

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN GEJALA GASTRITIS PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU

Grace Sri Dewani¹⁾, Arneliwati²⁾, Agrina³⁾
Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan
Universitas Riau

ABSTRAK

Gastritis merupakan salah satu penyakit yang banyak diderita orang di Indonesia bahkan di dunia saat ini. Stres merupakan salah satu penyebab terjadinya gastritis dikarenakan saat seseorang stress terjadi perubahan hormonal pada tubuh yang mendorong sel-sel di lambung untuk memproduksi asam lebih banyak sehingga mengakibatkan luka yang terjadi pada dinding lambung yang dapat menyebabkan gastritis. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan tingkat stres akademik dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mencari korelasi antara kedua variabel menggunakan uji statistik *Spearman's rho*. Sampel penelitian berjumlah 150 responden dengan menggunakan teknik total sampling, semua responden mengisi *google form* terkait data karakteristik responden, serta kuesioner PSS dan gejala gastritis. Hasil analisis univariat didapatkan mayoritas responden mengalami stress sedang sebanyak 50% dan Sebagian besar responden mengalami gastritis sebanyak 54,7%. Analisis uji *Spearman's rho* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stress akademik dengan gejala gastritis dilihat dari nilai Signifikansi $0,003 < 0,05$ dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,243 yang menunjukkan terdapat korelasi yang positif antar dua variabel tetapi kekuatan korelasinya cukup lemah. Stres akademik yang dialami responden berada pada tingkat stress akademik sedang dan dianggap menjadi salah satu pemicu munculnya gejala gastritis pada mahasiswa. Peneliti selanjutnya dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda dan menggunakan uji statistik lain untuk mencari hubungan kausalitas antar variabel.

Kata kunci : Asam lambung, gastritis, stres, stres akademik

ABSTRACT

A common illness in Indonesia and the rest of the world nowadays is arthritis. Stress is one of the factors that contribute to the development of gastritis because it triggers hormonal changes in the body that increase the production of acid by the stomach's cells, which can lead to ulcers on the lining of the stomach and eventually cause gastritis. The purpose of this study is to investigate the association between gastritis symptoms and academic stress levels in students at Riau University's Faculty of Nursing. The Spearman's rho statistical test is used in this study to determine the correlation between the two variables through quantitative research methods. Using the total sampling technique, 150 respondents made up the research sample. Each respondent completed a Google form that asked about respondent characteristics, the PSS questionnaire, and symptoms of gastritis. According to univariate analysis, most respondents (54.7%) reported having moderate stress, and 54.7 percent reported having gastritis. With a correlation coefficient of 0.243 and a significance value of $0.003 < 0.05$, the Spearman's rho test analysis revealed a weak but significant relationship between academic stress levels and symptoms of gastritis. These two variables are positively correlated. The participants expressed a moderate level of academic stress, which is

believed to be a contributing factor in the development of gastritis symptoms in students. Future researchers wishing to conduct studies with other variables and ascertain the causal relationships between variables using various statistical tests might use this study as a guide.

Keywords: *Academic stress, gastritis, stomach acid, stress*

Alamat korespondensi: Pekanbaru, Riau
Email: gracesridewani@gmail.com

PENDAHULUAN

Gastritis saat ini merupakan salah satu penyakit yang menjadi permasalahan kesehatan dan sosial bagi masyarakat, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Berdasarkan studi yang dilakukan secara garis besar, terdapat sekitar 50.8% populasi masyarakat di negara berkembang menderita penyakit gastritis (Syiffatulhaya et al., 2023). Gastritis atau sering disebut penyakit maag oleh banyak orang, terjadi karena adanya peradangan di mukosa lambung yang disebabkan oleh infeksi juga iritasi. Proses remasan terjadi secara terus-menerus menyebabkan lambung mengalami kerusakan sehingga terjadi luka dan lecet pada lambung, dari luka tersebut terjadilah inflamasi yang disebut Gastritis (Jusuf et al., 2022). Umumnya gejala yang sering dirasakan oleh penderita gastritis yaitu rasa tidak enak di perut, mual, muntah, sakit kepala, dan lidah terasa berlapis (Ardiani, 2019). Diberbagai negara angka kasus gastritis cukup tinggi, *World Health Organization* (2022) menyatakan bahwa persentase penyakit gastritis paling tinggi secara keseluruhan terletak di Amerika Selatan 78%, Afrika 69%, dan Asia 51%. Sedangkan di seluruh dunia sekitar 1,8 juta hingga 2,1 juta penduduk terkena penyakit gastritis setiap tahunnya (Nolita, Isnaniar, & Nurmayanti, 2023). Sedangkan di Asia Tenggara gastritis diderita oleh 583.635 dari total populasi dalam setiap tahunnya. Secara umum, angka kejadian gastritis masih cukup tinggi diberbagai daerah Indonesia dengan prevalensi 274.396 kasus dari total populasi sebesar 238.452.952 jiwa. Persentase kasus kejadian gastritis di berbagai kota di Indonesia adalah sebagai berikut: Pontianak 31,2%, Surabaya 31,2%, Aceh 31,7%, Bandung, 32%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, sementara itu, angka kejadian gastritis di Medan mencapai 91,6% (Afida, Nugraheni, & Ningsih, 2023).

Berdasarkan rekapitulasi 10 penyakit terbanyak Puskesmas se-Kabupaten/Kota Provinsi Riau tahun 2022, penyakit gastritis menempati urutan ketiga dengan jumlah kasus sebanyak 109,022 kasus sedangkan penyakit pada urutan pertama yaitu Infeksi Saluran Pernapasan Bagian Atas Akut dengan jumlah total kasus sebanyak 231,324 kasus (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2022). Sedangkan berdasarkan informasi data yang didapatkan peneliti dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, jumlah total kasus kejadian gastritis tahun 2023 se-Puskesmas Kota Pekanbaru yaitu 20,278 kasus dengan Puskesmas Rejosari merupakan Puskesmas yang memiliki jumlah kasus Gastritis tertinggi yaitu 4,078 kasus. Penelitian yang dilakukan oleh Saraswati, et al (2022), memaparkan bahwa mahasiswa prodi keperawatan mayoritas mengalami gejala gastritis sebanyak 131 orang (69,3%) selaras dengan penelitian yang telah dilakukan Amanda, et al (2021) didapatkan bahwa mahasiswa fakultas ilmu kesehatan yang mengalami gastritis lebih banyak yaitu sekitar 102 orang (54,8%) dibandingkan dengan yang tidak mengalami gastritis yaitu 84 orang (45,2%).

Penyakit gastritis disebabkan oleh banyak hal seperti kesalahan dalam gaya hidup, pola makan yang salah dan cenderung tidak teratur, sanitasi yang buruk, infeksi *H.pylori*, obat-obatan steroid serta konsumsi alkohol. Selain itu, terdapat beberapa faktor penyebab gastritis yang lain diantaranya, penggunaan obat-obatan antiinflamasi (NSAID), merokok, stres, jenis kelamin, umur, dan juga secara

berlebihan mengonsumsi kopi (Syiffatulhaya et al., 2023). Stres menjadi salah satu penyebab gastritis, dikarenakan saat terjadi stress maka terjadi pula perubahan hormonal pada tubuh, perubahan hormonal tersebut akan mendorong sel-sel di dalam lambung untuk menghasilkan lebih banyak asam, asam yang berlebih ini yang mengakibatkan nyeri, perih, dan kembung di lambung dan dalam periode waktu yang lama bisa mengakibatkan luka yang terjadi pada dinding lambung (Saparina & Sefrianti, 2020). Meningkatnya pengeluaran asam lambung menyebabkan luka pada dinding lambung, lalu kemudian akan meningkatkan motilitas lambung dan apabila dibiarkan bisa memperparah kondisi lambung sehingga terjadi tukak lambung, perdarahan hebat, kanker, dan ulserasi peptic (Ardiani, 2019).

Stres yang merupakan akibat dari interaksi yang berasal dari individu dengan lingkungan mereka dapat menyebabkan seseorang merasa terisolasi dari beban dan tuntutan yang berasal dari keadaan yang mempengaruhi sistem psikologis, biologi, serta sosial mereka. Stres dapat dipicu saat seseorang mengalami kepanikan, besarnya beban kerja yang dimiliki, mempunyai tantangan serta permasalahan yang menyebabkan kesulitan di malam hari, merasa sering kebingungan, makan tidak teratur, dan sakit pada kepala (Afida et al., 2023).

Sebagian besar penderita gastritis yang mengalami stress berada pada golongan usia dewasa awal, yaitu berada diantara usia 20 sampai 40 tahun. Usia dewasa awal termasuk usia yang produktif, pada usia ini rentan menghadapi berbagai permasalahan dari berbagai faktor baik dari faktor lingkungan, tuntutan sosial, dan lainnya (Afida et al., 2023). Mahasiswa diartikan sebagai orang yang sedang mengikuti pendidikan di institusi tinggi, baik institusi negeri maupun swasta, ataupun instansi pendidikan yang setara dengan perguruan tinggi. Pada umumnya, rentang usia mahasiswa yaitu 18-25 tahun, rentang usia ini termasuk kedalam masa remaja akhir sampai dewasa awal, yang mana di masa ini mereka memiliki tanggung jawab atas kehidupan mereka sendiri dan masa dewasa awal mereka (Nolita et al., 2023). Mahasiswa termasuk individu yang rentan mengalami ketidakseimbangan homeostatis akibat tuntutan akademik sehingga menyebabkan stres bagi mahasiswa. Mahasiswa dihadapkan dengan tuntutan, tanggung jawab dan tekanan akademik seperti keinginan mendapatkan nilai yang tinggi, ketidaknyamanan dalam belajar, kecemasan mahasiswa terhadap kegagalan, dan lain-lain (Kountul et al., 2018).

Stres yang umumnya dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik, yaitu keadaan dimana adanya tekanan yang dialami mahasiswa karena akibat dari persepsi dan penilaian tentang stressor akademik, yang memiliki relasi dengan akademik serta pendidikan di perguruan tinggi (Kountul et al., 2018). Stres tersebut dapat menyebabkan kecemasan, depresi, buruknya kualitas tidur, menurunnya performa akademik, penyalahgunaan alkohol dan zat terlarang, hilangnya kepercayaan diri, menurunnya kepuasan dan kualitas hidup, risiko gangguan mental dan yang lebih parah adanya keinginan untuk bunuh diri (Fawzy & Hamed, 2017).

Berdasarkan studi yang dilakukan di Ethiopia oleh *University of Gondar*, prevalensi gangguan mental dan emosional pada mahasiswa yaitu sejumlah 40,9%, sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh *German University* yaitu sejumlah 22,7% didapatkan prevalensi gangguan mental emosional pada mahasiswa (Rusli, 2022). Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Ambarwati, Pinilih, dan Astuti (2017) tentang Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa yang menempuh pendidikan di Universitas Muhammadiyah Magelang, didapatkan hasil dan kesimpulan bahwa mayoritas mahasiswa yang mengalami stres sedang sebanyak 58 mahasiswa (57,4%), stres berat sebanyak 7 mahasiswa (7,0%), dan selebihnya stres ringan (35,6%). Serasi dengan studi yang telah dilakukan oleh Firstika, Karim, dan Woferst (2020) yang meneliti tentang hubungan tingkat stres akademik dengan sistem kuliah jarak jauh terhadap kualitas tidur mahasiswa didapatkan hasil 61 dari 107 responden

mengalami tingkat stres akademik berat (57,0%) dan 46 mahasiswa mengalami tingkat stres akademik sedang (43,9).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Saraswati, et al (2022) terdapat hubungan yang signifikan terhadap tingkat stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa Keperawatan ITIKES Bali. Menurut Rosyidah et al (2020) Mahasiswa keperawatan harus menjaga keseimbangan antara belajar dan menjadi orang dewasa. Selain itu, mereka dibebankan dengan berbagai aktivitas akademik, mahasiswa keperawatan diwajibkan untuk mengikuti praktek klinik, melakukan observasi dalam setiap perubahan mata kuliah, mengerjakan laporan tentang hasil observasi, dan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh dosen, dan menghadapi berbagai tugas lainnya. Tabroni, Nauli dan Arneliwati (2021) menyimpulkan terdapat sejumlah faktor penyebab yang dapat menyebabkan munculnya stres akademik, seperti stress saat akan ujian, jadwal membaca yang panjang, banyaknya materi yang harus dipelajari, kesulitan memahami materi pelajaran, nilai yang buruk, sistem ujian yang ada, beban yang berat, kurangnya waktu untuk mengulang pelajaran, dan proses penilaian yang tidak adil.

Hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap 10 orang mahasiswa tahun ketiga program reguler dari kelas A 2021 1 dan A 2021 2 Fakultas Keperawatan Universitas Riau didapatkan bahwa mahasiswa merasa memiliki beban yang banyak saat jadwal praktikum dan presentasi, mahasiswa sering sulit tidur, merasa cemas dan takut, makan tidak teratur, merasa pusing dan sakit kepala, serta adanya rasa tidak nyaman pada perut, bahkan mual hingga muntah dikarenakan stress dan terbebani oleh jadwal perkuliahan yang padat.

Berdasarkan penjelasan di atas diketahui bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan mengalami stress akademik dalam masa perkuliahannya yang mana stress tersebut dapat menyebabkan penyakit lambung seperti gastritis. Di Fakultas Keperawatan Universitas Riau belum pernah dilakukan penelitian terkait tingkat stress mahasiswa dan hubungannya dengan gastritis. Penelitian-penelitian sebelumnya memiliki perbedaan pada populasi, sampel, teknik pengambilan sampel, waktu dan tempat penelitian, variabel, dan instrument penelitian dengan penelitian ini. Oleh karena itu, penulis memiliki rasa ketertarikan untuk melakukan penelitian tentang adakah Hubungan Antara Tingkat Stress Akademik dengan Gejala Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Dengan tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara tingkat stress akademik dengan gejala gastritis pada mahasiswa FKp UNRI.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan mulai dari bulan Januari hingga September 2024 di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Sampel penelitian berjumlah 150 dengan cara pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Dengan kriteria inklusi adalah seluruh mahasiswa aktif tahun ketiga yang bersedia menjadi responden dengan kriteria eksklusi adalah mahasiswa yang tidak bersedia menjadi responden. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner Perceived Sources of Academic Stress yang sudah dikembangkan oleh Bedewey & Gabriel (2015) dan yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Ramadhani (2022) sebagai kuesioner yang mengukur tingkat stress akademik, kuesioner ini merupakan kuesioner baku yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya, hasil dari content validity index (CVI) memperlihatkan skor skala Perceived Sources of Academic Stress adalah satu. Skor yang didapatkan dianggap memiliki nilai validitas yang baik. Sedangkan reliabilitas alat ukur ini diperoleh koefisien Cronbach's Alpha yaitu 0,805 sehingga dapat diindikasikan bahwa instrumen penelitian ini memiliki nilai reliabilitas yang baik. Dan kuesioner gejala gastritis untuk mengukur gejala gastritis pada responden penelitian. Kuesioner ini juga telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan nilai Cornbach's Alpha

0,928, hasilnya menunjukkan bahwa kuesioner ini memiliki pertanyaan yang layak dan dapat diandalkan untuk digunakan sebagai alat penelitian. Kuesioner tersebut disebarluaskan melalui *link google form* kepada responden dan diisi secara *self report*. Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat untuk mengevaluasi karakteristik responden, tingkat stres, dan gejala gastritis yang dirasakan mahasiswa fakultas keperawatan dan analisa bivariat menggunakan uji *Spearman's Rho* untuk menguji apakah terdapat hubungan antara dua buah variabel, yaitu tingkat stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa fakultas keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, hasil uji univariat dan bivariat yang dilakukan pada 150 responden adalah sebagai berikut:

1. Analisa Univariat

Analisa Univariat yaitu teknik analisa data yang digunakan untuk mendapatkan gambaran karakteristik dari setiap variabel dalam penelitian yang terdiri dari karakteristik responden yaitu umur, jenis kelamin, tingkat stress akademik yang dirasakan mahasiswa, serta gambaran frekuensi gejala gastritis pada mahasiswa. Adapun hasil analisa univariat penelitian ini dapat dilihat pada uraian berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=150)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1. Umur Responden		
19	2	1,3
20	32	22,7
21	103	66,7
22	13	8,7
2. Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	11,3
Perempuan	133	88,7
3. Kelas		
A 2021 1	77	51,3
A 2021 2	73	48,7
Jumlah	150	100

Dari 150 responden, mayoritas responden yang berusia 21 tahun sebanyak 103 responden (66,7%) sedangkan yang paling sedikit yaitu berusia 19 tahun sebanyak 2 responden (1,3%) dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 133 responden (88,7%). Responden berasal dari kelas A 2021 1 dengan jumlah responden sebanyak 77 responden 51,3 dan A 2021 2 dengan jumlah responden sebanyak 73 responden (48,7%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Stress Akademik pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau (n=150)

Stress Akademik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1. Sangat Rendah	12	8,0
2. Rendah	28	18,7
3. Sedang	75	50,0
4. Tinggi	26	17,3
5. Sangat Tinggi	9	6,0
Jumlah	150	100

Tabel di atas memaparkan sebagian besar responden mengalami stress akademik yang berada pada kelompok sedang sebanyak 75 responden (50,0%), kemudian responden yang memiliki tingkat stress akademik sangat rendah sebanyak 12 responden (8,0%), lalu sebanyak 28 responden (18,7%) berada pada kelompok stress akademik rendah, 26 responden (17,3%) berada pada kelompok stress akademik tinggi, dan 9 responden (6,0%) lainnya berada pada kelompok yang mengalami stress akademik sangat tinggi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gejala Gastritis pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau (n=150)

Gejala Gastritis		Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Terdapat Gejala Gastritis	82	54,7
2.	Tidak Terdapat Gejala Gastritis	68	45,3
Jumlah		150	100

Tabel di atas memaparkan bahwa terdapat 82 responden (54,7%) mengalami gejala gastritis dan 68 responden (45,3%) lainnya tidak mengalami gejala gastritis.

2. Analisa Bivariat

Analisa Bivariat dalam penelitian ini dilakukan antar variabel independen dengan variabel dependen, yaitu antara variabel tingkat stress akademik dengan variabel gejala gastritis.

Tabel 4. Hubungan Tingkat Stress Akademik dengan Gejala Gastritis pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Stress Akademik	Gejala Gastritis				Total		P value	r
	Tidak terdapat gejala gastritis		Terdapat gejala gastritis					
	F	%	F	%	F	%		
Sangat rendah	4	33,3	8	66,7	12	100	0,003	0,243
Rendah	15	53,6	13	46,4	28	100		
Sedang	39	52,0	36	48,0	75	100		
Tinggi	8	30,8	18	69,2	26	100		
Sangat Tinggi	2	22,2	7	77,8	9	100		
Jumlah	68	45,3	82	54,7	150	100		

Hasil analisis hubungan antara tingkat stress akademik dengan gejala gastritis diperoleh data responden yang memiliki gejala gastritis mengalami stress akademik sedang sebanyak 36 responden (48,0%), mayoritas responden yang tidak mempunyai gejala gastritis yaitu sejumlah 39 responden (52,0%) juga berada pada kategori stress akademik sedang, mayoritas responden yang tergolong dalam stress akademik tinggi sebanyak 18 responden (69,2%) mengalami gejala gastritis, mayoritas responden yang mengalami stress akademik sangat tinggi sebanyak 7 responden (77,8%) memiliki gejala gastritis dan mayoritas responden dengan tingkat stres akademik sangat rendah sebanyak 8 responden (66,7%) memiliki gejala gastritis juga.

Hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan uji *Spearman's Rho* untuk melihat adakah korelasi antara kedua variabel. Dinyatakan memiliki korelasi apabila nilai signifikansi sebesar $p < 0,05$ dan korelasi dinilai semakin kuat jika koefisien korelasi semakin mendekati satu. Pada tabel 4 dipaparkan hasil kedua variabel memiliki nilai signifikan 0,003 yang menandakan bahwa kedua variabel tersebut berkorelasi dengan nilai koefisien antara kedua variabel 0,243 yang artinya kedua variabel berkorelasi positif tetapi kekuatan korelasinya lemah. Nilai koefisien yang rendah mungkin disebabkan oleh kondisi responden yang mana tidak semua responden memiliki gejala gastritis yang sama. Nilai koefisien korelasi pada penelitian ini bernilai positif yang menandakan bahwa hubungan kedua variabel searah sehingga bisa diartikan semakin tinggi stres akademik maka mengalami gejala gastritis. Maka dari itu, didapatkan hasil bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Terdapat hasil yang sama antara penelitian ini dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Saraswati (2022), dengan judul penelitian "Hubungan Tingkat Stress dengan Gejala Gastritis Mahasiswa Tingkat IV". Hasil penelitiannya menunjukkan sebanyak 21 responden yang tidak mengalami stress mayoritas tidak mengalami gejala gastritis, 54 responden memiliki stress sedang mayoritas mengalami gejala gastritis dan yang mengalami stress berat mayoritas mengalami gejala gastritis sebanyak 37 responden. Dari hasil uji Pearson Correlation didapatkan nilai p value 0,000 yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel dengan kekuatan korelasi ($r=0,455$) yang termasuk ke dalam kategori sedang dengan arah korelasi positif yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat stress maka mengalami gejala gastritis, begitu pula sebaliknya.

Stres merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis dikarenakan terjadi peningkatan aktifitas saraf simpatik pada saat stres yang dapat menyebabkan meningkatnya asam lambung (HCL berlebih), asam lambung yang berlebih dapat mempengaruhi sistem pencernaan, mengiritasi mukosa lambung dan mengakibatkan gastritis (Alamasah, 2022). Serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Purbaningsih (2020), mengatakan bahwa stres mampu membangkitkan peningkatan produksi hormon adrenalin yang mengakibatkan produksi asam lebih meningkat secara berlebih sehingga menyebabkan peradangan pada lambung dan terjadi gastritis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haniifah (2023) diperoleh sebanyak 26 (74,3%) responden dengan tingkat stress berat dan mengalami gastritis, sedangkan terdapat 8 responden yang berada pada tingkat stress ringan yang mengalami gejala gastritis. Sehingga disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stress berat dengan kejadian gastritis. Beban kerja dan tuntutan hidup yang berat juga mengakibatkan stres dan memicu timbulnya gastritis (Monica, 2021). Tuntutan hidup tersebut dirasakan juga oleh mahasiswa, mahasiswa dibebankan dengan berbagai aktivitas akademik seperti wajib mengikuti praktek klinik, melakukan observasi pada setiap mata kuliah, mengerjakan laporan dan banyak lagi tuntutan yang harus dilakukan oleh mahasiswa yang dapat menyebabkan timbulnya stress akademik (Rosyidah et al., 2020).

Stres merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis dikarenakan terjadi peningkatan aktifitas saraf simpatik pada saat stres yang dapat menyebabkan meningkatnya asam lambung (HCL berlebih), asam lambung yang berlebih dapat mempengaruhi sistem pencernaan, mengiritasi mukosa lambung dan mengakibatkan gastritis (Alamasah, 2022). Berdasarkan jawaban dari kuesioner gejala gastritis, didapatkan hasil mayoritas responden mengalami gejala perut nyeri/perih saat terlambat makan terutama saat jam makan siang, dan merasa perih/nyeri perut juga apabila terlambat makan malam dan sarapan, responden juga mengalami penurunan nafsu makan, sakit perut saat mengkonsumsi makanan pedas, sering merasa tidak nyaman/sakit pada perut bagian atas, dan merasa perutnya perih saat meminum kopi atau mengkonsumsi makanan yang mengandung kafein. Berdasarkan penelitian Oktavina et al (2022) yang dilakukan pada mahasiswa S1 Keperawatan STIKES Nani Hasanuddin Makassar mendapatkan hasil dari total 47 responden terdapat 30

responden (63,8%) mengalami gejala gastritis, hal tersebut dikarenakan kurang baiknya manajemen diri mahasiswa baik dari tidak teraturnya pola makan yang, kurang mengatur frekuensi makan, jenis diet kurang baik, serta kurang mampu mengontrol stress sehingga menimbulkan gejala gastritis pada mahasiswa. Menurut penelitian Veramawati & Br Perangin-angin (2020) dari 44 mahasiswa yang diteliti, mahasiswa mengatakan tidak sempat mengatur pola makan karena tugas dan praktikum yang sangat padat.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan mayoritas responden berada pada tingkat stres akademik sedang yang senada dengan penelitian Ilhamsyah et al., (2023) yang mana pada penelitian tersebut mayoritas responden mengalami stres sedang sejumlah 62 responden (68,9%). Ini memberikan indikasi bahwa tekanan akademik atau stress akademik merupakan hal yang normal dan wajar terjadi pada lingkungan kampus serta masih dapat dikelola secara efektif. Tetapi perlu diingat bahwa stress akademik sedang juga dapat memicu munculnya dampak negatif pada kesejahteraan mahasiswa salah satunya halnya menyebabkan timbulnya masalah kesehatan, menurut Potter & Perry (2010) gejala yang sering ditimbulkan pada stress sedang adalah adanya rasa tidak nyaman pada perut, jantung berdetak cepat, adanya rasa sakit pada punggung dan tengkuk, perasaan tidak segar di pagi hari dan merasa tidak tenang di sore hari (Ilhamsyah et al., 2023).

Berdasarkan jawaban responden dari kuesioner stres akademik berdasarkan dimensi akademik yaitu ekspektasi akademis didapatkan bahwa responden merasa beban kurikulum di bangku perkuliahan terlalu berat dan khawatir berlebih terhadap ujian, tetapi mayoritas dari mereka yakin bahwa karirnya akan sukses di masa depan, berdasarkan dimensi stres terkait tugas dan ujian didapatkan bahwa mayoritas responden merasa tertekan saat masa-masa ujian, pertanyaan yang diberikan saat ujian susah, serta takut gagal pada mata kuliah yang diambil, sedangkan pada dimensi persepsi diri dalam hal akademis didapatkan bahwa mayoritas responden merasa tugas yang diberikan terlalu banyak, khawatir tidak mendapatkan pekerjaan di masa depan, dan diberikan ekspektasi yang tidak realistis oleh dosen. Hal ini serupa dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Tabroni et al (2021) yang menyimpulkan penyebab munculnya stres akademik yaitu stres akan ujian, banyaknya materi yang harus dipelajari, kesulitan memahami materi, system ujian, dan adanya rasa khawatir dengan prestasi dan kinerja akademiknya.

Terdapat beberapa responden yang mengalami stres akademik tinggi yang perlu diberikan perhatian khusus. Munculnya stres akademik tinggi kemungkinan disebabkan oleh permasalahan interpersonal dan personal responden, Pendidikan dan ekonomi keluarga yang rendah, serta kurangnya dukungan keluarga. Gejala yang mungkin timbul bagi yang mengalami stress akademik tinggi adalah mengalami masalah pencernaan yang semakin berat, kecemasan, dan rentan panik. Oleh sebab itu, mahasiswa memerlukan upaya untuk meningkatkan manajemen stress pada dirinya sehingga dapat terluput dari masalah- masalah yang tidak diinginkan.

Keterbatasan pada penelitian ini adalah terbatas pada mahasiswa Fakultas Keperawatan tahun ketiga saja. Peneliti juga tidak melakukan perbandingan tingkat stres pada periode awal semester ataupun tengah semester. Kuesioner disebarkan secara *online* melalui *google form* dan pengisian *self-report* secara daring sehingga peneliti tidak melihat secara langsung proses pengisian kuesioner yang dapat mempengaruhi penyampaian informasi kepada responden pada penelitian ini. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini hanya menguji hubungan atau korelasi antar variabel sehingga tidak memberikan kejelasan hubungan kausalitas antara kedua variabel.

KESIMPULAN

Hasil uji statistik menggunakan uji Spearman's rho dengan melihat nilai signifikansi, memperlihatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan atau bermakna antara tingkat stress

akademik dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dengan nilai-nilai signifikansi sebesar $0,003 < 0,05$ dan nilai koefisien korelasi adalah sebesar 0,243, artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kedua variabel dengan tingkat kekuatan korelasi lemah antara variabel tingkat stress akademik dengan gejala gastritis. Nilai koefisien korelasi bernilai positif menandakan bahwa hubungan antar kedua variabel searah sehingga dapat diartikan semakin tinggi stress akademik maka mengalami gejala gastritis. Stres akademik yang dialami responden berada pada tingkat stres akademik sedang dan dianggap menjadi salah satu pemicu munculnya gejala gastritis pada mahasiswa. Maka dari itu, didapatkan hasil bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima.

SARAN

Peneliti mengharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya sebagai pedoman dalam melakukan riset menggunakan variabel yang berbeda, peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan uji statistik yang lain untuk melihat ada tidaknya hubungan kausalitas antara tingkat stres akademik dengan gejala gastritis. Peneliti berikutnya juga diharapkan melakukan pengumpulan data dengan skala lebih besar untuk melihat sejauh mana stres akademik dapat mempengaruhi kesehatan mahasiswa, penelitian dapat dilakukan ke mahasiswa non kesehatan serta anak usia sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Afida, U. N., Nugraheni, T. W., & Ningsih, W. T. (2023). Tingkat Stress dan Kekambuhan Gastritis pada Penderita Gastritis di Desa Tlogowaru Wilayah Kerja Puskesmas Temandang . *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 1902-1907.
- Ardiani, H. (2019). Tingginya Tingkat Stress dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis pada Mahasiswa dalam Penyusunan Tugas Akhir di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun. *2-Trik: Tunas-tunas Riset Kesehatan*, 8-13.
- Fawzy, M., & Hamed, S. A. (2017). Prevalence of psychological stress, depression and anxiety among medical students in Egypt. *Elsevier: Psychiatry Research* , 186-194.
- Firstika, Z., Karim, D., & Woferst, R. (2020). Hubungan Tingkat Stress Akademik dengan Sistem Perkuliahan jarak Jauh Berbasis Online Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tahun Pertama. *JOM Fkp* 7(2), 45-53.
- Kountul, Y. D., Kolibu, F. K., & Korompis, C. G. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS* 7 (5), 1-7.
- Jusuf, H., Adityaningrum, A., & Yunus, R. (2022). Determinan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa. *Jambura Health and Sport Journal*, 108-118.
- Monica, K. H., & Yudono, T. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di SMAN 1 Paguyungan.
- Nolita, W., Isnaniar, & Nurmayanti. (2023). Pola Makan Mahasiswa yang Mengalami Gastritis di fakultas Mipa dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Riau. *Jurnal Kesehatan As-Shifa*, 1-15.
- Oktavia, W. K., Fitroh, R., Wulandari, H., & Feliana, F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan*, 142-149.
- Rosyidah, I., Efendi, R. A., Arfah, M. A., Jasman, P. A., & Pratami, N. (2020). Gambaran Tingkat Stress Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas. *Jurnal Abdi* 2 (1), 33-39.

- Rusli, M. (2022). Gambaran Tingkat Stres pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2017 UIN Alauddin Makassar. *Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Walisongo*.
- Saparina, T., & Sefrianti, S. R. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *MIRACLE Journal of Public Health* 3 (1), 1-10.
- Saraswati, A. P., Suyasa, I. P., & Wulandari, I. A. (2022). Hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat IV. *Jurnal Gema Keperawatan* 15 (2), 207-216.
- Syiffatulhaya, N. E., Wardhana, M. F., Andrifianie, F., & Sari, R. D. (2023). Literatur Review: Faktor Penyebab Kejadian Gastritis. *Agromedicine*, 65-68.
- Tabroni, I., Nauli, F. A., & Arneliwati. (2021). Gambaran Tingkat Stres dan Stresor pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri . *Jurnal Keperawatan* 13 (1), 149-163.
- World Health Organization. (2022). Diambil kembali dari Call For Authors Special Issue: Interventions For The Treatment Of Persons With Gastric: <https://icd.who.int/Browse11/L-M/En>
- World Health Organization. (2023, February 21). Diambil kembali dari Stress: What Is Stress?: https://www.who.int//news-room/questions-and-answers/item/stress/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwqdvBhCPARIsANrmZhNswLreddg-xQD82V_vJ7LQT7puvnjyTwzIUTVTax8oCieqbtrIbJ8aAh1TEALw_wcB
- Yusuf , N. M., & Yusuf, J. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik. *Psyche* 165 *Journal* 13 (2), 235-241.