

Hubungan Tingkat Stress Dengan Keluhan Nyeri Lambung Pada Remaja

Dedi Kurnia^{1*}, Tri Nugroho Wismadi², Indri Prafitriani Nursyamiati³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Bale Bandung, Indonesia

Abstrak

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang dihimpun pada tahun 2018, keluhan sakit lambung dilaporkan di Indonesia dengan angka 274.396 kasus per 238.452.952 orang (Gustin, 2011). Keluhan nyeri lambung banyak terjadi di Surabaya (31,2 persen), Denpasar (46%), Jakarta (50%), Bandung (32,5 persen), Palembang (35,5 persen), Aceh (31,7 persen), Pontianak (31,2 persen), dan Medan. (91,6%), menurut Kementerian Kesehatan RI (Sulastrri, 2012). Angka kejadian keluhan nyeri lambung di Indonesia salah satunya di provinsi Jawa Barat prevalensi keluhan nyeri lambung mencapai sekitar 31,2%. Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah hubungan antara tingkat stress dengan keluhan nyeri lambung pada remaja di SMK STMC 4245 Baleendah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan keluhan nyeri lambung pada remaja di SMK STMC 4245 Baleendah. Metode penelitian dengan rancangan *study kolerasional* menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan sampel berjumlah 47 yang diambil secara total sampling. Pengujian hipotesis *Rank Spearman* dengan tingkat kesalahan 5% dan tingkat kepercayaan 95% Di SMK STMC 4245 Baleendah, penelitian ini menemukan bahwa keluhan sakit perut pada remaja tidak memiliki hubungan positif atau signifikan dengan tingkat stres (*p value* 0,781).

Kata Kunci: Tingkat Stress, Keluhan Nyeri Lambung, Remaja

Abstract

*Stomach pain in Indonesia alone, the number of complaints of gastric pain in some areas is quite high with a prevalence of 274,396 cases out of 238,452,952 inhabitants (Gustin, 2011). Based on the Ministry of Health, the distribution of the incidence of gastric pain is quite high, covering Surabaya 31.2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32.5%, Palembang 35.5%, Aceh 31.7%, Pontianak 31, 2% and Medan with the highest incidence of 91.6% (Sulastrri, 2012). The incidence of gastric pain complaints in Indonesia, one of which is in the province of West Java, the prevalence of gastric pain complaints reaches around 31.2%. Based on the above background, the formulation of the problem in this study is is there a relationship between stress levels and complaints of gastric pain in adolescents at SMK STMC 4245 BALEENDAH The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and complaints of gastric pain in adolescents at SMK STMC 4245 BALEENDAH. The research method is a correlational study design using a cross sectional approach with 47 samples taken by total sampling. Hypothesis test using Spearman Rank with 95% confidence level and 5% error rate. The results showed that there was no positive and significant relationship between stress levels and complaints of gastric pain in adolescents at SMK STMC 4245 Baleendah (*p value* 0.781).*

Keywords: Stress Levels; Complaints of Gastric Pain; Adolescent

Informasi Artikel **Submitted:** 10 Desember 2022 **Accepted:** 20 Maret 2023 **Online Publish:** 25 Maret 2023

*Corresponding Author

Email address: Email: nugroho2665@gmail.com

Pendahuluan

Salah satu organ tubuh yang paling penting adalah lambung. Asam lambung (HCl) dan pepsin membantu lambung memecah makanan. Dalam lambung yang sehat terdapat keseimbangan antara faktor yang merusak integritas mukosa lambung (faktor sitodestruktif) dan faktor yang melindungi mukosa (faktor sitoprotektif) (Raehana, 2021). Keluhan nyeri lambung merupakan kondisi yang menimbulkan nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut bagian atas. Karena sistem saraf di otak dan lambung terhubung, nyeri lambung juga bisa disebabkan oleh stres berlebihan atau pola makan yang tidak teratur. Begitu pula saat gangguan stres lambung terjadi, stres dapat menyebabkan perubahan hormonal dalam tubuh. Perubahan ini merangsang sel-sel lambung, membuat lambung menjadi terlalu asam. Ini biasanya disertai dengan gejala perut bagian atas seperti mulas, kembung, mual, nyeri dada atau mulas, kesulitan menelan, dan mulut asam atau pahit (Abata, 2014).

Kesehatan lambung, khususnya dengan berfokus pada manajemen stres yang efektif, konsumsi cairan yang cukup, makan tepat waktu, olahraga teratur, hindari alkohol dan rokok, konsumsi lebih sedikit makanan berlemak, konsumsi lebih banyak serat, dan hindari makanan pedas. Radang lambung, gastritis, GERD (gastroesophageal reflux disease), penyakit tukak lambung, dispepsia, kanker lambung, dan gastroparesis adalah semua kondisi yang sering memengaruhi lambung. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa stres menyebabkan sakit lambung. Ada sejumlah hubungan fisik antara stres dan sakit perut, termasuk respons terhadap stres dan kecemasan yang dapat menyebabkan ketegangan otot berkepanjangan. Stres yang berlebihan juga bisa menyebabkan sakit perut berulang. Otot-otot di sekitar perut mungkin terpengaruh, memberi tekanan lebih pada organ dan meningkatkan tingkat keasaman. Orang yang mengalami banyak stres memiliki perasaan yang lebih buruk daripada mereka yang tidak. Selain itu, nyeri lambung dapat menjadi stressor yang signifikan bagi manusia (Makarim, 2021).

Temuan penelitian (Jones et al., 2001), stres dapat menyebabkan masalah mental pada individu seperti ketegangan, dormansi, kesengsaraan, kelelahan, kehilangan ketekunan dan kepercayaan diri yang rendah. Perilaku seseorang akan berubah, menyebabkan lebih banyak alkohol dan rokok, kehilangan nafsu makan, atau bahkan makan berlebihan. Stres lebih mungkin untuk menderita masalah gastrointestinal (Budiana et al., 2006). Mayoritas remaja berhadapan dengan stress akibat masalah interaksi sosial. Hal ini dapat diringkas sebagai berikut: hubungan antar anggota keluarga, masalah dengan orang tua, kesulitan di sekolah, dan perasaan depresi (Widiyanto dan Khaironi, 2014).

Keluhan sakit lambung tercatat tahun 2018 oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Di Indonesia sendiri, terdapat 274.396 kasus sakit maag di antara 238.452.952 orang. (Gustin dkk, 2011). Kementerian Kesehatan RI menyebutkan keluhan sakit maag sangat umum terjadi di Surabaya (31,2 persen), Denpasar (46%), Jakarta (50%), Bandung (32,5 persen), Palembang (35,5 persen), Aceh (31,7 persen), Pontianak (31,2 persen), dan Medan. (Sulastri, 2012)

Angka kejadian tertinggi adalah 91,6%. Di Indonesia, nyeri lambung sering terjadi, dengan prevalensi sekitar 31,2% di Provinsi Jawa Barat (Nurman dan Safitri, 2020).

Sepuluh orang yang mengalami stres menjadi subjek penelitian sebelumnya yang dilakukan di SMK STMC 4245 Baleendah. Orang-orang ini memiliki tingkat keparahan mulai dari stres ringan hingga stres sedang hingga stress berat hingga lima orang. Selain itu, ada tiga orang yang tidak mengalami sakit lambung dan tujuh orang yang mengalami sakit lambung.

Metode

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan *Cross Section* digunakan untuk menguji hubungan antara dua variabel dalam suatu situasi atau kelompok dengan menggunakan metode penelitian korelasional pada sampel siswa SMK STMC 4245 Baleendah dengan jumlah 47 responden yang dilaksanakan pada bulan Mei dan Juli.

Hasil dan Pembahasan

Tingkat Stress

Prevalensi tingkat stress remaja di SMK STMC 4245 Baleendah sebagian besar adalah stress ringan sebanyak 11 responden (23,4%) stress sedang sebanyak 27 responden (57,4%) dan tingkat stress berat sebanyak 9 responden (19,1%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Stress

Pengetahuan Tentang Menopause	Σ	Presentase(%)
Stress Berat	9	19,1%
Stress Sedang	27	57,4%
Stress Ringan	11	23,4%
Total	47	100,0%

Individu berada dalam keadaan stres ketika bereaksi terhadap perubahan keseimbangan normalnya. Efek stres dapat berupa fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Karena stress mempengaruhi orang secara keseluruhan, efek ini biasanya terjadi bersamaan. Secara fisik, stres dapat membuat orang merasa buruk tentang diri mereka sendiri atau tidak menyukai diri mereka sendiri. Secara intelektual, stres dapat merusak pemahaman dan kapasitas seseorang untuk memecahkan masalah. Keyakinan dan nilai seseorang dapat dirugikan oleh tekanan sosial. Stres terkait atau menyebabkan banyak penyakit (Manuntungi, 2019). Sesuai penelitian, sebagian besar remaja mengalami nyeri lambung yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk faktor internal dan eksternal. Faktor internal, seperti keadaan emosi remaja yang tidak stabil dan tidak menentu serta

kesehatan mereka secara keseluruhan. Namun, lingkungan remaja juga bisa menjadi sumber faktor eksternal, seperti masalah dalam keluarga, dengan teman, atau dengan orang lain. Namun, analisis peneliti menunjukkan bahwa faktor internal biasanya berkontribusi pada tingkat stres remaja.

Keluhan Nyeri Lambung

Distribusi frekuensi keluhan nyeri lambung pada penelitian ini, sebagian besar memiliki keluhan nyeri ringan yaitu sebanyak 36 responden (76,6%), keluhan nyeri sedang memiliki tingkat stress sedang yaitu sebanyak 11 responden (23,4) dan yang memiliki keluhan nyeri berat 0 responden (0,0%)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keluhan Nyeri

Pengetahuan Tentang Menopause	Σ	Presentase(%)
Keluhan Nyeri Berat	0	0%
Keluhan Nyeri Sedang	11	23,4%
Keluhan Nyeri Ringan	36	76,6%
Total	47	100,0%

Menurut beberapa penelitian, stress menjadi pemicu kambuhnya nyeri lambung. Ada beberapa alasan fisik antara stress dengan nyeri lambung dapat terjadi yaitu respon stress dan kecemasan dapat menyebabkan ketegangan otot yang berlangsung lama, hal ini dapat mempengaruhi otot-otot disekitar perut untuk meningkatkan tekanan pada organ tersebut dan meningkatkan tingkat keasaman. Orang yang mengalami stress tinggi akan terasa lebih parah dibanding orang yang tidak stres dan nyeri lambung juga dapat menjadi sumber utama stress. (Makarim, 2021). Situasi stress juga dapat menyebabkan perubahan pola makan yang menyebabkan nyeri lambung sama dengan hasil penelitian dari (Uwa et al., 2019). Kejadian gastritis berhubungan dengan pola makan dengan nilai $p(0,000) < (0,050)$, dan kejadian stres dan diet berkorelasi dengan diet dengan nilai $p(0,002) < (0,050)$. Menurut hasil penelitian, perlu melakukan aktivitas seperti istirahat yang cukup, makan dengan interval teratur, dan menghindari makanan pedas, asam, dan berlemak untuk menghindari gastritis kronis.

Hubungan Tingkat Stress Dengan Keluhan Nyeri

Berdasarkan pengujian statistik yang dilakukan dengan menggunakan Rank Spearman, diperoleh nilai - sebesar 0,781. H_0 ditolak karena nilai - (0,781) lebih besar dari alpha (0,05). Akibatnya, dapat ditarik kesimpulan bahwa keluhan nyeri lambung dan tingkat stres tidak berkorelasi secara signifikan.

Hasil yang berkisar antara 0,00 hingga 0,199 dari 0,042 pada tabel interpretasi korelasi menunjukkan bahwa keluhan nyeri lambung berhubungan dengan tingkat stres.

Tabel 3. Hubungan Tingkat Stress Dengan Keluhan Nyeri

Correlations			Tingkat stress	Ting han	Kelu nyeri
				lambung	
Spearman's rho	Tingkat stress	<i>Correlation Coefficient</i>	0	1,00	,042
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.	,781
		<i>N</i>	47	47	47
	Keluhan nyeri lambung	<i>Correlation Coefficient</i>	,042	0	1,00
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	,781	.	.
		<i>N</i>	47	47	47

Hal ini didukung oleh penelitian Yasin Zakiyah, 2018 hasil uji statistic menunjukkan nilai (p-value = 0,327, r = 0,213) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara stres dengan nyeri lambung pada remaja. Kemungkinan jumlah sampel yang digunakan tidak banyak dalam penelitian menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi dalam penelitian ini. Penggunaan kuisisioner sebagai metode pengumpulan data yang sulit didasarkan pada anggapan bahwa responden akan menjawab sesuai dengan kondisi yang sebenarnya, padahal sebenarnya demikian.

Usia, jenis kelamin, dan kriteria diagnosis merupakan faktor risiko yang tidak berhubungan dengan kejadian nyeri lambung pada penelitian ini. Jenis kuesioner yang digunakan juga memberikan kontribusi perbedaan hasil tersebut dengan penelitian lain mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian nyeri lambung. Sagawa dkk. mengklaim bahwa prevalensi nyeri lambung meningkat seiring bertambahnya usia. Hingga usia 20 tahun, masa remaja awal lebih ditandai dengan seringnya stres. Metaanalisis Korterink et al. menghasilkan hasil sebagai berikut: Karena peran reproduksi hormon, keluhan sakit perut lebih sering terjadi pada remaja putri. Kerentanan wanita terhadap stres meningkat oleh hormon-hormon ini, yang juga memengaruhi persepsi nyeri visceral.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMK STMC 4245 Baleendah mengalami stres sedang (57,04 %); (76,6%) remaja mengeluhkan nyeri ringan. Di SMK STMC 4245 Baleendah tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan keluhan nyeri lambung pada remaja (p value 0,781).

Bibliografi

- Abata, Q. (2014). *Ilmu Penyakit Dalam Edisi Lengkap*. Penerbit Yayasan PP Al-Furqon: Madiun.
- Budiana, M., Husen, I. S., Budiman, M., & Wahyudi, I. (2006). *Membaca Sastra*. IndonesiaTera.
- Gustin, S. M., Peck, C. C., Wilcox, S. L., Nash, P. G., Murray, G. M., & Henderson, L. A. (2011). Different pain, different brain: thalamic anatomy in neuropathic and non-neuropathic chronic pain syndromes. *Journal of Neuroscience*, 31(16), 5956–5964.
- Jones, C. D., Collins, M., Cox, P. M., & Spall, S. A. (2001). The carbon cycle response to ENSO: A coupled climate-carbon cycle model study. *Journal of Climate*, 14(21), 4113–4129.
- Makarim, D. F. R. (2021). Ketahui Perbedaan dari Swab Test Antigen dan PCR. *Halodoc*, Sep, 27.
- Manuntungi, A. E. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi lamanya penyembuhan luka perineum pada ibu nifas di ruang perawatan Rumah Sakit Mitra Manakarra Mamuju. *Nursing Inside Community*, 1(3), 96–103.
- Raehana, N. S. (2021). Efek Gastroprotektif pemberian Rimpang Kunyit (*Curcuma domestica* Val.) dari Ulkus Lambung yang diinduksi oleh NSAID. *Jurnal Medika Hutama*, 2(04 Juli), 1053–1059.
- Safitri, D., & Nurman, M. (2020). Pengaruh Konsumsi Perasan Air Kunyit Terhadap Rasa Nyeri Pada Penderita Gastritis Akut Usia 45-54 Tahun Di Desa Kampung Pinang Wilayah Kerja Puskesmas Perhentian Raja. *Jurnal Ners*, 4(2), 130–138.
- Uwa, L. F., Milwati, S., & Sulasmini, S. (2019). Hubungan antara stres dan pola makan dengan kejadian gastritis yang terjadi di puskesmas dinoyo. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 4(1).
- Widiyanto, J., & Khaironi, M. (2014). Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 5(1), 29–32.