



HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS: *LITERATURE REVIEW*

A LITERATURE REVIEW: THE CORRELATION OF STRES AND THE INCIDENCE OF GASTRITIS

Umi Lailatul Muna¹, Trina Kurniawati²

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Email: Umilailatul616@gmail.com

ABSTRAK

Stres merupakan penyebab terjadinya maag, karena pada sistem saraf di otak yang berhubungan dengan lambung mengalami kelainan karena ketidakseimbangan. Stres dapat mengakibatkan perubahan hormonal didalam tubuh yang bisa merangsang produksi asam lambung secara berlebihan, kondisi ini menyebabkan lambung terasa perih dan kembung. Seseorang yang memiliki pengelolaan stres yang kurang baik dapat meningkatkan kadar asam lambung karena dapat menurunkan kadar hormon prostaglandin. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan stres dengan kejadian gastritis melalui literature review. Teknik pengumpulan data menggunakan metode literature review 5 artikel yang bersumber database online melalui penelusuran Portal Garuda, Google Scholar yang di publikasi pada tahun 2011-2022. Hasil pencarian didapatkan sesuai kata kunci dan kriteria inklusi, dianalisa menggunakan instrument Strobe. Berdasarkan hasil literatur review dari 5 artikel didapatkan bahwa responden pada penelitian ini mayoritas mengalami stres ringan sebanyak 180 responden dengan persentase (34,5%), dan 5 artikel untuk kategori kejadian gastritis yaitu sebanyak 290 responden dengan persentase (57,1 %), dengan nilai p value < 0,05 yang berarti ada hubungan stres dengan kejadian gastritis. Berdasarkan hasil literatur review adanya hubungan antara stres dengan kejadian gastritis.

Kata Kunci: Stres, Gastritis, Studi Literatur

ABSTRACT

One of the causes of gastritis is stress, because the nervous system in the brain associated with the stomach is abnormal or imbalanced. This can cause hormonal changes in the body and can stimulate excess stomach acid production, so that the stomach feels sore and bloated. One who is unable to manage stress properly can increase his/her stomach acid levels and it can reduce levels of the hormone prostaglandin. It aims to determine the correlation of stress and gastritis via literature review. The data collecting technique has applied literature review method, by reviewing five articles based on online database. It has been conducted by browsing Garuda Portal, Google Scholar published in 2011- 2022. The search results were obtained according to the keywords and inclusion criteria, analyzed using the Strobe instrument. Based on reviewing literature, it obtained that the majority of respondents in this study as many as 180 respondents with a percentage (34.5%) got light stress and for the category of gastritis events, as many as 290 respondents (57.1%), with a P value < 0.05 have got it, this means there is a relationship between stress and the incidence of gastritis. Based on the literature review results, there is correlation between stress and the incidence of gastritis.

Keywords: Stres, Gastritis, Literature Review

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan kondisi peradangan dan iritasi yang menyebabkan pengikisan lapisan lambung akibat kelebihan asam lambung (Halimah, 2020). Gastritis merupakan suatu peradangan lambung yang disebabkan oleh infeksi *Helicobacter pylori*,

stres, trauma fisik, serta pola makan yang tidak teratur (Haryanto, 2019). Gastritis adalah peradangan dinding lambung terutama pada selaput dinding lambung atau inflamasi yang mengenai pada mukosa lambung (Ulumiya, 2021).



Data World Health Organization (2020) populasi penderita gastritis pada usia 25 sampai 34 tahun sebanyak 0,1%, penderita gastritis di usia 35-54 sebanyak 0,2, penderita gastritis umur 55 sampai 74 sebanyak 1.4 % dan penderita gastritis di usia 75 ke atas sebanyak 12,2 %. Pada usia produktif seseorang rentan mengalami penyakit gastritis karena disebabkan oleh tingkat kesibukan, gaya hidup yang tidak memperhatikan kesehatan, & juga stres mudah terjadi (Mustika, 2021).

Penyebab gastritis yang paling umum adalah infeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Adapun penyebab gastritis antara lain berupa; Stres, keracunan makanan (makan nasi basi atau nasi berkuman), bahan kimia (karbol, lisol, minuman beralkohol, dan tumpahan empedu (Waluyo, 2013). Gejala gastritis umumnya antara lain seperti; mual, muntah perut kembung, sakit perut, serta kurang nafsu makan, dan perut terasa terbakar diantara waktu makan atau pada malam hari (Halimah, 2020). Komplikasi yang timbul pada gastritis berupa: ulkus dan perdarahan lambung (Priyoto, 2015).

Stres adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan pada seseorang yang dianggap ancaman sehingga dapat menyebabkan depresi, kemarahan, kepahitan, merasa kurang, merasa kurang, toleransi rendah pada frustrasi dan adanya gangguan kesehatan lainnya (Armaru, 2021). Stres merupakan penyebab terjadinya maag karena pada sistem saraf di otak yang berhubungan dengan lambung mengalami kelainan karena ketidakseimbangan. Disamping itu stres juga dapat mengakibatkan perubahan hormonal didalam tubuh yang bisa merangsang produksi asam lambung secara berlebihan, kondisi ini menyebabkan lambung terasa perih dan kembung (Hidayah, 2011). Berdasarkan uraian diatas, faktor penyebab gastritis disebabkan oleh stres, sehingga peneliti tertarik untuk

mengambil judul penelitian “ Hubungan stres dengan kejadian gastritis: Literatur Review “.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Gastritis

Gastritis merupakan peradangan akut, kronis, menyebar dan lokal yang disebabkan oleh makanan, obat-obatan, bahan kimia, stres serta bakteri (Nuari, 2015).

Klasifikasi Gastritis

Gastritis akut yaitu radang mukosa lambung paling sering disebabkan oleh pola makan, misalnya makan terlalu banyak, makan terlalu cepat, makan terlalu banyak bumbu atau makanan yang terinfeksi. Penyebab lainnya: alkohol, aspirin, refluks empedu dan terapi radiasi. Gastritis kronis yaitu peradangan berkepanjangan yang disebabkan oleh tukak lambung baik jinak maupun ganas, oleh bakteri *H. pylori* (Nuari, 2015).

Tanda dan gejala

Gastritis akut tanda gejala antara lain: nyeri epigastrium, mual, kembung, muntah, serta hematemesis dan melena. Pada Gastritis kronis tanda gejala berupa; sebagian besar gejala gastritis kronis tidak ada keluhan, hanya sebagian mengeluh nyeri ulu hati, anoreksia, mual (Rendy & Margareth, 2015).

Pengertian Stres

Stres adalah stimulus / situasi yang menimbulkan distress dan menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang (Imelisa, 2021).

Tanda dan gejala stres

Gejala stres dibagi menjadi 3:

- a) Gejala fisik yaitu seperti; sakit kepala, sulit menelan, sariawan, sakit leher, nyeri otot, rasa lemah, diare, sakit perut, serta jantung berdebar-debar.



- b) Gejala emosi antara lain; depresi, panik, khawatir, sering menangis, amarah, mimpi buruk, berperilaku implusive, gelisah terhadap hal-hal kecil, sikap agresif yang tidak normal.
- c) Gejala perilaku antara lain; dahi berkerut, gelak tawa gelisah bernada tinggi, menggigit kuku, kelambanan kronis berjalan kronis, berjalan mondar-mandir, merokok serta berlebihan, perilaku sosial yang berubah secara tiba-tiba (Imelisa, 2021).

METODE

Penelitian ini menggunakan studi literatur yang merangkum dari berbagai literatur yang relevan dengan tema. Pencarian literatur review dengan menggunakan kata kunci. Penelitian menggunakan Instrumen Strobe. STROBE merupakan Strengthening the Reporting Of Observasional Studies in Epidemiologi. Pernyataan STROBE adalah daftar item yang harus ditangani dalam laporan artikel pada 3 desain studi epidemiologi analitik: kohort, kassus-kontrol, dan studi cross-sectional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel Hasil Analisis *Literature Review* Kategori Stres

Peneliti	Tahun	Kategori Stres									
		Ringan		Sedang		Berat		Sangat berat		Normal	
		N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Wau et, al	2018	20	3,9	91	18,0	9	-	-	-	-	-
Hoesny et, al	2019	6	1,1	26	5,1	4	0,7	-	-	-	-
Amanda et, al	2021	16	3,1	27	5,3	43	8,5	80	15,8	20	3,9
Kurdaningsih et al	2021	39	7,7	12	2,3	-	-	-	-	-	-
Jusuf et, al	2022	25	9,4	24	4,7	19	3,7	3	0,5	41	8,1
Total masing-masing kategori		106	25,2	180	34,5	75	12,9	83	16,3	61	12
Total responden		505									

Tabel Hasil Analisis *Literature Review* Kategori Kejadian Gastritis

Artikel Peneliti	Tahun	Kategori Gastritis			
		Ya		Tidak	
		N	%	N	%
Wau et, al	2018	74	14,6	46	9,1
Hoesny et, al	2019	22	4,3	14	2,7
Amanda et, al	2021	102	20,1	84	16,6
Kurdaningsih et al	2021	29	5,7	22	4,3
Jusuf et, al	2022	63	12,4	49	9,7
Total masing-masing kategori		290	57,1	215	42,4
Total responden		505			

Hasil Analisis *Literature Review* Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis

Artikel	Tahun	P value	Hubungan Stres dalam Kejadian Gastritis
			Hasil
Wau et, al	2018	0,001	Ada hubungan stres dengan kejadian gastritis
Hoesny et, al	2019	0,002	Ada hubungan stres dengan kejadian gastritis
Kurdaningsih et al	2021	0,026	Ada hubungan stres dengan kejadian gastritis
Jusuf et, al	2022	0,019	Ada hubungan stres dengan kejadian gastritis
Amanda et, al	2021	0,003	Ada hubungan stres dengan kejadian gastritis.

Stres

Berdasarkan hasil literatur review responden pada penelitian ini mengalami stres sedang sebanyak 180 responden dengan persentase (34,5%). Stres sedang merupakan stres yang berlangsung lebih lama daripada stres ringan. Penyebab dari stres sedang adalah situasi yang tidak terselesaikan dengan rekan, anak yang sakit, atau ketidakhadiran yang lama dari anggota keluarga. Ciri-ciri dari stres sedang antara lain; sakit perut, mules, otot terasa tegang, perasaan tegang, dan gangguan tidur (Rias, 2021). Stres juga dapat memicu produksi HCI berlebih yang menyebabkan seseorang menjadi tidak tenang dan melakukan berbagai aktifitas, dengan kondisi stres akan memperburuk keadaan dan akhirnya organ lain ikut tidak stabil dalam menjalankan fungsinya (Kurniasih, 2018)



Kejadian gastritis

Berdasarkan hasil literatur review bahwa responden pada penelitian ini mayoritas mengalami kejadian gastritis yaitu sebanyak 290 responden dengan persentase (57,1 %). Gastritis merupakan inflamasi baik akut atau kronis yang disertai kerusakan mukosa lambung sebagai respon zat yang mengiritasi serta mengakibatkan lepasnya epitel mukosa superfisial (Manalu, 2021)

Stres merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis karena pada saat stres hormon pada tubuh terjadi perubahan yang mengakibatkan asam lambung menjadi meningkat (HCL berlebih), apabila asam lambung berlebih maka dapat mempengaruhi pada sistem pencernaan dan menyebabkan gastritis. Disamping itu beban kerja yang sangat berat dan tekanan hidup yang berat juga dapat mengakibatkan stres dan dapat memicu timbulnya gastritis karena perubahan hormon tersebut. Pada usia remaja gastritis disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat (melewatkan waktu makan, sering mengonsumsi makanan cepat saji, porsi makan terkadang sedikit, dan terkadang banyak, serta jenis makanan yang menyebabkan gastritis (Monica, 2021). Sedangkan pada orang dewasa gastritis terjadi dikarenakan pola makan & pola hidup yang kurang sehat ditambah dengan beban kerja yang tinggi sehingga menjadi stres, pola hidup tidak sehat dapat meningkatkan produksi asam lambung dan menyebabkan gastritis. Selain itu tuntutan pekerjaan yang tinggi maupun beban kerja yang tinggi mengakibatkan orang dewasa mengabaikan kebutuhan dirinya sendiri terutama dalam menjaga pola makan dan hidup sehat (Setyaka, 2016).

Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis

Berdasarkan literatur review 5 artikel diperoleh hasil penelitian menunjukkan P=

0,001 maka yang artinya ada hubungan stres dengan kejadian gastritis. Kondisi hal ini dipengaruhi dari hasil penelitian (Muliani, 2021) dimana ditunjukkan sebanyak 24 (68,6%) responden mengalami stres dan sebanyak 26 (74,3%) responden mengalami kejadian gastritis. Kondisi tersebut juga diperkuat dengan adanya penelitian lain dari (Saroinsong, 2014) dimana sebanyak 46 (75,4%) responden mengalami kejadian gastritis dan sebanyak 49 (75,4%) responden mengalami kejadian gastritis.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil literatur review dari 5 artikel didapatkan bahwa responden pada penelitian ini mayoritas mengalami stres ringan sebanyak 180 responden dengan persentase (34,5%), 5 artikel didapatkan bahwa responden mayoritas mengalami kejadian gastritis yaitu sebanyak 290 responden dengan persentase (57,1 %), dan hasil literatur review 5 artikel terdapat adanya hubungan antara stres dengan kejadian gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzra, S. (2022). Gambaran Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Pasien Penderita Hipertensi: Studi Literature Review. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 53-64.
- Amanda, A.K, Firdaus, I.A., Alfeani(2021). *Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Ibnu kaldun.*
- Ananda, P. Z. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Tidak Aman Dengan Komitmen Pada Dewasa Awal Yang Berpacaran Di Surabaya. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(1), 21-26.



- Armanu.(2021). *Stres di Era Turbulensi*. Malang: UB Press
- Halimah, N., D. (2020). *Buku Pedalaman Materi (BUPERI)*. Magelang; Pustaka Rumah C1nta
- Haryanto, Heri. (2019). *Budi Daya Ikan Gabus Dan Keampuhannya*. Yogyakarta; Laksana.
- Hidayah, H. (2011). *Kesalahan-Kesalahan Pola Makan Pemicu Serbek Penyakit Mematikan*. Jogjakarta: Buku Biru.
- Hoesny, H., & Nurcahaya. (2019). *Stres dan Gastritis; Studi CRSS Sectional pada Pasien di Ruang Rawat Inap di wilayah Kerja UPT Puskesmas Bone-Bone Tahun 2018*
<https://plantform.who.int/mortality/themes/theme-details/topics/indicator-groups/indicator-group-details/MBD/gastritis-and-duodenitis>.
- Imelisa, R. (2021). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikososial*. Jawa barat: Ebu Publisher
- Jusuf, H., Adityaningrum A, Yunus R. (2022). *Determinan kejadian gastritis pada mahasiswa*.
- Jusuf, H., Adityaningrum A, Yunus R.(2022). *Determinan kejadian gastritis pada mahasiswa*.
- Khairunnisa, I., & Hartini, N. (2022). Hubungan Antara Caregiver Burden Dengan Subjective Well-Being Pada Ibu Generasi Sandwich. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 97-106.
- Kurdaningsih, V.S & Firmansyah, R.M. (2021). *Pola makan dan Stres dengan Kejadian Gastritis Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stik Siti Khadijah*.
- Kurniasih, T. (2018). *Sistem organ Manusia*.Yogyakarta; CV Budi Utama
- Monica, K, Wibowo H.T, & Yudono T.D. (2021). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di SMA NI Paguyangan*.
- Muliani, N., Iriyanto, G., Kurniawan, T. (2021). *Frekuensi Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Perempuan Usia 18-25 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Kemiling Kota Bandar Lampung*
- Mustika, S. (2021). *Buku Pintar Pendekatan Gizi Pada Penyakit Pencernaan Dan Hati*. Malang: Tim UB Press
- Nuari, A.N. (2015). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Pada gangguan Sistem Gastrointestinal*. Jakarta; CV Trans Info Media.
- Priyoto. (2015). *Perubahan Dalam Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta; Graha Ilmu
- Rahmawati, F., & Nawangsari, N. A. F. (2022). Pengaruh Metode Bottom-Up Processes Reading Dengan Media Kartu Terhadap Kemampuan Literasi Awal Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(2), 73-82.
- Rendy, C.M., & Margareth, TH. (2015). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Dan Penyakit Dalam*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Rias, A.Y, Rinacy H, Ratnasari F. (2021). *Psikososial Dan Budaya Dalam Keperawatan*. Bandung: CV Media Sains Indonesia
- Saroinsong, M., Palandeng, H., Bidjun, H. (2014). *Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis Kelas XI IPA DI SMA NEGERI 9 MANADO*.
- Setyaka, Heru. (2016). *Hidup Sehat, Kinerja Melejit*. Yogyakarta; Saufa.
- Ulumiya, Nova. (2021). *Laskar Bakteri Patogen*. Surabaya: UM Surabaya Publishing.



- Waluyo, Srikandi. (2013). *Cek Kesehatan Anda Pria Usia 50 Tahun*. Jakarta; PT Gramedia.
- Wau, T.W., Pardede, A.J., Simamora, M. (2018). *Levels of stress related to incidence of gastritis in adolescent*.