

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Gastritis adalah salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang berhubungan dengan masalah kesehatan, khususnya dalam sistem pencernaan, terutama pada lambung. Kondisi ini terjadi akibat kerusakan lambung yang disebabkan oleh proses peremasan yang berlangsung terus-menerus sepanjang hidup. Jika gastritis tidak diobati, kondisinya dapat memburuk dan meningkatkan produksi asam lambung, yang pada gilirannya dapat menyebabkan luka atau ulkus, yang sering disebut sebagai tukak lambung (Ananda et al., 2024)

Menurut data dari WHO (*World Health Organization*), yang melakukan tinjauan di beberapa negara di seluruh dunia, didapatkan presentase kejadian gastritis sebagai berikut: Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Perancis 29,5%. Secara global, insiden gastritis mencapai sekitar 1,8-2,1 juta kasus setiap tahun. Di Asia Tenggara, angka kejadian gastritis diperkirakan sekitar 583.635 kasus per tahun. Prevalensi gastritis yang terkonfirmasi melalui endoskopi di negara-negara barat berkisar 4,1% dan cenderung asimptomatik (Watung et al. 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gastritis berada di urutan keenam dengan persentase 60,86%, mencakup total 33.580 pasien rawat inap. Di urutan ketujuh, terdapat 201.083 pasien

rawat jalan yang juga mengalami gastritis. Angka kejadian gastritis cukup signifikan di beberapa daerah, dengan prevalensi mencapai 274.396 kasus dari total 238.452.952 penduduk, yaitu 40,8%. Persentase kasus gastritis di beberapa kota di Indonesia meliputi Jakarta 50%, Palembang 35,5%, Bandung 32%, Denpasar 46%, Surabaya 31,2%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2%, sementara kejadian gastritis di Medan mencapai 91,6%. Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa gastritis merupakan penyakit dengan tingkat kejadian yang sangat tinggi, terutama di Indonesia (Ivy Violan Lawalata et al. 2023).

Gastritis termasuk dalam sepuluh besar penyakit rawat inap di rumah sakit tingkat Provinsi Sulawesi Selatan. Sebanyak 1,45% dari total pasien yang keluar hidup mengalami kematian akibat penyakit gastritis. Menurut data rekam medik RSUD Kota Makassar tahun 2015, prevalensi gastritis sejak tahun 2012 adalah 209 pasien rawat inap, 106 pasien di tahun 2013, dan 159 pasien di tahun 2014. Untuk kasus rawat jalan di Puskesmas se-Provinsi Sulawesi Selatan, gastritis menempati urutan keenam, dengan total 282.739 kasus atau 8,82% (Saalino et al. 2021).

Penyakit gastritis kronis dialami oleh 50% populasi dunia, dengan prevalensi melebihi 70% di negara-negara berkembang. Di negara barat, prevalensi gastritis mencapai 40% pada kelompok usia di atas 50 tahun. Sebanyak delapan puluh persen dari penderita tidak menunjukkan gejala penyakit. Sebuah studi di Jepang menunjukkan bahwa insidensi gastritis lebih tinggi pada wanita, yaitu 3,2% per tahun, dibandingkan dengan pria

yang memiliki insidensi 2,4% per tahun. Di Malaysia, prevalensi keseluruhan gastritis mencapai 62%, dengan 22% dari pasien terinfeksi oleh *Helicobacter pylori* (Sari et al., 2024).

Penyakit gastritis adalah peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronis, difus, atau lokal. Gejala utamanya meliputi anoreksia, perasaan kenyang di perut tengah, ketidak nyamanan di epigastrium, mual, dan muntah. Gastritis dapat menyerang individu dari semua usia dan jenis kelamin. Beberapa survei menunjukkan bahwa kondisi ini paling sering terjadi pada usia produktif, disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur dan stres yang dipicu oleh faktor lingkungan. Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kejadian gastritis mencakup pola makan dan tingkat stres (Sartika et al. 2020).

Mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan dan hambatan selama masa perkuliahan, seperti mengerjakan banyak tugas dalam waktu bersamaan. Stres akademik adalah kondisi yang muncul ketika terdapat ketidakseimbangan antara lingkungan dan sumber daya yang tersedia, sehingga membebani mereka dengan berbagai tuntutan dan tekanan. Banyak orang mengaitkan stres akademik dengan beban tugas yang berlebihan, persaingan dengan teman untuk mencapai hasil terbaik, hubungan sosial yang kurang memadai, serta lingkungan dan sistem belajar yang tidak mendukung, ditambah dengan minimnya akses terhadap sumber ilmu. Semua faktor ini dapat menyebabkan mahasiswa mengalami stres akademik. Selain itu, kebiasaan makan sehari-hari

mahasiswa, seperti sering melewati waktu makan atau tidak makan sama sekali, dapat mengakibatkan perut kosong, yang berisiko merusak lambung dan menyebabkan gastritis(Ivanka et al. 2023).

Stres adalah salah satu faktor yang dapat menyebabkan kekambuhan gastritis, karena saat mengalami stres, terjadi perubahan hormonal dalam tubuh. Perubahan ini dapat merangsang sel-sel lambung untuk memproduksi asam secara berlebihan. Kelebihan asam ini dapat menimbulkan rasa perih, nyeri, dan kembung. Jika kondisi ini berlangsung dalam waktu yang lama, dapat menyebabkan luka pada dinding lambung. Stres memiliki dampak negatif melalui mekanisme neuroendokrin, di mana peningkatan hormon kortisol meningkatkan aktivitas sekresi lambung (*pepsin dan HCl*) di saluran pencernaan, sehingga meningkatkan risiko gastritis. Stres dapat dipicu oleh berbagai faktor (Nur Afida, 2023).

Pola makan yang tidak teratur, baik dari segi frekuensi maupun jenis makanan, dapat menyulitkan lambung untuk beradaptasi. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, akan terjadi kelebihan asam lambung yang dapat mengiritasi mukosa lambung dan menyebabkan gastritis. Kebiasaan makan yang buruk serta konsumsi makanan yang tidak higienis merupakan faktor risiko terjadinya gastritis. Gastritis adalah salah satu masalah kesehatan yang paling umum pada saluran pencernaan. Kondisi ini merupakan gangguan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh konsumsi berlebihan makanan yang merangsang

peningkatan asam lambung, seperti makanan pedas, yang mengandung kafein, alkohol, asam, dan soda (Yessi Angelica et al. 2022).

Pola makan adalah salah satu faktor penyebab gastritis. Oleh karena itu, penting untuk mengatur pola makan yang baik dan teratur sebagai langkah pencegahan untuk menghindari kekambuhan gastritis. Menurut WHO, persentase kejadian gastritis sering terjadi pada remaja sebesar 76%, sementara sisanya, yaitu 24%, terjadi pada lansia, yang biasanya disebabkan oleh faktor degeneratif (Premesti et al. 2022).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada November 2024 di Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia, ditemukan bahwa dari 10 mahasiswa yang diamati, 5 di antaranya memiliki riwayat gastritis. Mahasiswa-mahasiswa ini sering mengalami kecemasan dan memiliki pola makan yang kurang teratur. Pola makan yang buruk menjadi salah satu faktor utama kambuhnya gastritis, yang kemudian menimbulkan gejala seperti mual, muntah, dan rasa lemas sepanjang hari. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai hubungan antara pola makan dan tingkat stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

Berdasarkan uraian yang telah dielaskan pada latar belakang, maka perlu dilakukan penelitian terkait Hubungan pola makan dan tingkat stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Agama Universitas Muslim Indonesia.

B. Rumusan masalah

1. Apakah ada hubungan pola makan dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia
2. Apakah ada hubungan Gejala stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

C. tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan pola makan dan Gejala stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa fakultas agama

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan pola makan (frekuensi dan jenis makanan) dengan gejala gastritis pada mahasiswa fakultas agama universitas muslim indonesia
- b. Untuk mengetahui hubungan Gejala stres (Gejala stres ringan, Gejala stres sedang, Gejala stres berat). Dengan gejala gastritis pada mahasiswa fakultas agama.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat peneliti

Menambah wawasan dan pengalaman bagi peneliti dalam hal memperoleh pemahaman lebih mendalam tentang hubungan pola makan dan Gejala stres dengan gejala gastritis.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pemahaman dalam bidang kesehatan masyarakat, khususnya terkait hubungan pola makan dan Gejala stres dengan gejala gastritis.

3. Manfaat Praktis

Diharapkan dapat menjadi referensi atau masukan bagi perkembangan ilmu kesehatan masyarakat khususnya mengenai hubungan pola makan dan Gejala stres dengan gejala gastritis.