

HUBUNGAN STRES DENGAN KEKAMBUIHAN GASTRITIS PADA SISWA – SISWI KELAS XII DI SMAN 1 CEPU

(THE RELATIONSHIP OF STRESS WITH RECURRENCE OF GASTRITIS ON THE STUDENTS GRADE XII SENIOR HIGH SCHOOL 1 CEPU)

Myrsanila Winny Redita Putri¹, Vendi Eko Kurniawan¹, Rudi Hariyono¹

¹ STIKES Bahrul 'Ulum Jombang, Jawa Timur.

Abstrak

Keterkaitan stres terhadap kekambuhan gastritis yaitu pada saat seseorang dalam kondisi stres akan terjadi perangsangan saraf simpatis Nervus Vagus yang menyebabkan peningkatan produksi asam klorida (HCl) di dalam lambung sehingga terjadi iritasi pada mukosa lambung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan kekambuhan gastritis pada siswa-siswi kelas XII di SMAN 1 Cepu. Desain penelitian ini adalah korelasi analitik, populasinya seluruh siswa-siswi kelas XII SMAN 1 Cepu sebanyak 251. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah purposive sampling (41 responden) dengan membagikan kuesioner untuk mengukur tingkat stres (DASS 42) dan kuesioner kekambuhan gastritis. Didapatkan hasil 9 responden (21,95%) dengan tingkat stres ringan, 9 responden (21,95%) dengan tingkat stres sedang, 8 responden (19,51%) dengan tingkat stres parah dan 27 responden (65,85%) mengalami kekambuhan gastritis. Analisa data menggunakan uji statistik rank spearman yang menunjukkan nilai signifikansi $p = .002$ ($p \leq 0,05$) artinya H1 diterima, maka ada hubungan stres dengan kekambuhan gastritis pada siswa-siswi kelas XII di SMAN 1 Cepu. Oleh karena itu diperlukan pola koping yang positif untuk menghadapi stressor agar tidak terjadi stres yang mengakibatkan kekambuhan gastritis.

Kata kunci : Stres, Gastritis, Remaja

Abstract

The linkage of stress against recurrence of gastritis when a person in stressful conditions will occur the Nervus Vagus stimulation of the sympathetic dystrophy which causes an increase production of Hydrochloric Acid (HCl) in stomach, it will causing irritation of the gastric mucosa. The purpose of this research is to know the relationship of stress with recurrence of gastritis on the students Grade XII Senior High School 1 Cepu. The design of this research is analytical correlation, the population is the whole of students Grade XII Senior High School 1 Cepu as many as 251 persons. The sampling techniques of this research is purposive sampling (41respondents) with distributed questionnaires to measure the stress level (DASS 42) and recurrence of gastritis quetionnaires. Obtained results that 9 respondents (21.95%) included in a mild stress levels, 9 respondents (21.95%) included in moderate stress levels, 8 respondents (19.51%) included in severe stress levels, and 27 respondents (65.85%) experienced of recurrence of gastritis. The analyze data using statistical test of rank spearman which shows the value of significance of $p = .002$ ($p \leq 0,05$) means that H1 is accepted, then the conclusion there is the relationship of stress with recurrence of gastritis. Therefore it necessary the positive coping pattern to confront the stressor in order to avoid stress which resulting in recurrence of gastritis

Key words : Stress, Gastritis, Teenagers

PEDAHULUAN

Gastritis merupakan suatu keadaan peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronis, difus, atau lokal. Pada sebagian besar kasus gastritis memang tidak secara permanen merusak lapisan lambung, tetapi seseorang yang telah menderita gastritis sering mengalami kekambuhan yang menyebabkan rasa nyeri di ulu hati (Ehrlich, 2011). Ada berbagai faktor yang menyebabkan kekambuhan gastritis yaitu infeksi *Helicobacter Pylori*, konsumsi obat *Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs*, pola makan, konsumsi alkohol, merokok dan stres. Selama ini sebagian besar orang beranggapan faktor yang mempengaruhi kekambuhan gastritis adalah pola makan saja, banyak orang yang belum mengetahui bahwa faktor psikis atau stres juga dapat menyebabkan kekambuhan gastritis. Gastritis dapat menyerang siapa saja termasuk remaja. Dengan aktivitas yang padat, gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan dan stres yang mudah terjadi maka hal tersebut dapat menyebabkan munculnya gejala ataupun kekambuhan gastritis.

Menurut tinjauan *World Health Organization* (WHO) terhadap beberapa negara di dunia, hasil persentase dari angka kejadian gastritis diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Perancis 29,5%. Di dunia, insiden gastritis sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahun. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah

penduduk setiap tahunnya (Lin et al, 2013). Di Indonesia menurut WHO (2012) mencapai 40,8%. Angka kejadian pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Berdasarkan profil kesehatan di Indonesia tahun 2012, gastritis merupakan salah satu penyakit dalam 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%). Berdasarkan data dari seksi upaya kesehatan rujukan di Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah kejadian gastritis pada tahun 2009 sebesar 5.744 kasus dari 42.978 kasus (13,4%). Bila dibandingkan dengan tahun 2008 sebesar 5.689 kasus dari 46.766 kasus (12,2%), maka angka tersebut relatif meningkat (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah, 2009). Dalam penelitian Yuli Kistanti (2012) di Puskesmas Tlogosari Kulon Semarang dari 74 responden didapatkan hasil sebagian besar pasien gastritis mengalami stres ringan sebanyak 53 responden (71,6 %) dan sebagian besar pasien mengalami kekambuhan gastritis tingkat ringan (48,6%). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada Desember 2015, dari 251 siswa kelas XII SMAN 1 Cepu, dilakukan studi pendahuluan pada 10 siswa-siswi kelas XII dan 7 diantaranya mengalami gastritis.

Penyebab gastritis antara lain yaitu oleh iritasi, infeksi, dan atropi mukosa lambung. Dimana faktor-faktornya berawal dari faktor stres,

alkohol, infeksi *Helicobacter Pylori* dan *Mycobacteria Spesies*, serta obat-obatan seperti NSAIDs (*Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs*), dan lain-lain yang dapat mengiritasi mukosa lambung. Gejala yang umum muncul pada penderita gastritis yaitu nyeri ulu hati, rasa tidak nyaman sampai nyeri pada saluran pencernaan terutama bagian atas, rasa mual, muntah, kembung, lambung terasa perih, disertai sakit kepala. Gejala ini bisa terjadi akut, berulang dan kronis. Kekambuhan penyakit gastritis atau gejala muncul berulang karena salah satunya dipengaruhi oleh faktor kejiwaan atau stres (Misnadiarly, 2009). Stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang di hadapi mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia tersebut (Potter, 2005). Pada saat kondisi stres misalnya pada saat beban kerja berat, panik dan tergesa-gesa akan terjadi perangsangan saraf simpatis *Nervus Vagus* yang akan meningkatkan produksi asam klorida (HCl) di dalam lambung. Kadar HCl yang meningkat menyebabkan rasa nyeri. Rasa nyeri ini ditimbulkan oleh kontak HCl dengan mukosa gaster sehingga terjadi iritasi pada mukosa gaster dan jika hal ini dibiarkan akan menyebabkan terjadinya gastritis (Friscaan, 2010).

Bagi sebagian orang keadaan stres umumnya tidak dapat dihindari. Maka, kuncinya adalah mengendalikan stres secara efektif, yaitu dengan cara diet yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi, istirahat cukup, olah raga teratur dan relaksasi yang cukup (Friscaan, 2010). Dalam

hal ini dibutuhkan peran dan kerjasama perawat dengan Kader Kesehatan Remaja (KKR) di SMAN 1 Cepu untuk memberikan penyuluhan kesehatan, khususnya mengenai gastritis, manajemen stres dan akibat dari stres. Penyuluhan kesehatan perlu diberikan terutama pada siswa-siswi agar mengetahui cara mengendalikan stres dan meminimalisir kekambuhan dan kejadian gastritis. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Stres dengan Kekambuhan Gastritis pada Siswa-Siswi Kelas XII di SMAN 1 Cepu.

METODE PENELITIAN

Berdasarkan tujuan penelitian, desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *korelasi analitik*, yaitu survei atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena, baik antara faktor resiko dengan faktor efek dengan penggunaan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada Populasi dalam penelitian adalah subjek (misalnya manusia; klien) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2011).

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas XII di SMAN 1 Cepu yang berjumlah 251 orang. Teknik sampling yang digunakan yaitu *nonprobability sampling* dengan *purposive sampling*.

Sampel dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XII SMAN 1 Cepu yang memenuhi kriteria inklusi dan diperoleh sebanyak 41 responden.

Menggunakan kuesioner *Depression Anxiety and Stress Scale 42* yang terdiri dari 14 item pernyataan untuk mengukur tingkat stres dan kuesioner pertanyaan mengenai kekambuhan gastritis dengan beberapa gejala kekambuhan yang dialami responden.

Pemohonan izin kepada Kepala SMAN 1 Cepu untuk pengumpulan data. Menjelaskan kepada calon responden tentang penelitian dan bila bersedia menjadi responden, dipersilahkan untuk menandatangani *informed consent*. Kemudian responden diminta mengisi semua daftar pertanyaan dalam kuesioner yang telah diberikan. Setelah kuesioner diisi dan dikumpulkan, peneliti melakukan analisa data. Setelah data diperoleh dilakukan penyusunan laporan hasil penelitian.

HASIL PENELITIAN

Responden dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas XII SMAN 1 Cepu yang memenuhi kriteria inklusi dan diperoleh sebanyak 41 responden yang dikarakteristikan sebagai berikut:

Tabel 1 : Tingkat Kejadian Stres Responden di SMAN 1 Cepu Tanggal 29 Maret 2016

Keterangan	Frekuensi	Persentase
Normal	15	36,6%
Ringan	9	21,95%
Sedang	9	21,95%
Parah	8	19,5%

Sangat Parah	0	0
Jumlah	41	100%

Tabel 2 : Angka Kekambuhan Gastritis di SMAN 1 Cepu Tanggal 29 Maret 2016

Kekambuhan Gastritis	Frekuensi	Persentase
Kambuh	27	65,85%
Tidak Kambuh	14	34,15%
Jumlah	41	100%

Tabel 3 : Hubungan Stres dengan Kekambuhan Gastritis pada Siswa-Siswi Kelas XII di SMAN 1 Cepu Tanggal 29 maret 2016

Keterangan	Kambuh	Tidak Kambuh	Total
Normal	5 (33,3%)	10 (66,7%)	15 (100%)
Stres Ringan	9 (100%)	0 (0%)	9 (100%)
Stres Sedang	7 (77,8%)	2 (22,2%)	9 (100%)
Stres Parah	6 (75%)	2 (25%)	8 (100%)
Stres Sangat Parah	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Total	27 (65,9%)	14 (34,1%)	41 (100%)

Tabel 4 : Uji Statistik *Rank Spearman*

		Stres	Kekambuh Gastriti
Spearman's rho	Stres	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.46
		N	41
Kekambuhan Gastritis	Kekambuhan	Correlation Coefficient	.468**
		Sig. (2-tailed)	.002
		N	41

PEMBAHASAN

Tingkat Kejadian Stres

Dari penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah yaitu 15 responden (36,6%) dengan tingkat stres normal dan sebagian besar lainnya yaitu 26 responden (64,4%) mengalami stres dari tingkat ringan hingga tingkat parah.

Stres merupakan sebuah respon alami tubuh dan jiwa ketika kita mengalami tekanan dari lingkungan. Beberapa faktor pemicu stres diantaranya adalah lingkungan, tuntutan sosial/tekanan, fisiologis, pikiran/frustrasi, konflik dan juga krisis (Sunaryo, 2013).

Dampak dari stres pun beragam, stres dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik namun juga ada dampak positifnya (*eustress*). *Eustress* merupakan dampak positif stres yang membuat kita menjadi bersemangat saat dihadapkan pada suatu kasus atau persoalan yang menantang. Selain itu stres memiliki dampak negatif pada tubuh, diantaranya stres memicu sakit jantung, tubuh mudah lelah, tekanan darah tinggi, sakit kepala, stroke, kanker, konstipasi dan juga gastritis (Wirawan, 2012). Stres pada remaja

disebabkan karena munculnya kekecewaan dan penderitaan, peningkatan konflik, pertentangan-pertentangan dan krisis penyesuaian, impian dan khayalan, pacaran dan percintaan, ketersaingan dari kehidupan dewasa dan norma kebudayaan (Gunarsa & Yulia, 2008).

Dengan adanya fakta tersebut diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami stres dari tingkat ringan hingga tingkat parah, dengan tanda mudah marah, gelisah/cemas, tidak sabaran, mudah tersinggung, dan merasa sulit beristirahat sesuai dengan pernyataan yang telah dijawab dalam koesioner pada saat dilaksanakannya penelitian. Perbedaan tingkat stres antar responden dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu lingkungan, stres sosial, fisiologis, dan pikiran. Namun dalam penelitian ini faktor-faktor tersebut tidak dikaji lebih lanjut.

Kejadian Kekambuhan Gastritis

Dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar yaitu 27 responden (65,85%) mengalami kekambuhan gastritis dan hampir setengah yaitu 14 responden (34,15%) tidak mengalami kekambuhan gastritis.

Gastritis merupakan suatu keadaan peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronis, difus, atau lokal (Price & Wilson, 2006) dalam NANDA (2013). Kekambuhan gastritis merupakan timbulnya kembali gejala yang dirasakan sebagai nyeri terutama di ulu hati, seseorang yang menderita gastritis biasanya sering mual, muntah, rasa penuh pada perut dan

rasa tidak nyaman. Kekambuhan gastritis disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya stres, rokok, pola makan, konsumsi kopi, alkohol, dan lain-lain.

Pada dasarnya kekambuhan gastritis akan terjadi apabila asam lambung meningkat baik karena faktor stres ataupun gaya hidup, pola makan dan juga makanan atau minuman yang dikonsumsi khususnya makanan atau minuman yang merangsang peningkatan asam lambung. Dalam kondisi ini bakteri penyebab penyakit gastritis akan semakin kuat sehingga mengiritasi mukosa lambung dan terjadilah kekambuhan gastritis.

Dalam penelitian ini remaja rentan mengalami gastritis/kekambuhan gastritis karena tingkat kesibukan serta pemikiran-pemikiran di masa peralihan (kegelisahan, pertentangan, menghayal, aktivitas berkelompok, dan keinginan mencoba segala sesuatu) yang menyebabkan stres serta gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan, mengabaikan pola makan dan juga mengkonsumsi makan ataupun minuman yang dapat mempengaruhi terjadinya kekambuhan gastritis.

Hubungan Stres dengan Kekambuhan Gastritis

Berdasarkan hasil uji statistik *Rank Spearman* dengan menggunakan *SPSS 16 for Windows* didapatkan nilai signifikansi sebesar $p = .002$ ($p \leq 0,05$), artinya H_1 diterima, maka ada hubungan stres dengan kekambuhan gastritis pada siswasiwi kelas XII di SMAN 1 Cepu.

Keterkaitan stres dengan kekambuhan gastritis yaitu pada saat

kondisi stres akan terjadi perangsangan saraf simpatis *Nervus Vagus* yang akan meningkatkan produksi asam klorida (HCl) di dalam lambung. HCl yang meningkat dan terjadi kontak dengan mukosa lambung/gaster maka akan terjadi iritasi pada mukosa gaster yang menyebabkan nyeri sehingga terjadinya gastritis/kekambuhan gastritis (Friscaan, 2010).

Stressor dari setiap orang akan berbeda, pemicu stres diantaranya adalah lingkungan, tuntutan sosial/tekanan, fisiologis, pikiran/frustrasi, konflik dan juga krisis. Dan sejumlah sikap yang sering ditunjukkan remaja yaitu kegelisahan, pertentangan, menghayal, aktivitas berkelompok, dan keinginan mencoba segala sesuatu memmbuat remaja lebih mudah megalami stres (M. Ali, 2006).

Oleh karena itu sangat diperlukan koping atau tindakan yang tepat serta pemikiran yang positif dalam menghadapi stressor (lingkungan, stres sosial, fisiologis, pikiran). Dalam hal ini stres merupakan penyebab/pencetus terjadinya kekambuhan gastritis, karena stres memiliki dampak yang negatif terhadap sistem pencernaan khususnya peningkatan asam lambung.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian terdahulu, diantaranya yaitu penelitian yang dilaksanakan oleh Prasetyo, dkk (2015) bahwa ada hubungan stres dengan kejadian gastritis pada usia produktif. Saroinsong, dkk (2014) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ada

hubungan stres dengan kejadian gastritis pada remaja. Murjayanah (2010) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ada hubungan riwayat stres psikis dengan kejadian gastritis. Penelitian Rahmawati (2010) menyebutkan beberapa faktor predisposisi dalam munculnya kekambuhan gastritis adalah karakteristik responden, stres psikologis, dan perilaku konsumsi. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres dengan kekambuhan gastritis.

KESIMPULAN

Ada hubungan stres dengan kekambuhan gastritis pada siswa-siswi kelas XII di SMAN 1 Cepu.

SARAN

Bagi Responden diharapkan responden untuk selalu berpikir positif, berfikir realistis serta dapat memilih koping yang tepat (positif) dalam menghadapi masalah sehingga tidak terjadi stres yang menyebabkan kekambuhan gastritis. Bagi Tempat Penelitian hendaknya pihak sekolah juga memperhatikan tingkat stres yang terjadi pada siswa-siswi dan dapat memberikan pengarahan ataupun cara pengendalian stres sehingga dapat meminimalisir terjadinya kekambuhan gastritis dan masalah kesehatan lainnya yang disebabkan oleh stres.

DAFTAR PUSTAKA

Ehrlich, S. D. (2011). Gastritis. <http://www.umm.edu/altmed/articles/gastritis-000067.htm#ixzz1xjJUAWU2>.

Diakses pada 11 Februari pukul 18.33 WIB

Kistanti, Y. (2012). Hubungan Antara Stres Dengan Kekambuhan Penyakit Gastritis Pada Pasien Gastritis Di Puskesmas Tlogosari Kulon Semarang. <http://digilib.unimus.ac.id>. Diakses pada 26 November 2015 pukul 21.03 WIB

Misnadiarly. (2009). Mengenal Penyakit Organ Cerna : Gastritis (Dyspepsia atau Maag). Jakarta : Pustaka populer OBDA

Potter, P. A. (2005). Buku ajar fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik, Edisi 4, Vol. 1. Jakarta : EGC

Friscaan. (2010). Dalam GIC . (2013). Stress Salah Satu Penyebab Penyakit Gastritis. <http://gastritis-informationcenter.blogspot.com> . Diakses pada 23 Oktober 2015 pukul 16.04 WIB

Nursalam. (2003). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika

Nursalam. (2011). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika

Wirawan. (2012). Menghadapi Stres dan Depresi, Seni Menikmati Hidup Agar Selalu Bahagia, Edisi 1. Jakarta : Platinum

Sunaryo. (2013). Psikologi Untuk Keperawatan, Edisi 2. Jakarta : EGC

Gunarsa, Singgih D. & Gunarsa, Yulia. (2008) Psikologi Praktis : Anak, Remaja, dan Keluarga. Jakarta : Gunung Mulia

Rahma, dkk. (2013). Dalam penelitian Dhanang .(2015). Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Gastritis Di Klinik Dhanang Husada Sukoharjo.<http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/21/01-gdl-dhanangpra-1044-1-dhanang-i.pdf> . Diakses pada 20 November 2015 pukul 19.59 WIB

Ali, M. (2006). Dalam Teori Remaja. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/113/jtptunimus-gdl-indahsucin-5645-3-babii.pdf>. Diakses pada 26 November 2015 pukul 21.14 WIB