

Hubungan Tingkat Sters dan Anxiety Disorder dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir STIKES Eka Harap Palangka Raya

The Relationship Between Stress Levels and Anxiety Disorders and the Incidence of Gastritis in Final Year Students of STIKES Eka Harap Palangka Raya

Dewi Sriwahyuni ^{1*}

Eva Prilelli Baringbing ²

Yana Afrina ³

Prodi Kesehatan Masyarakat, STIKES
Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan
Tengah, Indonesia

*email:

dewisriwahyuni0609@gmail.com

Abstrak

Mahasiswa tingkat akhir identik dengan tugas akhir kuliah yang dimana akan membuat mahasiswa mudah mengalami gangguan secara fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Salah satu gangguan fisik yang terjadi adalah gastritis. Gastritis sering muncul ketika mahasiswa tersebut sedang mengalami stres dan kecemasan berlebih atau *anxiety disorder*. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan *anxiety disorder* dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKES Eka Harap. Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif, dan jenis pendekatan desain *Cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 138 responden, yaitu mahasiswa tingkat akhir STIKES Eka Harap. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *accidental sampling*. Analisis data menggunakan Uji *Chi-Square* dengan hasil uji yaitu Adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis (nilai p value = 0,001 atau $p < 0,05$) dan tidak adanya hubungan antara *anxiety disorder* dengan kejadian gastritis (p value = 0,152 atau $p > 0,05$). Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu faktor yang terbukti ada hubungan dengan kejadian gastritis yaitu faktor tingkat stres sedangkan faktor *anxiety disorder* tidak ditemukan hubungan yang signifikan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKES Eka Harap. Hal ini disebabkan mayoritas mahasiswa STIKES Eka Harap masih berada pada *anxiety disorder* kategori sedang sehingga tidak memberikan gejala atau respon tubuh berlebih yang menyebabkan meningkatnya kadar asam lambung pada tubuh individu.

Kata Kunci:

Tingkat Stres
Anxiety Disorder
Gastritis
Mahasiswa Tingkat Akhir

Keywords:

Stress Level Keyword 2
Anxiety Disorder
Gastritis
Final Year Students

Abstract

Final year students are synonymous with the final college project which will make students easily experience physical, emotional, intellectual and interpersonal disorders. One of the physical disorders that occurs is gastritis. Gastritis often appears when the student is experiencing excessive stress and anxiety or anxiety disorder. The purpose of this study is to determine the relationship between the level of stress and anxiety disorder with the incidence of gastritis in the final year students of STIKES Eka Harap. This study uses quantitative methods, and types of cross-sectional design approaches. The research sample amounted to 138 respondents, namely STIKES final year student Eka Harap. The sample collection technique uses accidental sampling. Data analysis used the Chi-Square Test with test results, namely the existence of a relationship between stress levels and the incidence of gastritis (p value = 0.001 or $p < 0.05$) and no relationship between anxiety disorder and the incidence of gastritis (p value = 0.152 or $p > 0.05$). The conclusion in this study is that the factors that are proven to be related to the incidence of gastritis are stress level factors, while anxiety disorder factors were not found to have a significant relationship with the incidence of gastritis in final year students of STIKES Eka Harap. This is because the majority of STIKES Eka Harapan students are still in the moderate category of anxiety disorder so that they do not give symptoms or excessive body responses that cause increased stomach acid levels in the individual's body.



PENDAHULUAN

Gastritis adalah penyakit pemicu infeksi yang terjadi pada mukosa lambung yang diakibatkan oleh *Mycobacterium* dan *Helicobacter pylori*, biasanya ditandai dengan rasa mual, muntah, sakit pada ulu hati, dan juga sakit kepala. Gastritis terbagi dua, yaitu gastritis akut dan kronis. Gastritis akut yaitu infeksi pada mukosa lambung dan berlangsung dalam waktu kurang dari satu bulan dan terjadi mendadak. Sedangkan gastritis kronis yaitu infeksi pada mukosa lambung yang berjalan selama lebih dari satu bulan dan terjadi secara bertahap. Gastritis merupakan penyakit yang masih sangat disepelekan oleh masyarakat terutama kalangan muda yang beranggapan bahwa penyakit gastritis tidak berbahaya. Hal ini dibuktikan dengan kasus gastritis yang masih tinggi diberbagai negara (Simbolon et al., 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) (2019), insiden gastritis di dunia mencapai 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk disetiap tahunnya, dimulai dari negara yang angka kejadian gastritisnya paling tinggi yaitu Kanada kemudian diikuti oleh China, Prancis, Inggris dan yang terakhir negara Jepang. Penderita gastritis yang terjadi di Asia Tenggara sebanyak 583,635 kasus dari jumlah penduduk setiap tahunnya (Suwindiri dan Yulius Tiranda, 2021)

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019) angka kejadian gastritis cukup tinggi di beberapa daerah dengan presentase 40,8% dan prevensi 274.396 kasus, daerah yang mengalami kejadian gastritis yang tinggi yaitu Palembang, Jakarta, Bandung, Denpasar, Surabaya, Aceh, Pontianak dan Medan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia juga mencatat gastritis merupakan penyakit yang selalu masuk kedalam sepuluh penyakit terbanyak di Indonesia.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya (2021) gastritis berada pada urutan keempat dalam sepuluh penyakit terbanyak dengan jumlah 1.570 kasus. Kejadian gastritis di kota Palangka Raya terus mengalami peningkatan dimana dari data Dinas Kesehatan Kota

Palangka Raya (2022) penderita gastritis berjumlah 8.862 kasus.

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) merupakan salah satu perguruan tinggi swasta di Indonesia tepatnya di Kalimantan Tengah. STIKes Eka Harap merupakan perguruan tinggi kesehatan yang berada di kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah. Mahasiswa kesehatan merupakan individu yang sangat rentan terkena gastritis mengingat banyaknya tugas-tugas perkuliahan dan ketatnya persaingan dalam mencapai prestasi serta kegiatan praktik belajar lapangan yang dilakukan oleh mahasiswa kesehatan seringkali menyebabkan mahasiswa cenderung lebih mudah merasa stres dan juga mengalami kecemasan berlebih yang berpotensi memicu terjadinya gastritis (Arsini, Amini and Sinaga, 2023).

Dari hasil survei pendahuluan yang dilakukan diketahui mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap tahun 2024 berjumlah 230 mahasiswa, dengan pembagian masing-masing program studi yaitu Sarjana Kesehatan Masyarakat berjumlah 36 mahasiswa, Sarjana Keperawatan 80 mahasiswa, Diploma III Keperawatan 47 mahasiswa dan Diploma III Kebidanan 60 mahasiswa. Dalam survei pendahuluan dilakukan wawancara serta pembagian kuesioner secara langsung dan beberapa dibagikan melalui *google form* kepada 20 mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap, ditemukan 12 (60%) responden mengalami gastritis. Kemudian dari 12 (60%) responden yang mengalami gastritis terdapat 3 responden yang bersedia untuk diwawancara. Dari hasil wawancara tersebut ditemukan bahwa salah satu faktor yang memicu terjadinya gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap selain dari pola makan, pola tidur dan konsumsi kopi berlebih yaitu adanya faktor stres yang disebabkan oleh banyaknya beban kuliah seperti tugas dan penelitian akhir. Selain itu beberapa juga menyatakan bahwa gastritis sering muncul ketika mahasiswa tersebut sedang mengalami kecemasan berlebih atau *anxiety disorder*.

Gastritis akut biasanya dapat terjadi pada saat seseorang mengalami *anxiety disorder* atau kecemasan berlebih yang datang tiba-tiba yang disebabkan oleh tekanan psikologis. Kegelisahan dan kecemasan yang dialami seseorang juga berdampak pada kesehatan tubuh. Kecemasan yang diakibatkan oleh tekanan psikologis dapat mempengaruhi motilitas esofagus yang mengacu pada kontraksi lambung. *Anxiety disorder* atau kecemasan berlebih biasanya akan membuat penderita tersebut menjadi lebih sensitif terhadap rasa sakit dan juga gejala gastritis (Saraswati, 2022)

Gastritis kronis terjadi akibat peradangan jangka panjang di dinding lambung yang tidak diobati dan beresiko menjadi kanker lambung. Gastritis kronis dapat berdampak pada sebagian atau semua bagian mukus pelindung lambung. Stress yang berkepanjangan mengakibatkan peningkatan produksi asam lambung. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress, seperti beban kerja yang berlebihan, cemas, takut, atau diburu-buru. Kadar asam lambung yang meningkat akan menimbulkan ketidak nyamanan pada lambung (Saraswati,2022). Selain daripada itu, seseorang akan bisa terkena penyakit gastritis apabila mengalami stres dan pola makan yang tidak sehat, karena stres dapat membuat seseorang tidak mau makan (Monica, 2019).

Berdasarkan data yang terdapat dalam latar belakang tersebut kejadian gastritis masih terbilang sangat tinggi. Gastritis jika terus-menerus dibiarkan maka akan berpotensi mengalami kanker lambung bahkan berujung pada kematian. Mahasiswa tingkat akhir identik dengan tugas akhir kuliah yang dimana akan membuat mahasiswa mudah mengalami gangguan secara fisik, emosional, intelektual dan interpersonal. Salah satu gangguan fisik yang terjadi adalah gastritis. Oleh sebab itu diharapkan mahasiswa tingkat akhir terutama di Stikes Eka Harap Palangka Raya dapat memperhatikan serta mengatur dengan baik pola hidup sehat salah satunya dengan melakukan istirahat yang cukup yang

diselingi dengan berolahraga dan memperhatikan pola makan dan tidur, hal ini dapat mengurangi tingkat stres dan juga gejala dari *anxiety disorder* yang berpotensi menimbulkan kejadian gastritis.

METODOLOGI

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukan penelitian dalam satu waktu. Hal ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan *anxiety disorder* dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yang berjumlah 210 mahasiswa. Berdasarkan perhitungan dengan rumus slovin maka diperoleh besar sampel berjumlah 138 responden. Penelitian ini akan menggunakan teknik pengambilan sampel dengan teknik *accidental sampling* yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jurusan

No	Program Studi	Frekuensi	Persentase (%)
1	D3 Kebidanan	32	23,2
2	D3 Keperawatan	32	23,2
3	SI Keperawatan	38	27,5
4	SI Kesehatan Masyarakat	36	26,1
Total		138	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan program studi yang

paling banyak adalah program studi S1 Keperawatan sebanyak 38 responden (27,5%)

Tabel II. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-Laki	28	20,3
2	Perempuan	110	79,7
	Total	138	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distrtibusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 110 responden (79,7%).

Tabel III. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin dan Program Studi

No	Program Studi	Jenis Kelamin				Total	
		Laki-Laki		Perempuan		f	%
		f	%	f	%		
1	D3 Kebidanan	0	0	32	100	32	100
2	D3 Keperawatan	10	31,3	22	68,8	32	100
3	S1 Keperawatan	6	15,8	32	84,2	38	100
4	S1 Kesehatan Masyarakat	12	33,3	24	66,7	36	100
	Total	28	20,3	110	79,7	138	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distrtibusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dan program studi mayoritas responden yaitu S1 Keperawatan dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 6 (15,8%) responden dan perempuan sebanyak 32 (84,2%) responden.

Analisis Univariat

Tabel IV. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

No	Kategori	Program Studi									
		D3 Kebidanan		D3 Keperawatan		S1 Keperawatan		S1 Kesehatan Masyarakat		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%		
1	Normal	0	0	1	33,3	0	0	2	66,7	3	100
2	Ringan	8	19	15	35,7	15	35,7	4	9,5	42	100
3	Sedang	24	17,4	15	17,4	20	23,3	27	31,4	86	100
4	Berat	0	0	1	16,7	2	33,3	3	50	6	100
5	Sangat Berat	0	0	0	0	1	100	0	0	1	100
	Total	32	23,2	32	23,2	38	27,5	36	26,1	138	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres dan program studi yang paling banyak adalah stres kategori sedang sebanyak 86 responden (62,3%) dengan program studi S1 Kesehatan Masyarakat sebanyak 27 responden (31,4%)

Tabel V. Distribusi Frekuensi Anxiety Disorder

No	Kategori	Program Studi									
		D3 Kebidanan		D3 Keperawatan		S1 Keperawatan		S1 Kesehatan Masyarakat		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%		
1	Normal	0	0	9	81,8	0	0	2	18,2	11	100
2	Ringan	11	28,2	4	10,3	18	46,2	6	15,4	39	100
3	Sedang	21	25,9	15	18,5	19	23,5	26	32,1	81	100
4	Berat	0	0	4	66,7	1	16,7	1	16,7	6	100
5	Sangat Berat	0	0	0	0	0	0	1	100	1	100
	Total	32	23,2	32	23,2	38	27,5	36	26,1	138	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat anxiety disorder yang paling banyak adalah kategori Sedang sebanyak 81 responden (58,7%) dengan program studi yang paling banyak mengalami yaitu S1 Kesehatan Masyarakat sebanyak 26 responden (32,1%)

Tabel VI. Distribusi Frekuensi Kejadian Gastritis

No	Kategori	Program Studi									
		D3 Kebidanan		D3 Keperawatan		S1 Keperawatan		S1 Kesehatan Masyarakat		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%		
1	Ya	27	31,4	11	12,8	28	32,6	20	23,3	86	100
2	Tidak	5	9,6	21	40,4	10	19,2	16	30,8	52	100
	Total	32	23,2	32	23,2	38	27,5	36	26,1	138	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian gastritis yang paling banyak adalah Ya atau mengalami gastritis

sebanyak 86 responden (62,3%) program studi yang banyak mengalami yaitu SI Keperawatan sebanyak 28 responden (32,6%) dan yang Tidak mengalami.

Analisis Bivariat

Tabel VII. Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis

No	Tingkat Stres	Kejadian Gestritis				Total		Asym Sig
		Ya		Tidak		f	%	
		f	%	f	%			
1	Normal	0	0	3	100	3	100	0,001
2	Ringan	19	45,2	23	54,8	42	100	
3	Sedang	64	74,4	22	25,6	86	100	
4	Berat	2	33,3	4	66,7	6	100	
5	Sangat Berat	1	100	0	0	1	100	
Total		86	62,3	52	37,7	138	100	

Berdasarkan hasil analisis uji *statistic chi square* di peroleh nilai P value = 0,001 atau $p < 0,05$ Sehingga dapat di simpulkan bahwa tingkat stres memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap. Semakin rendah faktor tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap, maka kemungkinan semakin sedikit mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yang mengalami gastritis.

Tabel VIII. Tabulasi Silang Hubungan Anxiety Disorder dengan Kejadian Gastritis

No	Tingkat Stres	Kejadian Gestritis				Total		Asym Sig
		Ya		Tidak		f	%	
		f	%	f	%			
1	Normal	4	36,4	7	63,6	11	100	0,152
2	Ringan	28	71,8	11	28,2	39	100	
3	Sedang	51	63	30	37	81	100	
4	Berat	3	50	3	50	6	100	
5	Sangat Berat	0	0	1	100	1	100	
Total		86	62,3	52	37,7	138	100	

Berdasarkan hasil analisis uji *statistic chi square* di peroleh nilai P value = 0,152 atau $p > 0,05$ Sehingga dapat di simpulkan bahwa *anxiety disorder* tidak memiliki

hubungan yang signifikan terhadap kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik responden distrtribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 110 (79,7%) responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun dimana dalam penelitian tersebut mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 56 (73,7%) responden.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan program studi yang paling banyak mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap adalah program studi SI Keperawatan sebanyak 38 (27,5%) responden, program studi SI Kesehatan Masyarakat sebanyak 36 (26,1%) responden kemudian yang paling sedikit adalah program studi D3 Kebidanan sebanyak 32 (23,2%) responden dan program studi D3 Keperawatan sebanyak 32 (23,2%) responden.

Tingkat Stres

Distribusi frekuensi responden pada tingkat stres diklarifikasikan menjadi 5 kategori, yaitu stres normal, stres ringan, stres sedang, stres berat dan stres sangat berat. Dalam penelitian yang sudah dilakukan dari 138 responden, tingkat stres kategori sedang sebanyak 86 (62,3%) responden, diikuti dengan kategori ringan sebanyak 42 (30,4%) responden, kategori berat sebanyak 6 (4,3%) responden, kategori normal sebanyak 3 (2,2%) responden dan kategori sangat berat sebanyak 1 (0,8%) responden.

Stres adalah keadaan ketegangan mental atau emosional atau ketegangan dan mempengaruhi individu terlepas dari tahap perkembangan. Stres muncul ketika ada beban pada orang yang melebihi kondisi yang ada. Lebih lanjut Sharma mengatakan bahwa stress merupakan bagian dari kehidupan menjadi mahasiswa akibat adanya

tuntutan akademik. Oleh karena itu, stress dapat dialami oleh setiap mahasiswa dalam menjalankan kegiatan akademik selama menempuh pendidikan.

Dari penelitian yang sudah dilakukan peneliti berpendapat bahwa mayoritas mahasiswa STIKes Eka Harap mengalami stres. Hal ini sejalan dengan hasil dari kuesioner dimana mayoritas mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap mengalami stres dengan kategori Sedang sebanyak 86 (62,3%) responden. Salah satu faktor yang mungkin memicu kejadian stres sedang pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yaitu disebabkan oleh kegiatan mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan kewajiban perkuliahan melakukan penelitian skripsi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia dan Panjaitan (2019) yang berjudul "Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir" yang menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir sangat rentan mengalami stres pada saat menyelesaikan penelitian skripsi.

Anxiety Disorder

Distribusi frekuensi responden pada tingkat *anxiety disorder* diklarifikasikan menjadi 5 kategori, yaitu normal, ringan, sedang, berat dan sangat berat. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan kuesioner DASS ((*Depression Anxiety Stress Scale*) yang merupakan kuesioner untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan dan stres ditemukan hasil mayoritas mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap mengalami *anxiety disorder* dengan kategori sedang sebanyak 81 (58,7%) responden, kemudian kategori *anxiety* ringan sebanyak 39 (28,3%) responden, *anxiety* normal sebanyak 11 (8%) responden, *anxiety* berat sebanyak 6 (4,3%) responden dan yang paling sedikit yaitu *anxiety* dengan kategori sangat berat sebanyak 1 (0,8%) responden.

Anxiety disorder atau kecemasan berlebih merupakan suatu keadaan atau perasaan khawatir dan merasa sesuatu hal buruk akan terjadi, Selain itu kecemasan merupakan percampuran berbagai emosi, yang akan

terjadi saat seseorang sedang berada dalam sebuah tekanan dalam perasaan dan pertentangan dalam batin seseorang. Kecemasan yang terjadi pada seseorang timbul oleh beberapa akibat, cemas karena adanya bahaya yang mengancam diri seseorang, cemas karena melihat benda-benda tertentu, cemas karena merasa bersalah atau melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan hati nurani, adapula cemas karena kurangnya rasa kasih sayang orang tua semasa kecil. Berbagai hal tersebut yang dapat membuat seseorang memiliki rasa cemas (Oktamarina *et al.*, 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Susan Heitler dalam artikel yang ditulis oleh seorang pakar psikologis asal Denver dan penulis buku *From Conflict To Resolution* dalam jurnal yang ditulis oleh Noviyanti (2021) menjelaskan bahwa kecemasan karir adalah hal yang paling umum dari semua jenis kecemasan. Kecemasan karir ini dapat mempengaruhi setidaknya 25% dari semua mahasiswa pria dan 30% dari semua mahasiswa perempuan bahkan, masih banyak para ahli yang melihat adanya peningkatan tingkat kecemasan serta timbulnya gangguan kecemasan pada mahasiswa atau individu.

Menurut survei kesehatan mental yang dilakukan oleh *Pew Reseach Center* pada tahun 2018 remaja saat ini adalah yang paling merasa gelisah dan cemas akan karirnya mereka mengakuinya sendiri, dalam survei ditemukan bahwa 70% mahasiswa atau individu yang sedang menempuh perguruan tinggi mengatakan kecemasan dan depresi adalah masalah utama bagi mereka, serta hanya 26% yang mengatakan bahwa kecemasan adalah masalah kecil. Dampak dari kecemasan yang belum teratasi akan menimbulkan gangguan kecemasan yang berkepanjangan bagi individu. Kecemasan karir yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir akan membuat mereka merasa bingung dan ragu untuk melanjutkan karir yang tepat untuk masa depan mereka. Mahasiswa tingkat akhir sering kali menemukan berbagai permasalahan dalam menentukan karir yang menyebabkan mereka terhambat dalam mencapai karir

secara optimal. Kecemasan tersebutlah yang membuat individu menjadi tertekan dan akibatnya individu menjadi takut untuk menatap masa depan secara optimal dan lebih parahnya individu tidak ingin melanjutkan perkuliahannya (Noviyanti, 2021).

Gastritis

Distribusi frekuensi responden mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yang mengalami gastritis yaitu sebanyak 86 (62,3%) responden dan yang tidak mengalami gastritis yaitu sebanyak 52 (37,7%) responden. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Saraswati (2022) yang menyatakan bahwa penyakit gastritis biasanya sering dialami oleh remaja terutama pada mahasiswa tingkat akhir. Gastritis merupakan gangguan pencernaan serius yang harus segera diobati.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya gastritis pada mahasiswa tingkat akhir yaitu seperti pola makan yang tidak teratur, pola tidur yang selalu larut malam, stres, konsumsi kopi berlebih, konsumsi makanan pedas dan asam secara terus menerus, merokok dan alkohol. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ardiani (2019) pada 76 responden yaitu seluruh mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun, menunjukkan bahwa mayoritas mengalami gastritis yaitu sebanyak 84,2%. Beberapa penyebab yang dapat menimbulkan kekambuhan gastritis pada mahasiswa tingkat akhir di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun adalah tingkat stres, perilaku makan dan minum.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap mayoritas responden yaitu berjenis kelamin perempuan sebanyak 110 (79,7%) responden. Hal ini terjadi karena biasanya perempuan selain mempunyai peluang lebih besar mengalami stres yang mengacu pada terjadinya gastritis karena terjadinya tekanan akibat tugas kuliah ataupun pekerjaan rumah yang dapat mengakibatkan memproduksi hormon stres lebih banyak dibandingkan laki-laki. Selain daripada itu, perempuan biasanya sulit

dalam mengatur pola makan salah satu penyebabnya yaitu pola diet yang tidak tepat sehingga sangat mudah untuk mengalami gastritis.

Gastritis sangat memberikan dampak yang tidak boleh disepelekan terhadap kesehatan, misalnya nyeri pada ulu hati, mual, rasa terbakar, muntah, lemas, kehilangan nafsu makan serta keluhan lainnya, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Jika gastritis ini tidak dapat diobati secara optimal dan dibiarkan menjadi kronis, maka gastritis akan berkembang menjadi *ulkus peptikus* (tukak lambung), yang pada akhirnya menimbulkan komplikasi perdarahan, perforasi lambung, peritonitis bahkan kematian (Premesti and Riyadi, 2022).

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir STIKes Eka Harap

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan terhadap tingkat stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap, yang dibuktikan dengan hasil uji statistik di peroleh nilai $p\text{ value} = 0,001$ atau $p < 0,05$. Dapat diartikan bahwa adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Hasil penelitian pada tingkat stres menunjukkan dari 138 responden terdapat 86 (62,3%) responden yang mengalami stres dengan kategori sedang, dan 52 (37,7%) responden mengalami gastritis, 52 (37,7%) responden tidak mengalami gastritis. Maka dapat diartikan rata-rata mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yang mengalami gastritis juga disebabkan oleh adanya faktor stres yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap. Stres memiliki efek negatif melalui mekanisme neuroendokrin terhadap saluran pencernaan sehingga beresiko untuk mengalami gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saraswati (2022) yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Gejala Gastritis Mahasiswa Tingkat IV” pada prodi sarjana keperawatan ITEKES Bali, dimana terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV Prodi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Muna & Kurniawati (2022) yang berjudul “Hubungan Stres dengan Kejadian Gastritis” menyebutkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis. Penelitian yang dilakukan oleh Astuti & Wulandari (2020) dengan judul “Stres Dan Perilaku Merokok Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis” menyebutkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara stres dengan kejadian gastritis.

Menurut Ardiani (2019) stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis, dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal maupun eksternal. Stres merupakan respon tubuh yang bersifat spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Bagi mahasiswa tingkat akhir biasanya cenderung dibebankan dengan tugas akhir atau skripsi, beban studi yang berlebihan atau tidak sesuai dengan harapan serta perlunya menyesuaikan diri seperti pengaturan jadwal baik istirahat ataupun jadwal deadline tugas merupakan sumber lain penyebab stres.

Untuk menghindari atau mencegah stres agar tak terjadi kekambuhan gastritis pada mahasiswa tingkat akhir dengan memperhatikan pola hidup seperti perubahan pola istirahat dengan hal tersebut tubuh akan lebih rileks dan menurunkan sekresi hormon adrenalin yang berlebih setelah beraktifitas harian. Pola makan-minum selain faktor stres faktor pola makan ini sangat mempengaruhi kejadian kekambuhan gastritis sehingga diharapkan mahasiswa lebih memperhatikan pola makan-minum seperti pemilihan jenis makanan dan jadwal makan.

Hubungan *Anxiety Disorder* dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir STIKes Eka Harap

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara *anxiety disorder* dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap, dengan nilai $p\text{ value} = 0,152$ atau $p > 0,05$. Hal ini disebabkan karena *anxiety disorder* bukan merupakan satu-satunya faktor yang menyebabkan gastritis, masih banyak faktor lain yang tidak diambil dalam penelitian ini seperti pola makan, pola tidur, konsumsi kopi dan makanan pedas berlebih, konsumsi alkohol, dan juga kebiasaan merokok.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Widiyanto dan Khaironi (2014) disebutkan bahwa tidak semua individu yang mengalami *anxiety disorder* dengan kategori ringan dan sedang menjadi penyebab individu terdiagnosis gastritis. Hal ini disebabkan karena dalam tahap ringan dan sedang individu cenderung masih bisa mengontrol respon fisik maupun psikologis sehingga tidak memberikan gejala yang berpengaruh terhadap munculnya gastritis.

Menurut Suwindiri dan Yulius Tiranda (2021) terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya gastritis selain *anxiety disorder* diantaranya yaitu jenis makanan seperti makanan tinggi lemak jenuh bersantan, pedas, asam, olahan instan, konsumsi alkohol, kafein dan juga minuman bersoda yang memicu munculnya gastritis, kemudian frekuensi makan yang tidak teratur, porsi makan yang kurang dari kebutuhan tubuh atau diet tidak sehat, stres yang disebabkan oleh tekanan perkuliahan dan juga kebiasaan merokok.

Oktamarina (2022) berpendapat bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan atau perasaan khawatir dan merasa sesuatu hal buruk akan terjadi. Selain itu kecemasan merupakan percampuran berbagai emosi, yang akan terjadi saat seseorang sedang berada dalam sebuah tekanan dalam perasaan dan pertentangan

dalam batin seseorang. Kecemasan yang terjadi pada seseorang timbul oleh beberapa akibat, cemas karena adanya bahaya yang mengancam diri seseorang, cemas karena melihat benda-benda tertentu, cemas karena merasa bersalah atau melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan hati nurani, adapula cemas karena kurangnya rasa kasih sayang orang tua semasa kecil. Berbagai hal tersebut yang dapat membuat seseorang memiliki rasa cemas.

Gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) adalah gangguan psikologis yang mencakup ketegangan motorik (bergetar, tidak dapat duduk tenang, tidak dapat bersantai), hiperaktivitas (pusing, jantung yang berdetak cepat dan juga berkeringat) dan harapan serta pikiran-pikiran yang mendalam. Gangguan kecemasan berbeda dari kecemasan sehari-hari yang mungkin kita alami. Kecemasan ini tidak dapat dikendalikan, tidak proporsional bila dibandingkan dengan bahaya nyata yang mungkin dihadapi, dan gangguan sehari-hari orang tersebut. (Nurdiansyah & Jannah, 2021).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sitompul (2021) yang menyatakan ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis dengan p value 0,047 <0.05. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh responden berdampak pada kondisi fisik, dimana hasil penelitian menunjukan responden sering mengalami perubahan mood. Keadaan fisik yang terlau sering merasa cemas, stres, kelelahan akibat melakukan aktivitas dapat menyebabkan berkurangnya nafsu makan, hal ini mampu memicu munculnya gastritis. Hal ini juga dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan semarang, dimana dari hasil penelitian tersebut ditemukan hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis (Lian, 2023).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ditemukan bahwa mayoritas responden yang berstatus sebagai mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap mengalami stres dengan kategori tingkat stres sedang sebanyak 86 responden (62,3%), mayoritas responden mengalami *anxiety disorder* dengan kategori sedang sebanyak 81 responden (58,7%), dan dari 138 responden yang diteliti, terdapat 86 responden (62,3%) yang mengalami gastritis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara variabel tingkat stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap, dengan hasil uji statistic di peroleh nilai p value = 0,001 atau p <0,05. Salah satu faktor yang mungkin memicu kejadian stres sedang pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap yaitu disebabkan kegiatan mahasiswa yang sedang menyelesaikan penelitian skripsi sehingga berpengaruh terhadap pola tidur dan juga pola makan yang tidak teratur. Hasil penelitian yang dilakukan juga menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara variabel *anxiety disorder* dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir STIKes Eka Harap, dengan nilai p value = 0,152 atau p >0,05. Hal ini disebabkan karena *anxiety disorder* bukan merupakan satu-satunya faktor yang menyebabkan gastritis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan berkat dan karunia-Nya bagi peneliti. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada; STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Penguji Sidang Skripsi dan Anggota Tim Penguji; Dosen Pembimbing I dan II; Mahasiswa Tingkat Akhir STIKes Eka Harap yang sudah berkenan menjadi responden dalam penelitian ini; kedua Orang tua peneliti, Ibu dan Ayah yang selalu memberikan dukungan dan memanjatkan doa terbaik

bagi peneliti; teman-teman satu angkatan; Untuk semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu penelitian ini.

REFERENSI

- Ardiani, H. 2019. 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*, 9(1), p. 8. Available at: <https://doi.org/10.33846/2trik9102>.
- Arsini, Y., Amini, A. and Sinaga, P. W. 2023. Pengaruh Berfikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis. *MUDABBIR Journal Reserch and Education Studies*, 3(2), pp. 17–26. Available at: <https://doi.org/10.56832/mudabbir.v3i2.367>.
- Astuti, D. A. O. P. and Wulandari, D. 2020. Stres Dan Perilaku Merokok Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis. *Jurnal Ilmiah Permas*, 10(2), pp. 213–222.
- Aulia, S. and Panjaitan, R. U. 2019. Kesejahteraan psikologis dan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(2), p. 127. Available at: <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.127-134>.
- Dewi, D.K. et al. 2022. Profile Perceived Academic Stress pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 13(3), pp. 395–403. Available at: <https://doi.org/10.26740/jppt.v13n3.p395-403>.
- Monica, T. 2019. Hubungan Antara Pengetahuan dan Tingkat Stres terhadap Kambuh Ulang Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Sungai Penuh Tahun 2018. *Menara Ilmu Vol. XIII No. 5 April 2019. ISSN 16932617. Akper Blna Insani Sakti Sungai Penuh.*, XIII(5), pp. 176–184.
- Muna, U.L. and Kurniawati, T. 2022. Hubungan Sstres Dengan Kejadian Gastritis. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan*, 1(4), pp. 277–282.
- Noviyanti, A. 2021. Dinamika Kecemasan Karir Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Pendidikan*, 3(2), pp. 1–23.
- Nur, J., Harahap, D. A. and Safitri, Y. 2024. Hubungan Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Masyarakat Usia Produktif di Desa Pulau Birandang. 1, pp. 116–123.
- Oktamarina, L. et al. 2022. Usia Dini Disorder pada Anak.
- Premesti, W. G. and Riyadi, M. E. 2022. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Santri. *Journal of Experimental and Clinical Pharmacy (JECp)*, 2(1), p. 52. Available at: <https://doi.org/10.52365/jecp.v2i1.366>.
- Saraswati, P. A., Suyasa, I. gede P. darma and Wulandari, I. A. 2022. Hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat iv. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15, pp. 207–216.
- Simbolon, P. et al. 2023. Penyuluhan Kesehatan Tentang Penyakit Gastritis pada Mahasiswa Prodi MIK STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2023. *PakMas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(2), pp. 167–172. Available at: <https://doi.org/10.54259/pakmas.v3i2.2125>.
- Sitompul, R., Sri, I. and Wulandari, M. 2021. Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Advent Indonesia Penyakit Tidak Menular (PTM) Gastritis merupakan peradangan yang terjadi pada mukosa lambung yang sering dialami oleh masyarakat pada umumnya. gastritis di Amerika Serikat . Ga. 9, pp. 258–265.
- Suwindiri, Yulius Tiranda, W. A. C. N. 2021. Faktor Penyebab Kejadian Gastritis di Indonesia: Literature Review Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia IKesT Muhammadiyah Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1 (November), pp. 209–223.
- Widiyanto, J. and Khaironi, M. 2014. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis. *Photon: Jurnal Sain dan Kesehatan*, 5(1), pp. 29–32. Available at: <https://doi.org/10.37859/jp.v5i1.191>.