juga dapat terjadi pada mahasiswa baru yang disebabkan oleh berbagai sumber, seperti sistem pembelajaran yang baru, lingkungan tempat tinggal, beban akademik, harapan orang tua, maupun ketidakpastian dalam pemilihan jurusan bagi mahasiswa di tahun pertama perkuliahan.<sup>(32)</sup> Pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syafriani (2023) pada mahasiswa kesehatan angkatan 2022 di Universitas Andalas, menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami stress tingkat sedang mencapai 73,5%.<sup>(33)</sup> Penelitian Wahyudi *et al* (2015)

menyatakan bahwa sebanyak 56,63% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau tahun pertama mengalami stress sedang yang berkaitan dengan akademik.<sup>(34)</sup>

Saat mengalami stress, diperkirakan sebanyak 35-40% orang mengalami peningkatan pada asupan makan hariannya, sedangkan sisanya mengalami penurunan atau tidak mengubah asupan makanannya.<sup>(35)</sup> Peningkatan asupan makan menjadi mekanisme koping stress bagi seseorang dengan melampiaskannya melalui makanan dan minuman, seperti cemilan, makanan siap saji, makanan manis, asin, asam, atau pedas, serta minuman berkafein, yang dipilih karena dianggap dapat memperbaiki suasana hati.

Pemilihan makanan dan minuman iritatif oleh mahasiswa mampu meningkatkan risiko terjadinya gastritis yang didukung dengan pola makan yang kurang diperhatikan. Hal ini juga dapat terjadi pada mahasiswa yang berada di Kota Padang, salah satunya di Universitas Andalas. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mariana (2023), 61,4% mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas mengalami gastritis.<sup>(36)</sup>

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan terkait kejadian gastritis pada 30 orang mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas, diketahui bahwa 53% mengalami kejadian gastritis. Dampak yang ditimbulkan gastritis akibat stress, kurangnya pengetahuan, dan kebiasaan mengonsumsi makanan minuman iritatif dapat berbahaya bagi mahasiswa, terutama mahasiswa perempuan yang mayoritas menempuh pendidikan perguruan tinggi di jurusan rumpun ilmu kesehatan. Mahasiswa kesehatan memiliki tuntutan untuk mempelajari semua hal yang berkaitan dengan kesehatan manusia dengan jadwal belajar yang padat serta melakukan praktikum dan ujian praktikum.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Stress Akademik, Pengetahuan, dan Kebiasaan Konsumsi Makanan Minuman Iritatif dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswi Kesehatan di Universitas Andalas”**.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Diketahui karakteristik responden pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas
2. Diketahui distribusi frekuensi kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.
3. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stress akademik pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.
4. Diketahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.
5. Diketahui distribusi frekuensi konsumsi makanan minuman iritatif pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.



6. Dianalisis hubungan stress akademik dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.
7. Dianalisis hubungan pengetahuan dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.
8. Dianalisis hubungan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan peneliti tentang hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.

### **1.4.2 Manfaat Akademis**

Hasil penelitian ini digunakan sebagai media referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan menggunakan penelitian serupa terkait dengan hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.

### **1.4.3 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi peneliti tentang hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.

#### **2. Bagi Mahasiswa**



Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi bacaan, masukan dan menambah wawasan bagi pembaca terkait hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis.

### 3. Bagi Fakultas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dan informasi mengenai hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas.

## 1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan kepada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas dari bulan Maret – September 2024 untuk mengetahui hubungan antara stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif dengan kejadian gastritis pada mahasiswi kesehatan di Universitas Andalas. Variabel independen dalam penelitian ini adalah stress akademik, pengetahuan, dan kebiasaan konsumsi makanan minuman iritatif, sedangkan variabel dependen yaitu kejadian gastritis. Populasi penelitian ini adalah mahasiswi angkatan 2023 yang berada di dalam rumpun ilmu kesehatan (Fakultas Kedokteran, Fakultas Farmasi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Fakultas Keperawatan, dan Fakultas Kedokteran Gigi) di Universitas Andalas. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan jenis penelitian *cross sectional* menggunakan teknik pengambilan sampel *Proportional Random Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner keluhan gejala gastritis, kuesioner *Perceived Academic Stress Scale* (PASS), kuesioner pengetahuan, dan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) makanan minuman iritatif.