

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DAN STRES DENGAN KEJADIAN PENYAKIT GASTRITIS DI RUMAH SAKIT TK.II PELAMONIA MAKASSAR

Alamsyah¹, Sariama², Sulasri³

Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hasanuddin

Email:alamakperpelamonia@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis adalah proses inflamasi pada lapisan mukosa dan submukosa lambung, yang berkembang bila mekanisme protektif mukosa dipenuhi dengan bakteri atau bahan iritan lain (Suparyanto, 2012). Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Hubungan antara Pola Makan dan Stres dengan Kejadian penyakit Gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *deskriptif analitik* dengan metode *cross sectional*, populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien yang mengalami gastritis yang di rawat inap di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar sebanyak 100 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, didapatkan 50 responden sesuai dengan kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Data yang telah terkumpul kemudian diolah dan dianalisis dengan menggunakan sistem komputerisasi. Analisis data mencakup analisis univariat dengan mencari distribusi frekuensi, analisis bivariat dengan uji chi-square ($p < 0,05$) untuk mengetahui hubungan antara variable. Hasil analisis bivariat didapatkan hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan nilai $p (0,002) < 0,05$, terdapat hubungan antara stres dengan kejadian gastritis dengan nilai $p (0,001) < 0,05$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara Pola Makan dan Stres dengan Kejadian penyakit Gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

Kata Kunci : Gastritis, Pola makan, Stres

ABSTRACT

Gastritis is inflammation of the lining of the stomach mucosa and submucosa, which develops when the mucosal protective mechanism is filled with bacteria or other irritants (Suparyanto, 2012). For the purpose of this study megetahui Relationship between Diet and Stress with incidence of disease Gastritis Hospital Pelamonia Tk.II Makassar. This research is descriptive analytic research with cross sectional method, the population in this study were all patients with gastritis were hospitalized at the Hospital Tk.II Pelamonia Makassar many as 100 people. Sampling using purposive sampling, obtained 50 respondents in accordance with the inclusion criteria. Data is collected using a questionnaire. The collected data is then processed and analyzed using a computerized system. The data analysis includes univariate analyzes looking for frequency distribution, bivariate analysis using chi-square test ($p < 0.05$) to determine the relationship between variables. Results of bivariate analysis of the relationship between diet and the incidence of gastritis with the p -value (0.002) < 0.05 , there is a relationship between stress and the incidence of gastritis with $p (0.001) < 0.05$. The conclusion of this study is there a relationship between Diet and Stress with incidence of disease Gastritis Hospital Pelamonia Tk.II Makassar.

Keywords: Gastritis, diet, stress

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan bagian integral dari pembangunan nasional untuk mewujudkan masyarakat yang maju, mandiri, sejahtera lahir dan batin. Keberhasilan pembangunan kesehatan ditandai oleh semakin meningkatnya derajat kesehatan masyarakat, mutu pelayanan yang prima, sarana dan prasarana yang memadai serta berperilaku hidup sehat yang tercermin pada tercapainya angka indeks pembangunan manusia (Marwa, 2008).

Dalam ilmu kedokteran, penyakit maag dikenal sebagai dispepsia (*dyspepsia*). Dispepsia yang paling dikenal adalah radang lambung (*gastritis*) maupun tukak lambung (*peptic ulcer*), yang tergantung pada keparahan penyakit tersebut. Gastritis terjadi apabila penyakit tersebut "hanya" menimbulkan radang pada lambung, sedangkan *peptic ulcer* terjadi apabila penyakit tersebut menimbulkan borok-borok atau yang kita kenal sebagai tukak lambung atau ulcer (Nurheti, 2009).

Hampir setiap hari ditemukan penderita yang datang berobat dengan keluhan di saluran makan bagian atas; misalnya rasa pedih, panas di daerah epigastrium, mual, kadang-kadang disertai muntah, rasa panas di perut rasa kembung, perasan lekas kenyang. Semua keluhan yang diajukan penderita tersebut ringan dan dapat diatasi dengan mengatur makanan, tetapi kadang-kadang dirasakan berat, sehingga ia terpaksa meminta pertolongan pada dokter bahkan sampai terpaksa diberi perawatan khusus (Nadi, 2007).

Menurut data *world health organization* (WHO) bahwa Indonesia mendapat urutan yang ke empat banyaknya jumlah penderita gastritis setelah Negara Amerika, Inggris dan Banglades yaitu berjumlah 430 juta penderita gastritis (Depkes RI, 2014). Di Negara-negara Asia, Indonesia mendapat urutan ke tiga setelah negara India dan Thailand yaitu berjumlah 123 ribu penderita. Sedangkan di Indonesia sendiri yang penduduknya paling banyak menderita gastritis adalah kota Jakarta yaitu 25 ribu penduduk. Pemicu dari penyakit gastritis di ibu kota Jakarta yaitu dipengaruhi oleh jumlah penduduk yang padat dan berpotensi gila kerja sehingga mengakibatkan makan menjadi tidak teratur dan banyak menderita penyakit gastritis ini (Andi, 2011).

Berdasarkan data dari profil Depkes Sulawesi Selatan penderita gastritis pada tahun 2006 sebanyak 622 kasus (14,30%) dan pada tahun 2007 ada 584 kasus (22,10%) (Marwa, 2008).

Berdasarkan data dari Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar kejadian gastritis pada tahun 2015 ada 149 rawat jalan sedangkan rawat inap 59 pasien yang menderita gastritis dan terjadi peningkatan pada tahun 2016 yaitu 176 rawat jalan, 72 rawat inap kemudian pada tahun 2013 ada 130 rawat jalan dan 100 rawat inap.

Berdasarkan data-data di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Penyakit Gastritis Di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan desain *cross section* yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) antara variabel dependen dengan variabel independen (Hidayat, 2009). Dalam penelitian ini dilakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) antara variabel dependen (kejadian gastritis) dengan variabel independen (pola makan dan stres). Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei dan Juni 2021.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien yang mengalami penyakit saluran sistem pencernaan (Gastritis) yang berada di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar sebanyak 100 orang.

Penelitian ini diambil dengan teknik *purposive sampling* adalah suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel di antara populasi sesuai dengan yang dikehendaki penelitian (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2011). Dengan jumlah sampel diperkirakan sebanyak 50 responden.

Adapun sampel yang diambil harus memiliki kriteria sebagai berikut :

- 1) Kriteria inklusi dalam penelitian ini
 - a. Pasien yang bersedia untuk diteliti
 - b. Pasien dengan gejala gastritis yang dirawat inap di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar
 - c. Pasien yang bisa baca tulis

- d. Pasien yang kesadaran kompos mentis (Alert)
- 2) Kriteria eksklusi dalam penelitian ini.
 - a. Pasien yang tidak bersedia untuk diteliti
 - b. Pasien dengan gejala gastritis yang dirawat Jalan di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.
 - c. Pasien yang tidak bisa baca tulis
 - d. Pasien yang tidak sadar

HASIL PENELITIAN

Berikut hasil penelitian Hubungan Antara Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Penyakit Gastritis Di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar Tahun 2021

ANALISIS UNIVARIAT

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	n	%
Laki – laki	26	52
Perempuan	24	48
Total	50	100

Berdasarkan tabel diperoleh jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 26 responden (52%), sedangkan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 responden (48%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kelompok Umur

Umur	n	%
≥ 30 tahun	22	44
< 30 tahun	28	56
Total	50	100

Berdasarkan tabel diperoleh jumlah responden yang berumur ≥ 30 tahun sebanyak 22 responden (44%) dan umur < 30 tahun sebanyak 28 responden (56%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	n	%
PNS	15	30
Petani	21	42
Wiraswasta	14	28
Total	50	100

Berdasarkan tabel diperoleh jumlah responden yang bekerja PNS sebanyak 15 responden (30%), petani sebanyak 21 responden (42%), dan wiraswasta sebanyak 14 responden (28%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pola Makan

Pola makan	n	%
Baik	31	62
Kurang Baik	19	38
Total	50	100

Berdasarkan tabel diperoleh jumlah responden yang pola makan baik sebanyak 31 responden (62%), sedangkan yang pola makan kurang baik sebanyak 19 responden (38%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Pola Makan

Stres	n	%
Tidak	22	44
Ya	28	56
Total	50	100

Berdasarkan tabel diperoleh jumlah responden yang tidak mengalami stres sebanyak 22 responden (44%), sedangkan yang mengalami stres sebanyak 28 responden (56%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Kejadian Gastritis

Kejadian Gastritis	n	%
Tidak Gastritis	19	38
Gastritis	31	62
Total	50	100

Berdasarkan tabel diperoleh jumlah responden yang tidak mengalami gastritis sebanyak 19

responden (38%), sedangkan yang mengalami gastritis sebanyak 31 responden (62%).

ANALISIS BIVARIAT

Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar

Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		P
	Tidak Gastritis		Gastritis				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	17	34,0	14	28,0	31	62,0	0,002
Kurang Baik	2	4,0	17	34,0	19	38,0	
Jumlah	19	38,0	31	62,0	50	100	

Berdasarkan tabel dari hasil penelitian yang dilakukan pada 50 responden diperoleh data bahwa responden dengan pola makan baik sebanyak 31 responden (62,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 17 responden (34,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 14 responden (28,0%). Adapun pola makan kurang baik sebanyak 19 responden (38,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 2 responden (4,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 17 responden (34,0%).

Dengan menggunakan sistem komputerisasi dengan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,002$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$, berarti ada hubungan antara pola makan dengan kejadian penyakit gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

Hubungan Antara Stres dengan Kejadian Gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar

Stres	Kejadian Gastritis				Total		P
	Tidak Gastritis		Gastritis				
	N	%	n	%	n	%	
Tidak	14	28,0	8	16,0	22	44,0	0,001
Ya	5	10,0	23	46,0	28	56,0	
Jml	19	38,0	31	62,0	50	100,0	

Berdasarkan tabel dari hasil penelitian yang dilakukan pada 50 responden diperoleh data bahwa responden yang tidak mengalami stres sebanyak 22 responden (44,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 14 responden (28,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 8 responden (16,0%). Adapun yang mengalami stres sebanyak 28 responden (56,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 5 responden (10,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 23 responden (46,0%).

Dengan menggunakan sistem komputerisasi dengan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,001$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < \alpha$, berarti ada hubungan antara stres dengan kejadian penyakit gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

PEMBAHASAN

Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian penyakit Gastritis

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar pada 50 responden diperoleh data bahwa responden dengan pola makan baik sebanyak 31 responden (62,0%)

dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 17 responden (34,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 14 responden (28,0%). Adapun pola makan kurang baik sebanyak 19 responden (38,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 2 responden (4,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 17 responden (34,0%). Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa dengan uji *Chi-Square* didapatkan nilai $P=0,002 < \alpha =0,05$. Hal ini berarti ada hubungan antara pola makan dengan kejadian penyakit gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

Terjadinya gastritis disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur yaitu frekuensi makan, jenis makanan dan jumlah makanan. Pola makan yang baik mencegah terjadinya gastritis. Pada kasus gastritis, frekuensi makan yang diperbanyak, tapi jumlah makan tidak banyak. Makan dalam porsi besar dapat menyebabkan refluks isi lambung. Konsumsi jenis makanan yang tidak sehat dapat menyebabkan gastritis, pada akhirnya kekuatan dinding lambung menurun, tidak jarang kondisi seperti ini menimbulkan luka pada lambung.

Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Yayuk Farida Baliwati (2004) bahwa terjadinya gastritis dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak baik dan tidak teratur, yaitu frekuensi makan, jenis dan jumlah makanan, sehingga lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat. Sedangkan menurut Wijayakusuma, Gastritis diakibatkan oleh waktu makan yang tidak teratur, sering terlambat makan, atau sering makan yang berlebihan. Untuk mendapatkan cukup energi maka manusia harus makan. Sebelum menghasilkan energi, makanan harus menempuh

perjalanan dalam tubuh kita. Waktu yang dibutuhkan untuk membantu mencerna makanan adalah enam jam tergantung dari banyaknya makanan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Ishaq (2008), menyimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis ($p=0,003$). Penelitian yang dilakukan oleh Jasman Di RSUD Syekh Yusuf Sunggu Minasa Kab Gowa 2007 menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian gastritis.

Berdasarkan hasil pembahasan dan teori-teori yang telah dikemukakan di atas maka peneliti berpendapat bahwa pada saat lambung harus diisi, tapi dibiarkan kosong, asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung, sehingga timbul rasa nyeri, secara alami lambung akan terus memproduksi asam lambung setiap waktu dalam jumlah yang kecil, setelah beberapa jam sesudah makan biasanya kadar glukosa dalam darah telah banyak terserap dan terpakai sehingga tubuh akan merasakan lapar dan pada saat itu jumlah asam lambung terstimulasi. Bila seseorang telat makan maka asam lambung yang diproduksi semakin banyak dan berlebihan sehingga dapat mengiritasi mukosa lambung serta menimbulkan rasa nyeri di sekitar epigastrium. Pola makan yang kurang baik akan sangat berisiko terhadap terjadinya penyakit gastritis sedangkan pola makan yang baik akan mengurangi resiko terjadinya gastritis.

Hubungan stres dengan kejadian gastritis

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar pada 50 responden diperoleh data bahwa

responden yang tidak mengalami stres sebanyak 22 responden (44,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 14 responden (28,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 8 responden (16,0%). Adapun yang mengalami stres sebanyak 28 responden (56,0%) dimana dari jumlah responden yang tidak gastritis sebanyak 5 responden (10,0%) dan responden yang gastritis sebanyak 23 responden (46,0%). Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa dengan uji *Chi-Square* didapatkan nilai $P=0,001 < \alpha =0,05$. Hal ini berarti ada hubungan antara stres dengan kejadian penyakit gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Supatyanto (2012) stres merupakan ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional, dan spritual manusia yang pada suatu saat dapat mempegaruhi kesehatan fisik manusia. Aswitha, mengatakan bahwa satu lagi penyebab maag adalah stres, Sistem persyarafan dari otak itu berhubungan ke lambung. Jadi, jika kita stres tanpa disadari juga memicu terproduksi asam lambung secara berlebihan. Asam lambung yang berlebihan ini yang bisa mengakibatkan munculnya rasa nyeri pada lambung.

Sedangkan menurut Azis Alimul Hidayat, mengatakan bahwa stres yang dialami oleh seseorang dapat menimbulkan reaksi yang ada pada tubuh baik secara fisiologis maupun psikologis. Reaksi pada sistem pencernaan dapat mengalami gangguan seperti lambung terasa kembung, mual, pedih karena peningkatan asam lambung (gastritis).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Ishaq tahun (2008) terhadap populasi penderita gastritis yang menjalani perawatan di RSUD Islam Faisal Makassar baik dibagian interna perawatan I dan perawatan II serta di bagian poliklinik (rawat jalan) didapatkan hasil dengan uji *Chi-Square* ternyata ada perbedaan antara responden yang mengalami stres dengan responden yang tidak mengalami stres terhadap kejadian gastritis dengan nilai $p=0,002$. Hal ini berarti terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan kejadian gastritis.

Setelah melihat hasil penelitian orang lain dan didukung oleh teori-teori yang ada serta hasil penelitian yang didapatkan saat meneliti maka dapat disimpulkan bahwa stres yang dialami oleh seseorang dapat menimbulkan reaksi yang ada pada tubuh baik secara fisiologis maupun psikologis. Reaksi pada sistem pencernaan dapat mengalami gangguan seperti lambung terasa kembung, mual, pedih karena peningkatan asam lambung (gastritis). Stres yang dialami oleh seseorang akan sangat berisiko terhadap terjadinya gastritis, demikian pula sebaliknya semakin kurang stres yang dialami oleh seseorang maka tidak berisiko terhadap terjadinya gastritis.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar dari tanggal 5 Juli 2014 sampai dengan 5 Agustus 2014, maka dapat disimpulkan bahwa: Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar. Ada hubungan antara stres dengan kejadian gastritis di Rumah Sakit Tk.II Pelamonia Makassar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adit Andini. 2011. *Peran Serta Dalam Memahami Hubungan Manusia Dengan Lingkungan*, (online), (<http://aditindi.blogspot.com/>), diakses tanggal 9 maret 2014).
- Agus Priyanto dan Sri Lestari. 2009. *Endoskopi Gastrointestinal*. Salemba Medika. Jakarta.
- Andi asnita. 2011. *Studi Tentang penyebab Kejadian Penyakit Gastritis Pada Pasien Rawat Inap RSUD Faisal Makassar*. Skripsi tidak dipublikasi. Makassar: Stikes Yayasan Pendidikan Ina Karya.
- Aswitha. 2000. *Gastritis Penyakit Perut Berulang*, (online), (<http://www.pdpersi.co.id>), dari bagian Ilmu Kesehatan Anak FKUI, RSCM. Jakarta, di akses 03 maret 2014).
- Erfandi. 2010. *Gastritis Maag*, (online), (<http://puskesmasoke.blok.com/2009/01/gastritis-maag.html>), diakses 9 maret 2014).
- Hidayat Alimul Aziz. A. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Salemba medika. Jakarta.
- Hidayat Alimul Aziz. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Health Books Publishing. Surabaya.
- Iskandar.H. Yul. 2009. *Saluran Cerna*. Jakarta: Gramedia.
- Marwa Widi Wati. 2008. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis di Ruang Perawatan Rumah Sakit Pelamonia Makassar*, skripsi tidak dipublikasikan. Makassar: Stikes Nani hasanuddin.
- Mirzaltawi. 2011. *Konsep dasar stres*, (online), (<http://syehaceh.wordpress.com/2011/08/22/konsep-dasar-tentang-stress>), diakses 9 maret 2014).

- Nadi. 2007. *Ilmu penyakit dalam* fakultas kedokteran universitas Padjadjaran , Bandung.
- Nurheti Yuliarti,2009. *Maag Kenali, Hindari, Dan Obati*, C.V ANDI OFFSET : Yogyakarta.
- Nursalam. 2011. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.Salemba Medika. Jakarta.
- Okviani Wati. 2011. *Pola Makan Gastritis*, (online), (<http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/2s1keperawatan/205312047/pdf>, Diakses tanggal 17 Januari 2014).
- Rafelina widjadja.2009. *Tindakan, Pencegahan, Pengobatan Secara Medis Maupun Tradisional*, Bee Media Indonesia. Jakarta.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif dan kualitatif DAN N&R*.Alfabeta. Bandung.
- Suparyanto. 2012. *Etiologi dan penanganan gastritis*, (online), (<http://drsuparyanto.blogspot.com/2012/02/etiologi-dan-penanganan-gastritis.html>, diakses 9 maret 2014).