



JURNAL KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH TANJUNGPINANG

<https://jurnal.stikesht-tpi.ac.id/>
P-ISSN 2086 – 9703 | E – ISSN 2621 – 7694
DOI: <https://doi.org/10.59870/jurkep.v14i1.146>

Hubungan Stres Akademik dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan *Relationship Between Academic Academic Stress and Diet with The Incidence of Gastritis in Nursing Study Program*

Ruwi Donalia Triandika Sari¹, Yeccy Anggeny², Lita²

^{1,2,3}Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru
E-mail : ruwidonalia220800@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan stres akademik dan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Metode penelitian kuantitatif desain deskriptif, korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel teknik *propotional random sampling* 187 responden. Data menggunakan kuesioner skala *likert* yang telah valid. Analisis data univariat distribusi frekuensi, untuk analisis data bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden pada rentang usia (18 – 23 tahun). Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 102 orang (81,6 %), mayoritas angkatan 2018/ semester 6 sebanyak 42 orang (33,6 %), mayoritas nilai IPK rentang 3,00 – 4,00 sebanyak 113 orang (90,4 %), dan riwayat gastritis sedikit lebih banyak responden tidak mengalami gastritis sebanyak 64 orang (50,2 %). Adapun untuk stress akademik dominan responden mengalami stress ringan sebanyak 41 orang (32,8 %), dan pola makan dominan responden memiliki pola makan yang sesuai sebanyak 66 orang (52,8 %). Uji *chi square* menunjukan *p-value* stres akademik 0.107 (OR: 0.92) dan pola makan 0.06 (OR: 0.50), bahwa tidak adanya korelasi yang signifikan antara stres akademik dan pola makan terhadap kejadian gastritis pada responden

Kata kunci: Aktivitas perkuliahan, Gastritis, Pola makan, Stres akademik.

Abstract

This research was aimed to find out the relationship between academic stress and diet with the incidence of gastritis in students of S1 Nursing Science Study Program, Hang Tuah University Pekanbaru. Quantitative research method descriptive design, correlation with cross sectional approach. Sample technique proportional random sampling 187 respondents. Data using a valid Likert scale questionnaire. Univariate data analysis frequency distribution, for bivariate data analysis using chi square test. The results showed that the characteristics of respondents in the age range (18 - 23 years). The majority of respondents were female as many as 102 people (81.6%), the majority of the class of 2018 / semester 6 as many as 42 people (33.6%), the majority of GPA scores in the range of 3.00 - 4.00 as many as 113 people (90.4%), and a history of gastritis slightly more respondents did not experience gastritis as many as 64 people (50.2%). As for academic stress, the dominant respondents experienced mild stress as many as 41 people (32.8%), and the dominant diet of respondents had an appropriate diet as many as 66 people (52.8%). The chi square test shows the *p-value* of academic stress 0.107 (OR: 0.92) and diet 0.06

(OR: 0.50), that there is no significant correlation between academic stress and diet on the incidence of gastritis in respondents.

Keywords: *Lecture activity, Gastritis, Diet, Academic stress.*

1. PENDAHULUAN

Akademi mengacu kepada arah yang bersifat ilmiah maksud memiliki sifat interaktif, holistik, integratif, saintifik, kontekstual, tematik, efektif, kolaboratif, dan berpusat pada mahasiswa. Proses pembelajaran wajib menggunakan metode yang efektif sesuai dengan karakteristik mata kuliah untuk mencapai kemampuan tertentu yang ditetapkan dalam mata kuliah dalam rangkaian pemenuhan capaian pembelajaran lulusan (Sabarini et al. 2021). Mahasiswa merupakan kelompok generasi muda yang sedang belajar atau sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi. Aktivitas dan tugas mahasiswa sebagai seorang peserta didik adalah belajar yaitu belajar ilmu pengetahuan, berorganisasi, bermasyarakat serta belajar menjadi pemimpin untuk mencapai kesuksesan dalam hidupnya. Dalam bidang akademik, tekanan, dan tuntutan yang bersumber dalam kegiatan akademik disebut stres akademik.

Stres akademik yang dialami mahasiswa terus menerus akan menimbulkan penurunan daya tahan tubuh mahasiswa sehingga mudah mengalami sakit. Mahasiswa yang mengalami stres akademik cenderung dipengaruhi oleh keterampilan dalam manajemen waktu antara belajar dan kegiatan lainnya. Dikarenakan hal itu sejalan dengan penelitian Labrague (2018) bahwa mahasiswa keperawatan mengalami stres akademik dan stres eksternal dengan tingkat yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa fisioterapi, farmasi, kedokteran, dan kedokteran gigi. Stres pada mahasiswa keperawatan berkembang menjadi perhatian khusus karena dapat menyebabkan dampak psikologis *distress*, keluhan fisik, masalah perilaku, dan performa akademik yang buruk (Acharya Pandey and Chalise 2016). Kehidupan mahasiswa mengakibatkan terjadinya perubahan pola makan, walaupun dari segi pengetahuan mereka sudah mengetahui penerapan pola makan yang baik. Meningkatnya taraf hidup, sering mendorong seseorang untuk mengubah pola makannya, dari pola makan yang benar menjadi pola makan yang salah, dari pemilihan makanan yang sederhana menjadi pemilihan makanan yang mewah atau modern (makanan siap saji) yang sebenarnya kurang bermanfaat bagi tubuh (Ajjah, Mamfaluti, and Putra 2020). Menurut Mappagerang dan Hasnah (2017), hasil penelitian tentang pola makan dengan kejadian gastritis di ruang rawat inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap, didapatkan data bahwa hasil penelitian dari 30 responden menunjukkan bahwa yang memiliki pola makan yang baik dengan kejadian gastritis akut berjumlah 6 orang dengan presentase (20,0%), yang pola makan dengan kejadian gastritis kronis berjumlah 10 orang dengan presentase (33,3%), yang memiliki pola makan yang kurang dengan kejadian gastritis akut berjumlah 11 orang dengan presentase (36,7%), dan memiliki pola makan kurang dengan kejadian gastritis kronis berjumlah 3 orang dengan presentase (10,0%).

Dari hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara di Universitas Hang Tuah Pekanbaru didapatkan berbagai permasalahan yang bisa saja timbul dalam diri seorang mahasiswa keperawatan Universitas Hang Tuah dalam pelaksanaan aktivitas akademiknya, banyaknya kegiatan yang harus dikerjakan dan dilaksanakan, banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi, manajemen waktu yang tidak optimal, dan tugas kuliah yang menumpuk. Penderita gastritis umumnya, mengalami gangguan pada saluran pencernaan atas, berupa nafsu makan menurun, perut kembung, dan perasaan penuh di perut, mual, muntah dan bersendawa. Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana "Hubungan stres akademik dan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru?"

2. METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi antara variabel independen dan variabel dependen yang menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Program Studi Strata I (S1) Ilmu Keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Sementara untuk waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Maret sampai dengan Agustus 2022. Populasi terdiri dari 352 populasi, dari masing-masing 4 angkatan. Angkatan 2018 berjumlah 98, angkatan 2019 berjumlah 67 orang, angkatan 2020 berjumlah 87 orang, dan angkatan 2021 berjumlah 100 orang mahasiswa program studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Besar sampel yang digunakan yaitu 187 mahasiswa dengan teknik *propotional random sampling*. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner, yaitu kuesioner *Academic Stres Scala (ASS)* dengan jumlah 40 pertanyaan dari penelitian (Afifah and Wardani 2019), dan kuesioner *Adolescent Food Habits Checklist (AFHC)* dengan jumlah 21 pertanyaan dari penelitian (Ihsan 2019), kedua kuesioner sudah dilakukan uji validitas dan uji reabilitas dan dikatakan valid. Penelitian ini telah dinyatakan lolos kaji etik Universitas Hang Tuah Pekanbaru tahun 2022 dengan Surat Keputusan Nomor: 582/KEPK/STIKes-HTP/VIII/2022.

Pada penelitian ini, kriteria inklusi dan eksklusi ntertera sebagai berikut :

Kriteria Inklusi

- Mahasiswa/I PSSK angkatan 2018 sampai dengan angkatan 2021 Universitas Hang Tuah Pekanbaru
- Berstatus mahasiswa/I PSSK Universitas Hang Tuah Pekanbaru
- Bersedia menjadi responden

Kriteria Eksklusi

- Mahasiswa/i yang hadir tersebut sakit saat penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia Mahasiswa/i Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Karakteristik	Mean	Median	Std. Deviantion	Min-max	Range
Usia	20.54	21.00	1.377	18-23	5

Tabel 4.1 menunjukkan dari 187 orang responden yang diteliti didapatkan bahwa usia mahasiswa/i Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru adalah rata-rata usia 20.54 tahun dengan usia terendah 18 tahun dan usia tertinggi 23 tahun.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin Mahasiswa/i Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Karakteristik	<i>f</i>	%
Jenis Kelamin		
Laki- Laki	23	18.4
Perempuan	102	81.6
Total	125	100.0

Tabel 4.2 menunjukkan dari 187 orang responden yang diteliti pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru didapatkan jenis kelamin mahasiswa/i program studi ilmu keperawatan mayoritas perempuan yaitu sebanyak 102 orang (81.6 %), dan laki-laki sebanyak 23 orang (18.4%).

Tabel 4.3 Gambaran Stres Akademik stres akademik pada mahasiswa/i keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Variabel	<i>f</i>	%
Stres Akademik		
Tidak stress	6	4.8
Stres ringan	41	32.8
Stres sedang	35	28.0
Stres berat	37	29.6
Stres sangat berat	6	4.8
Total	125	100.0

Tabel 4.3 menunjukkan dari 187 orang responden yang diteliti pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru diperoleh bahwa stress akademik mayoritas responden tergolong ke dalam stress ringan sebanyak 41 orang (32.8 %).

Tabel 4.4 Gambaran Pola Makan Mahasiswa/i Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Pekanbaru

Variabel	<i>f</i>	%
Pola Makan		
Sesuai	66	52.8
Tidak Sesuai	59	47.2
Total	125	100.0%

Tabel 4.4 menunjukkan dari 187 orang responden yang diteliti pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru didapatkan hasil pada pola makan mayoritas responden tergolong memiliki pola makan sesuai sebanyak 66 orang (52.8 %)

Tabel 4.5 Hubungan Stres Akademik dengan Kejadian Gastritis Mahasiswa/i Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Penggabungan Cells		Kejadian Gastritis				Total		<i>p-value</i>	OR
Stres Akademik	Kejadian Gastritis	Gastritis	%	Tidak Gastritis	%	N	%		
Tidak Stres		1	16.7	5	83.3	6	100.0	0.107	0.92
Stres Akademik		60	50.4	59	49.6	119	100.0		

Berdasarkan tabel 4.5 dari 187 orang responden yang diteliti pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru diperoleh bahwa hasil penggabungan cell. Menunjukkan mayoritas sebanyak 119 orang responden mengalami stress akademik (stress ringan, stress sedang, stress berat dan stress sangat berat) dengan ditemukan pula mayoritas responden mengalami kejadian gastritis sebanyak 60 orang (50.4 %) dan 59 orang (49.6 %) yang tidak mengalami kejadian gastritis. Sementara untuk hasil perolehan *p-value* sebesar 0,107 dimana nilai tersebut lebih dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hasil analisa data secara statistik menunjukkan bahwa hipotesis

Ho diterima yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan kejadian gastritis pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru.

Tabel 4.8 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis Mahasiswa/i Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru

Variabel	Kejadian Gastritis				Total		p value	OR
	Ya	%	Tidak	%	N	%		
Pola Makan								
Sesuai	27	40,9	39	59,1	66	100,0	0.06	0.50
Tidak Sesuai	34	57,6	25	42,4	59	100,0		

Berdasarkan tabel 4.8 dari 187 orang responden yang diteliti pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru diperoleh bahwa mayoritas 66 orang memiliki pola makan sesuai, sebanyak 27 orang (40.9 %), dengan tidak mengalami kejadian gastritis sebanyak 39 orang (59,1 %). Sementara itu, diperoleh p-value sebesar 0.06 dimana nilai tersebut lebih dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hasil analisa data secara statistik menunjukkan bahwa hipotesis Ho diterima, yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru.

Menurut penelitian (Maharani et al. 2021), menyebutkan bahwa mayoritas usia yang mengalami gastritis berusia 18 tahun sampai dengan usia 20 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa usia tersebut banyaknya keinginan bagi para responden untuk tetap memiliki tubuh yang ideal yaitu menjadikan tubuh menjadi langsing dan membuat pola makannya berantakan. Tentunya factor tersebut sangat mempengaruhi pola makan remaja, termasuk pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan.

Hasil penelitian Maidartati et al.(2021), yang di dapatkan bahwa jenis kelamin tidak berhubungan dengan kejadian gastritis. Hal tersebut dikarenakan hal ini bisa disebabkan karena baik perempuan maupun laki-laki pola makan atau jenis makanan yang dikonsumsi tidak jauh berbeda. Menurut peneliti, jenis kelamin menentukan pula besar kecilnya gizi seseorang. Laki-laki lebih banyak membutuhkan zat tenaga dan protein dari pada perempuan. Adapun menurut peneliti Warguna (2016), menyatakan bahwa tingkatan semester merupakan proses dimana seseorang mengembangkan kemampuan, perilaku positif dan bentuk sikap yang mengandung nilai baik dalam masyarakat. Semakin tinggi tingkatan semester maka semakin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya, apabila tingkatan semester tahun pertama akan menghambat perkembangan seseorang terhadap nilai-nilai baru yang dikenalkan.

Menurut peneliti, terjadinya peningkatan gastritis pada mahasiswa tingkat akhir yang awalnya mempunyai semangat, motivasi, dan minat yang tinggi. Namun, keadaan itu menurun seiring dengan kesulitan-kesulitan yang dialami seperti penyusunan skripsi dan mahasiswa dianjurkan untuk lulus tepat waktu dengan indeks prestasi kumulatif (IPK) yang cukup baik. Menurut hasil penelitian (Hartati, Utomo, and Jumaini 2014), menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki riwayat gastritis keluarga sebanyak 60 orang (52.2%) yang dengan jadwal teratur dan (71.7%) tidak teratur. Menurut peneliti, hal ini bukan dikarenakan adanya hubungan secara genetic yang diturunkan orangtua responden, melainkan lebih kearah kebiasaan makan dalam keluarga yang dapat beresiko terjadinya gastritis seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan bersantan, gorengan, makanan yang pedas, atau asam sehingga terdapat anggota keluarga yang terkena gastritis.

Pada tabel 4.8 dapat diketahui berdasarkan hasil uji statistik di peroleh p Value sebesar 0,107 dimana nilai tersebut lebih dari $\alpha = 0,05$ dan nilai OR : 0.92 artinya mahasiswa beresiko sebanyak 92 kali

mengalami gastritis yang berat, jika mengalami stress akademik dan pola makan yang tidak sesuai. Dalam hal ini, dapat disimpulkan bahwa hasil analisa data secara statistik menunjukkan bahwa hipotesis Ho diterima yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan kejadian gastritis pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Menurut Brunner dan Suddarth (2012), orang yang memiliki pola makan tidak teratur mudah terserang penyakit gastritis. Pada saat perut harus diisi, tetapi dibiarkan kosong, atau ditunda pengisiannya, asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung, sehingga timbul rasa nyeri. Berdasarkan pendapat peneliti, kejadian gastritis pada mahasiswa ini disebabkan pola makan yang tidak teratur seperti kebanyakan responden hanya makan 1-2 kali sehari bahkan ada juga responden yang makan 1 kali sehari. Belum terlaksananya pola makan yang baik, seperti menetapkan porsi dan komposisi makanan yang dikonsumsi oleh tubuh, seperti vitamin mineral, protein dan sebagainya. Hal tersebutlah yang menjadikan beberapa responden bisa dikaitkan dengan faktor kebiasaan sehari-hari yang dijalani, sehingga menyebabkan responden kurang memperhatikan pola makannya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian yang sudah dikembangkan melalui pengolahan data mengenai Hubungan Stres Akademik dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru yang berjumlah 187 responden dapat disimpulkan:

1. Berdasarkan karakteristik Mahasiswa/i Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru mayoritas usia mahasiswa berada pada rentang 18 – 23 tahun, dengan berjenis kelamin perempuan, untuk angkatan terbanyak pada 20118 dan semester 6, dan nilai IPK mahasiswa yang tergolong tinggi yakni, pada rata – rata 3,00 – 4,00, serta mahasiswa tidak pernah memiliki riwayat gastritis
2. pada mahasiswa/i keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru dari tingkatan stress tergolong sedikit lebih banyak kedalam stress ringan dari pada stress berat
3. Pada mahasiswa/i keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru sedikit lebih banyak tergolong sesuai untuk pola makan
4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan kejadian gastritis pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa/i program studi S1 ilmu keperawatan di Universitas Hang Tuah Pekanbaru

DAFTAR PUSTAKA

- Acharya Pandey, Radha, and H. N. Chalise. 2016. "Self-Esteem and Academic Stress among Nursing Students." *Kathmandu University Medical Journal* 13(52):298–302. doi: 10.3126/kumj.v13i4.16827.
- Ajjah, Bunga Fauza Fitri, Teuku Mamfaluti, and Teuku Romi Imansyah Putra. 2020. "Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd)." *Journal of Nutrition College* 9(3):169–79.
- Maharani, Riri, Alhidayati Alhidayati, Syukaisih Syukaisih, and Endang Purnawati Rahayu. 2021. "Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa Kesehatan Di STIKes Hang Tuah Pekanbaru." *Jurnal Kesehatan Global* 4(2):75–83. doi: 10.33085/jkg.v4i2.4791.
- Maidartati, Maidartati, Tita Puspita Ningrum, and Priska Fauzia. 2021. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Bandung." *Jurnal Keperawatan Galuh* 3(1):21. doi: 10.25157/jkg.v3i1.4654.
- Mappagerang, Rostini, and Hasnah. 2017. "Kejadian Gastritis Di Ruang Rawat Inap." 6(1):59–64.
- Sabarini, Sri Santoso, Hanik Likustyawati, Sunardi, Budhi Satyawan, Djoko Nugroho, and Baskoro Nugroho Putra. 2021. *Persepsi Dan Pengalaman Akademik Dosen Keolahragaan*. Sleman: CV BUDI

