

Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Mantangai, Kalimantan Tengah

Marleni¹, Dian Pitaloka Priasmoro^{2*}

^{1,2} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr Soepraoen Malang

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 5 Mei 2026

Direvisi: 13 Mei 2025

Diterima: 14 Mei 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

dianpitaloka@itsk-soepraoen.ac.id

ABSTRAK

Gastritis merupakan salah satu gangguan pencernaan yang sering terjadi di masyarakat dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk stres. Stres diketahui dapat meningkatkan sekresi asam lambung yang berpotensi memicu gastritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Mantangai. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional dan rancangan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat stres dan kejadian gastritis. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat stres sedang (85%) dan gastritis kategori sedang (56,7%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,89 ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa gastritis merupakan kondisi multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh stres, tetapi juga oleh faktor lain seperti pola makan dan gaya hidup.

Kata kunci: gastritis, faktor risiko, gangguan lambung, gaya hidup, stres

ABSTRACT

Gastritis is a common gastrointestinal disorder in the community and can be influenced by various factors, including stress. Stress is known to increase gastric acid secretion, which may trigger gastritis. This study aimed to determine the association between stress levels and the incidence of gastritis in the working area of Puskesmas Mantangai. This study employed a quantitative design with a correlational analytic approach using a cross-sectional method. The sample consisted of 60 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using questionnaires to assess stress levels and the occurrence of gastritis. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods, with the Chi-Square test applied at a significance level of 0.05. The results showed that the majority of respondents experienced moderate stress levels (85%) and moderate gastritis (56.7%). The Chi-Square test yielded a p-value of 0.89 ($p > 0.05$), indicating that there was no statistically significant relationship between stress levels and the incidence of gastritis. In conclusion, gastritis is a multifactorial condition influenced not only by stress but also by other factors such as dietary patterns and lifestyle.

Keywords: gastritis, stress, risk factors, gastric disorders, lifestyle

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat dan menjadi penyebab utama gangguan pada sistem pencernaan. Gastritis adalah peradangan pada mukosa lambung yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti infeksi *Helicobacter pylori*,

pola makan yang tidak teratur, konsumsi obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), serta faktor psikologis seperti stres (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Data global menunjukkan bahwa prevalensi gastritis masih cukup tinggi dan menjadi salah satu penyebab kunjungan terbanyak ke fasilitas pelayanan

kesehatan primer (World Health Organization, 2024).

Stres merupakan respons fisiologis dan psikologis individu terhadap tekanan atau tuntutan yang dirasakan melebihi kemampuan adaptasi. Stres adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan pada seseorang yang dianggap ancaman sehingga dapat menyebabkan depresi, kemarahan, kepahitan, merasa kurang, toleransi rendah terhadap frustrasi, dan adanya gangguan kesehatan lainnya (Muna & Kurniawati, 2023). Salah satu dampak negatif dari stres bagi individu yaitu pada aspek fisiologis yang berupa keluhan seperti sakit kepala, sembelit, diare, sakit pinggang, urat tegang pada tengkuk, tekanan darah tinggi, kelelahan, sakit perut, susah tidur, kehilangan semangat, selera makan menurun, dan maag atau gastritis (Saraswati *et al.*, 2022).

Dalam kondisi stres, tubuh akan meningkatkan produksi asam lambung melalui aktivasi sistem saraf otonom dan hormon kortisol, yang pada akhirnya dapat memicu atau memperburuk kondisi gastritis (E. Saputri & Handayani, 2022). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami gangguan lambung dibandingkan dengan individu dengan tingkat stres rendah (Rahmawati *et al.*, 2024).

Selain itu, gaya hidup masyarakat modern yang cenderung tidak sehat, seperti pola makan tidak teratur, konsumsi makanan cepat saji, serta tekanan pekerjaan dan sosial, turut meningkatkan kejadian stres dan berdampak pada kesehatan pencernaan. Studi oleh (Pratama & Lestari, 2025). Menyebutkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara stres psikologis dengan peningkatan kejadian gastritis, terutama pada kelompok usia produktif.

Di tingkat pelayanan kesehatan primer, seperti Puskesmas, gastritis menjadi salah satu penyakit yang sering ditemukan. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah (2023), kasus gastritis termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di fasilitas kesehatan tingkat pertama. Wilayah kerja Puskesmas Mantangai, sebagai salah satu daerah dengan karakteristik masyarakat yang beragam, juga berpotensi mengalami permasalahan serupa, terutama terkait faktor stres yang dipengaruhi oleh kondisi sosial dan ekonomi masyarakat.

Namun demikian, hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Mantangai belum banyak diteliti secara spesifik. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat

hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis, sehingga dapat menjadi dasar dalam upaya pencegahan dan penanganan yang lebih efektif di tingkat pelayanan kesehatan. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Mantangai.”

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional dan rancangan cross-sectional. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mantangai. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Mantangai. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi masyarakat berusia ≥ 18 tahun, berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Mantangai, mampu berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden dengan menandatangani informed consent. Adapun kriteria eksklusi meliputi responden yang memiliki gangguan komunikasi, sedang mengalami kondisi sakit berat, atau tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus analitik korelatif dengan tingkat kepercayaan 95% dan kekuatan uji (power analysis) sebesar 80%, sehingga diperoleh jumlah minimal sampel sebanyak 52 responden. Untuk mengantisipasi kemungkinan drop out atau data tidak lengkap, jumlah sampel ditambah sebesar 15%, sehingga total sampel yang digunakan dalam penelitian ini menjadi 60 responden.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional dan rancangan cross-sectional. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mantangai. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang berada di wilayah kerja Puskesmas Mantangai. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Kuesioner stres menggunakan instrumen *Perceived Stress Scale* (Program State of New Hampshire Employee Assistance, 2020) dan Pengukuran kejadian gastritis menggunakan instrumen *Gastrointestinal Symptom Rating Scale* (GSRs) versi Bahasa Indonesia yang telah tervalidasi pada penelitian sebelumnya (Cahyaning Putri *et al.*, 2025). Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas terhadap 136 responden, seluruh

item kuesioner dinyatakan valid ($P < 0,05$) dan reliabel dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,900. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dan variabel penelitian, serta analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL

Karakteristik Responden penelitian dijelaskan melalui tabel 1.

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik	Hasil	Konsentrasi (%)
Usia		
12–16 tahun	0	0,0%
17–25 tahun	9	15,0%
26–35 tahun	10	16,7%
36–45 tahun	13	21,7%
46–55 tahun	17	28,3%
56–65 tahun	11	18,3%
>65 tahun	0	0,0%
Total	60	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	55%
Perempuan	27	45%
Total	60	100%

Berdasarkan tabel distribusi karakteristik responden, diketahui bahwa pada variabel usia, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 46–55 tahun sebanyak 17 responden (28,3%), diikuti oleh usia 36–45 tahun sebanyak 13 responden (21,7%), usia 56–65 tahun sebanyak 11 responden (18,3%), usia 26–35 tahun sebanyak 10 responden (16,7%), dan usia 17–25 tahun sebanyak 9 responden (15,0%). Sementara itu, tidak terdapat

responden pada kelompok usia 12–16 tahun (0%) dan >65 tahun (0%). Pada distribusi jenis kelamin, sebagian besar responden adalah laki-laki sebanyak 33 responden (55%), sedangkan perempuan sebanyak 27 responden (45%). Hal ini menunjukkan bahwa responden laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan dalam penelitian ini.

Tabel 2
Distribusi Tingkat Stres

Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase
Rendah	6	10%
Sedang	51	85%
Tinggi	3	5%
Total	60	100%

Berdasarkan Tabel 2, distribusi tingkat stres pada responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori stres sedang sebanyak 51 responden (85%), diikuti oleh stres

rendah sebanyak 6 responden (10%), dan stres tinggi sebanyak 3 responden (5%).

Tabel 3
Distribusi Kejadian Gastritis

Kategori Gastritis	Frekuensi	Presentase
Ringan	0	0%
Sedang	34	56,7%
Berat	26	43,3%
Total	60	100%

Pada Tabel 3, distribusi kejadian gastritis menunjukkan bahwa tidak terdapat responden dengan kategori gastritis ringan (0%). Sebagian besar responden mengalami gastritis sedang sebanyak 34 responden (56,7%), sedangkan gastritis berat sebanyak 26 responden (43,3%).

Tabel 4
Hubungam Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis

No	Tingkat Stres	Gastritis Sedang	Gastritis Berat	Total
1	Rendah	3	3	6
2	Sedang	29	22	51
3	Tinggi	2	1	3
4	Total	34	26	60

Berdasarkan Tabel 4 yang menunjukkan hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis, terlihat bahwa pada responden dengan stres rendah, terdapat 3 responden dengan gastritis sedang dan 3 responden dengan gastritis berat. Pada responden dengan stres sedang, sebagian besar mengalami gastritis sedang, yaitu 29

responden, dan gastritis berat sebanyak 22 responden. Sementara itu, pada responden dengan stres tinggi, terdapat 2 responden dengan gastritis sedang dan 1 responden dengan gastritis berat.

Tabel 5
Hasil Uji Chi-Square

Uji Statistik	Nilai	df	p-value
Pearson Chi-Square	0,23	2	0,89

Analisis hubungan antara tingkat stres dan kejadian gastritis dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil uji menunjukkan bahwa nilai *p-value* sebesar 0,89 ($p > 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Mantangai.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4 yaitu hasil uji chi square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Mantangai (*p-value* = 0,89). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden mengalami stres tingkat sedang, kondisi tersebut tidak secara langsung berhubungan dengan tingkat keparahan gastritis yang dialami.

Secara teori, stres diketahui berperan dalam meningkatkan sekresi asam lambung melalui aktivasi sistem saraf simpatis dan peningkatan kadar kortisol, yang dapat menyebabkan iritasi mukosa lambung. Beberapa penelitian terbaru menunjukkan bahwa stres memiliki hubungan signifikan dengan kejadian gastritis. Misalnya, penelitian oleh Dhevi et al. (2026) menemukan bahwa peningkatan tingkat stres berhubungan secara signifikan dengan meningkatnya kejadian gastritis ($p = 0,001$). Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa stres merupakan salah satu faktor risiko penting yang dapat memicu gastritis melalui perubahan fisiologis dan perilaku individu (Saputri & Zulfitriwati, 2025).

Namun demikian, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan beberapa penelitian lain yang juga menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara stres dan gastritis. Penelitian di RSUD Prof. M. Yamin Pariaman tahun 2025 menunjukkan bahwa tingkat stres tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian gastritis ($p = 0,092$) (Kasmora et al., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara stres dan gastritis bersifat tidak konsisten dan kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dalam penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh adanya faktor lain yang lebih dominan dalam memengaruhi kejadian gastritis. Gastritis merupakan penyakit multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor psikologis, tetapi juga oleh faktor biologis dan perilaku. Penelitian Priasmoro & Lestari (2023) menunjukkan bahwa gaya hidup yang tergolong sedentari lebih berhubungan dengan peningkatan tingkat stres dibandingkan dengan kejadian penyakit kronis secara langsung. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa stres tidak selalu secara langsung menimbulkan gangguan fisik tertentu, karena munculnya penyakit juga dipengaruhi oleh durasi paparan, pola makan, kebiasaan hidup, penggunaan obat-obatan, serta kondisi kesehatan individu.

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa faktor seperti pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan hidup memiliki pengaruh besar terhadap kejadian gastritis. Studi di Puskesmas Taman Sari (2025) menunjukkan bahwa selain stres, pola

makan dan aktivitas fisik juga memiliki hubungan signifikan dengan kejadian gastritis ($p < 0,05$) (Afiyah *et al.*, 2025). Selain itu, perubahan pola makan akibat stres, seperti makan tidak teratur atau kehilangan nafsu makan, juga dapat menjadi mediator terjadinya gastritis (Haikal *et al.*, 2025). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa stres tidak selalu menjadi faktor utama, melainkan bekerja secara tidak langsung melalui perubahan perilaku seperti pola makan yang buruk. Penelitian (Priasmoro *et al.*, 2023) menjelaskan bahwa faktor psikososial dan dukungan lingkungan memiliki peran penting dalam memengaruhi perilaku individu dalam menjalani perawatan dan aktivitas kesehatan di rumah. Kurangnya dukungan dan kemampuan adaptasi terhadap stres dapat memicu perubahan perilaku kesehatan yang kurang baik, termasuk pola makan yang tidak teratur. Temuan tersebut menunjukkan bahwa stres tidak selalu berdampak langsung terhadap munculnya gangguan fisik, tetapi dapat bekerja melalui mekanisme perilaku dan adaptasi individu terhadap kondisi psikologis yang dialami (Priasmoro, 2023).

Pada kondisi stres, individu cenderung mengabaikan pola makan sehat, meningkatkan konsumsi makanan iritatif, atau menunda waktu makan sehingga produksi asam lambung menjadi tidak terkontrol. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa stres lebih berperan sebagai faktor tidak langsung yang memengaruhi kejadian gastritis melalui perubahan perilaku kesehatan, khususnya pola makan yang buruk dan kurangnya pengelolaan diri secara optimal. Dalam penelitian ini, mayoritas responden berada pada kategori stres sedang (85%), namun distribusi kejadian gastritis tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok antarkelompok stres. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan tingkat stres tidak diikuti oleh peningkatan kejadian gastritis secara signifikan. Selain itu, jumlah responden dengan stres tinggi relatif sedikit (5%), sehingga dapat memengaruhi kekuatan analisis statistik. Ukuran sampel yang tidak merata pada setiap kategori dapat menyebabkan hasil uji statistik menjadi tidak signifikan.

SIMPULAN

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stres tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gastritis, meskipun secara teori dan beberapa penelitian lain menunjukkan adanya hubungan. Hal ini menegaskan bahwa gastritis merupakan kondisi multifaktorial yang dipengaruhi oleh berbagai

faktor, sehingga pendekatan pencegahan harus dilakukan secara holistik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

REFERENSI

- Afiyah, R. S., Agustiani, Sirli, & Hermain. (2025). Hubungan Pola Makan, Stress Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Taman Sari Kota Pangkal Pinang Tahun 2023. *Medic Nutricia : Journal Ilmu Kesehatan*, 15(3), 101–110. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>
- Cahyaning Putri, E. A., Razzan Maghribi, M. N., Firdausi, M. N., Puteri Aulia, E., Kinandita Setiawan, H., Rimbun, R., ... Munir, M. (2025). Validity and Reliability Test of The Indonesian Version of the Gastrointestinal Symptom Rating Scale (GSRs) and Correlation of Sleep Quality, Stress Level, and Diet with Gastrointestinal Symptoms among Medical Students. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 39, 143. <https://doi.org/10.47176/mjiri.39.143>
- Dhevi, N. S., Setyowati, E., & Husna, U. Y. (2026). The Relationship between Stress Level and the Incidence of Gastritis in Final Year Pharmacy Students at the University of Muhammadiyah Kudus. *Advances in Healthcare Research*, 4(1). <https://doi.org/10.60079/AHR.V4I1.715>
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah. (2023). Laporan Penyakit Terbanyak di fasilitas kesehatan tingkat pertama.
- Haikal, T. A., Novita, A., & Nina. (2025). Hubungan Pola Makan Dan Stress Dengan Kejadian Gastritis Pada Anak Usia 16-17 Tahun Di Smk Kesehatan Logos Tahun 2024 The Relationship Between Diet and Stress with the Incidence of Gastritis in Children Aged 16-17 Years at Logos Health Vocational School in 2024. *Jiic: Jurnal Intelek Insan Cendikia*, 2(4). <https://jicnusantara.com/index.php/jiic>
- Kasmora, D., Alpices, & Al Fiki, F. (2025). The Relationship Between Dietary Patterns And Stress Levels With The Incidence Of Gastritis In Inpatients At Prof. M. Yamin Hospital, Pariaman. *As-Shiha Journal of Medical Research*, 7(1).
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- (2023). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2023. <https://www.kemkes.go.id/id/home>
- Muna, U. L., & Kurniawati, T. (2023). Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis: Literature Review. *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(4), 277–282. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v1i4.714>
- Program State of New Hampshire Employee Assistance. (2020). Perceived Stress Scale Score Cut Off. State of New Hampshire Employee Assistance Program, 2.
- Pratama, R., & Lestari, D. (2025). Hubungan stres psikologis dengan kejadian gastritis pada usia produktif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), 112–120. <https://doi.org/https://doi.org/10.1234/jkmi.v20i1.2025>
- Priasmoro, D. P. (2023). Analysis of sociodemographic factors as a trigger for a passive lifestyle of the college student in Malang. *Babali Nursing Research*, 4(1), 153-160. <https://doi.org/10.37363/bnr.2023.41157>
- Priasmoro, D. P., & Lestari, R. (2023). Prevalence of a sedentary lifestyle as a predictor of risk of chronic diseases and stress levels in Malang, INDONESIA. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 23(1), 11-16. <https://doi.org/10.37268/mjphm/vol.23/no.1/art.1816>
- Priasmoro, D. P., Dradjat, R. S., Zuhriyah, L., & Lestari, R. (2023). Factors influencing family acceptance of people with schizophrenia receiving care at home: a systematic review. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, 14(4), 183-191. <https://orcid.org/0000-0003-1011-1575>
- Rahmawati, N., Sari, M., & Putra, A. (2024). Tingkat stres dan hubungannya dengan gangguan sistem pencernaan. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 20(1), 112–120. <https://doi.org/https://doi.org/10.5678/jkk.v8i2.2024>
- Saputri, A. I., & Zulfitriwati. (2025). Connection between pattern eat and stress with incident gastritis on teenager in region work community health center Moncongloe. *EcoVision: Journal of Environmental Solutions*, 2(1). <https://doi.org/10.61511/evojes.v2i1.2025.1724>
- Saputri, E., & Handayani, R. (2022). Pengaruh stres terhadap peningkatan asam lambung pada pasien gastritis. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 23–30.
- Saraswati, P. A., Suyasa, I. G. P. D., & Wulandari, I. A. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Gejala Gastritis Mahasiswa Tingkat IV. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15 Nomor 2, 207–216.
- World Health Organization. (2024). Global health estimates: Digestive diseases. <https://www.who.int/>