



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastritis atau umumnya disebut asam lambung merupakan salah satu penyakit yang disebabkan karena pola makan yang tidak teratur. Salah satu tantangan masalah ini adalah penyakit ini didominasi terjadi pada kelompok usia remaja (Maidartati et al., 2021). Gastritis merupakan suatu gangguan pada sistem pencernaan yang banyak di temukan pada kalangan usia muda, termasuk mahasiswa. Gastritis biasa disebut penyakit maag oleh masyarakat umum, dan ditandai dengan peradangan pada mukosa lambung yang dapat dipicu oleh infeksi, iritasi, atau peningkatan produksi asam lambung akibat stres (Dewani et al., 2024). Gastritis dapat menyerang individu dari semua jenis kelamin dan tidak memandang usia. Namun dari penelitian terdapat indikasi kondisi ini lebih sering terjadi pada usia produktif. Pada masa ini, seseorang cenderung mengalami gejala gastritis karena kesibukan yang tinggi, pola hidup yang tidak sehat, serta munculnya stres yang mudah terjadi (Suwignjo et al., 2023).

Masalah gastritis ini telah mencapai skala global hingga lokal yang mengkhawatirkan, secara tingkat global dengan perkiraan bahwa lebih dari 1,7 miliar jiwa (Sinapoy et al., 2021). Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO 2023), di Indonesia data Kemenkes RI menunjukkan gastritis masuk dalam 10 besar penyakit rawat inap terbanyak dengan 33.580 kasus (Nur Afida, 2023). Di tingkat lokal, data RSUD Jombang (2021) mencatat terdapat 13.161 kunjungan kasus gastritis, menjadikannya penyakit ke-5 terbanyak di Kabupaten Jombang. Tingginya angka tersebut mempertegas bahwa gastritis adalah masalah kesehatan serius yang membutuhkan perhatian khusus (Romadona et al., 2024).



Fenomena tingginya angka gastritis ini secara nyata ditemukan pada kelompok mahasiswa yang tengah menjalani masa transisi. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti di Asrama X Hurun Inn Pondok Pesantren Darul Ulum terhadap 10 mahasiswa menunjukkan bahwa sebanyak 4 (40%) mahasiswa mengalami gejala gastritis yang berkaitan dengan stres akademik, sedangkan 6 (60%) mahasiswa tidak menunjukkan gejala gastritis. Beberapa mahasiswa mengatakan sering mengalami keluhan seperti mual, muntah, dan nyeri ulu hati sering muncul atau memberat saat mereka sedang menghadapi tekanan tugas kuliah yang menumpuk.

Kondisi tersebut tidak terlepas dari karakteristik kehidupan di lingkungan asrama pesantren. Mahasiswa di Asrama X Hurun Inn memiliki karakteristik beban ganda (*double burden*), di mana mereka harus menyeimbangkan standar akademik universitas dengan kedisiplinan kegiatan pesantren yang padat (Ikromi, 2025). Karakteristik lainnya adalah tuntutan kemandirian karena jauh dari orang tua (*homesick*) serta manajemen waktu yang sangat ketat, yang secara signifikan dapat meningkatkan tekanan psikologis dibandingkan mahasiswa yang tinggal di luar asrama.

Secara kronologis, tekanan dari karakteristik kehidupan pesantren dan tuntutan akademik yang tinggi memicu timbulnya stres akademik (Ikromi, 2025). Stres memicu pengaktifan sistem saraf yang meningkatkan sekresi hormon adrenalin, yang kemudian merangsang produksi asam lambung (HCl) secara berlebihan. Produksi asam yang berlebih ini menyebabkan iritasi dan peradangan pada mukosa lambung yang berkontribusi langsung terhadap timbulnya penyakit gastritis. Selain itu, stres juga memengaruhi perilaku mahasiswa, seperti perubahan pola makan yang tidak sehat atau penurunan nafsu makan (Latifah & Hoirunnisa, 2024). Disamping stres, terdapat beberapa faktor tambahan seperti merokok, minum kopi, konsumsi alkohol, penggunaan obat AINS (Anti Inflamasi Non Steroid), infeksi oleh bakteri *Helicobakteri pylori*, dan



makan makanan yang pedas (Suwignjo et al., 2023). Mengingat dampak gastritis yang cukup serius, perlu ada upaya serius untuk mencegah atau mengatasi gastritis. Salah satu cara mencegah adalah dengan meningkatkan kesadaran tentang faktor-faktor yang dapat memicu kambuhnya penyakit ini. salah satunya adalah upaya mengatasi stres (Vinata & Purwanti, 2025).

Dampak dari penyakit gastritis dapat mengganggu kegiatan mahasiswa dalam belajar dan kehidupan sehari-hari dengan keluhan yang sering muncul adalah nyeri di perut bagian atas, merasa mual, muntah, lemas, tidak ada nafsu makan, serta masalah kesehatan lainnya yang membuat seseorang merasa tidak nyaman saat kuliah (Andari et al., 2023). Jika gastritis tidak diatasi secara terus menerus, kondisi ini bisa merusak fungsi lambung dan meningkatkan risiko terkena kanker lambung, bahkan bisa menyebabkan kematian. Kondisi ini juga bisa berakibat pada komplikasi seperti perdarahan pada bagian atas saluran cerna, muntah darah (hematemesis), buang air besar berdarah (melena) yang menyebabkan anemia, ulkus peptikum, serta perforasi lambung (Suwignjo et al., 2023).

Beberapa penelitian terdahulu, seperti penelitian (Dewani et al., 2024), mengungkapkan adanya keterkaitan yang bermakna antara tingkat stres dengan gastritis pada mahasiswa, di mana peningkatan tingkat stres akademik secara proporsional diikuti oleh peningkatan gejala gastritis. Disamping itu, sebagaimana dikemukakan oleh (Saraswati et al., 2022), tingkat stres berhubungan secara signifikan dengan gejala gastritis, dimana mahasiswa yang mengalami stres cenderung mengalami gejala tersebut. (Madani et al., 2025), Juga menjelaskan bahwa stres akademik mempunyai hubungan yang kuat dengan risiko gastritis, karena stres meningkatkan produksi asam lambung dan mengurangi lapisan pelindung mukosa. Meskipun penelitian mengenai hubungan tingkat stres dan gastritis telah banyak dilakukan pada populasi mahasiswa secara umum, sebagaimana dipaparkan di atas, namun penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi



kondisi ini pada mahasiswa yang tinggal di lingkungan asrama pesantren dengan beban ganda masih sangat terbatas. Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada karakteristik subjek di Asrama X Hurun Inn yang harus menyeimbangkan tuntutan akademik universitas dengan kedisiplinan kegiatan pesantren yang sangat padat. Kondisi lingkungan yang unik ini memberikan dinamika stres yang berbeda dibandingkan mahasiswa yang tinggal di kos atau rumah sendiri.

Penelitian ini sangat penting dilakukan untuk memberikan landasan ilmiah mengenai hubungan antara tingkat stres dan kejadian gastritis di lingkungan pesantren. Tanpa adanya pembuktian ini, masalah kesehatan mahasiswa akan terus berulang dan menghambat produktivitas belajar mereka.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti berminat untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Gejala Gastritis pada Mahasiswa di Asrama X Hurun Inn Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang dapat di ambil untuk di teliti apakah terdapat “Prevalensi Tingkat Stres dengan kejadian Gastritis di lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Prevalensi Tingkat Stres dengan kejadian Gastritis di lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Prevalensi Tingkat Stres di lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang.



2. Mengidentifikasi kejadian Gastritis di lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang
3. Menganalisis hubungan Prevalensi Tingkat Stres dengan kejadian Gastritis di lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya mengenai hubungan antara faktor psikologis (stres) dan gangguan sistem pencernaan (gastritis).

1.4.2 Manfaat Praktis

Sebagai bahan edukasi bagi mahasiswa dalam mengelola stres dan menerapkan pola hidup sehat guna mencegah gejala gastritis.

1.4.3 Manfaat Untuk Mahasiswa

Sebagai sumber informasi yang dapat menambah pengetahuan untuk kesehatan yang lebih baik khususnya dalam mencegah gejala penyakit gastritis di asrama x hurun inn

1.4.4 Manfaat Untuk Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber data yang baru dalam penelitian kesehatan tentang hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis di Pondok Pesantren maupun di Masyarakat.

1.4.5 Manfaat Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi dan menjadi bahan untuk penelitian selanjutnya yang serupa tentang hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa di Pondok Pesantren maupun di Masyarakat.