



Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi Tahun 2025

The Relationship Between Stress Levels and Gastritis Incidence in the Tigo Baleh Community Health Center Work Area, Bukittinggi City in 2025

Meisya Nabila¹, Silvia Intan Suri², Siska Damaiyanti³

Universitas Mohammad Natsir, Bukittinggi

Email: meisyanabila378@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 13-09-2026

Revised : 15-09-2026

Accepted : 17-09-2026

Pulished : 19-09-2026

Abstract

Gastritis is one of the most common digestive system diseases in Indonesia, with a high prevalence and strong association with stress factors. Prolonged stress can trigger excessive gastric acid secretion and reduce blood flow to the gastric mucosa, leading to inflammation known as gastritis. This study aimed to determine the relationship between stress levels and the incidence of gastritis in the working area of Tigo Baleh Public Health Center, Bukittinggi City, in 2025. This research employed a quantitative analytic method with a cross-sectional design. The study population consisted of 104 gastritis patients visiting the health center, with 83 respondents selected using a purposive sampling technique. The research instrument was a validated and reliable questionnaire covering variables of stress levels and gastritis incidence. The results showed that most respondents were in the moderate-to-high stress category, and a higher proportion of respondents with gastritis had elevated stress levels compared to those without gastritis. Statistical analysis revealed a significant relationship between stress levels and gastritis incidence ($p = 0.001 < 0.05$) the relationship is moderate. These findings indicate that stress is an important contributing factor to gastritis in the Tigo Baleh Public Health Center area. It is recommended that healthcare workers strengthen promotive and preventive efforts through education on stress management and healthy lifestyle practices to reduce gastritis incidence in the community.

Keywords: *Gastritis, Stress, Tigo Baleh Public Health Center*

Abstrak

Gastritis merupakan salah satu penyakit pada sistem pencernaan dengan prevalensi tinggi di Indonesia dan sering berhubungan dengan faktor stres. Stres yang berkepanjangan dapat memicu peningkatan sekresi asam lambung dan menurunkan aliran darah ke mukosa lambung, sehingga menyebabkan peradangan yang dikenal sebagai gastritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi tahun 2025. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh pasien gastritis yang berobat di Puskesmas Tigo Baleh sebanyak 104 orang, dengan sampel ditentukan menggunakan teknik purposional sampling sehingga sampel menjadi 83 orang. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas, mencakup variabel tingkat stres dan kejadian gastritis. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori stres sedang–tinggi, dan sebagian besar responden yang mengalami gastritis memiliki tingkat stres lebih tinggi dibandingkan dengan responden tanpa gastritis. Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian gastritis ($p\ 0,001 < 0,05$) yaitu hubungan nya sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa stres merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Tigo Baleh. Disarankan agar tenaga kesehatan meningkatkan upaya promotif dan preventif



melalui edukasi manajemen stres serta pola hidup sehat guna menekan angka kejadian gastritis di masyarakat.

Kata Kunci: Gastritis, Stres, Puskesmas Tigo Baleh

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dijumpai di masyarakat dan dapat memengaruhi aktivitas serta pola hidup penderitanya (Amanda et al., 2021). Kondisi ini dapat menjadi sangat berbahaya apabila tidak segera ditangani karena berisiko menimbulkan berbagai komplikasi serius, seperti perdarahan saluran cerna bagian atas, ulkus peptikum, gangguan cairan dan elektrolit akibat muntah hebat, anemia pernisirosa, hingga kanker lambung (Rimbawati et al., 2022). Bahkan, gastritis yang tidak tertangani berpotensi menyebabkan kematian (Daffa et al., 2023).

Penyebab paling umum gastritis adalah konsumsi makanan yang tidak sehat maupun tidak higienis. Pola makan yang tidak teratur turut meningkatkan risiko terjadinya penyakit ini. Proses pencernaan makanan yang terganggu, khususnya di lambung, dapat menyebabkan peremasan lambung berlangsung dalam kondisi kosong sehingga melukai lapisan mukosa. Kondisi ini memicu lecet dan luka pada dinding lambung yang berakhir pada terjadinya gastritis (Novitayanti, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2022 angka kejadian gastritis di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,8–2,1 juta kasus per tahun. Kasus tertinggi tercatat di China (31%), Kanada (35%), Prancis (29%), Inggris (22%), dan Jepang (14%) (Sari et al., 2024). Di kawasan Asia Tenggara, terdapat sekitar 583.635 kasus gastritis per tahun pada tahun 2020. Di Indonesia sendiri, insidensi gastritis mencapai 40,8%, dengan 274.396 kasus dari total populasi 238.452.952 jiwa (Putra & Wardhani, 2023).

Gastritis juga menjadi salah satu dari lima besar gangguan pencernaan di Indonesia (Purnamayanti et al., 2023). Pada tahun 2020–2021, gastritis menempati urutan keenam dari 39 jenis penyakit yang paling banyak diderita masyarakat. Bahkan, pada tahun 2022 tercatat 78.097 kasus gastritis di Provinsi Sumatera Barat yang menempatkannya pada peringkat keenam dari sepuluh besar penyakit terbanyak. Data dari Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi tahun 2023 menunjukkan bahwa gastritis merupakan penyakit kedua terbanyak dengan 1.507 kasus.

Secara patofisiologi, peningkatan produksi asam lambung dapat mengikis lapisan pelindung lambung sehingga menimbulkan nyeri. Kondisi ini dipengaruhi oleh mediator kimia, seperti prostaglandin dan histamin, yang mengaktifkan reseptor nyeri di lambung. Peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang bersifat akut maupun kronis dikenal sebagai gastritis (Aritonang, 2021). Faktor risiko gastritis meliputi pola makan tidak sehat, kebiasaan merokok, infeksi bakteri, konsumsi alkohol, penggunaan narkotika, stres, serta konsumsi obat antiinflamasi nonsteroid (Suwindri et al., 2021).

Secara umum, faktor penyebab gastritis terbagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan masuknya bakteri ke lambung serta lemahnya daya tahan tubuh. Sementara itu, faktor eksternal meliputi pola makan buruk, konsumsi alkohol berlebihan, rokok, stres, serta penggunaan obat-obatan tertentu yang dapat meningkatkan sekresi asam lambung (Nur Afida, 2023).



Stres berkepanjangan diketahui berperan penting dalam memperburuk kondisi gastritis. Stres dapat mengurangi aliran darah ke mukosa lambung sehingga meningkatkan permeabilitas dinding lambung. Kondisi ini memicu kerusakan mukosa melalui mekanisme neuroendokrin dan peningkatan difusi balik ion hidrogen (Saroinsong, 2014 dalam Sri, 2020). Penelitian Novita (2021) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan kejadian gastritis pada mahasiswa, dengan 72,1% responden mengalami gastritis akibat stress.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di Puskesmas Tigo Baleh pada 12 Maret 2025, tercatat 104 pasien menderita gastritis. Dari 10 pasien yang diwawancarai, tujuh di antaranya mengalami gastritis hampir setiap hari dan menyebutkan stres sebagai faktor pemicu utama. Jenis stres yang dialami bervariasi, mulai dari tekanan pekerjaan, masalah keluarga, hingga kondisi ekonomi. Dengan pertimbangan tingginya angka kasus serta dukungan fasilitas yang memadai, Puskesmas Tigo Baleh dipilih sebagai lokasi penelitian untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara tingkat stres dan kejadian gastritis pada masyarakat Bukittinggi.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang dipakai adalah cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang menderita gastritis dan berdomisili di Wilayah Kerja Tigo Baleh Kota Bukittinggi yang dikunjungi secara langsung ke rumah masing-masing, dengan jumlah sebanyak 104 orang. Sampel penelitian ini berjumlah 83 orang pasien gastritis. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian adalah Teknik purposional sampling. Dalam penelitian ini, pengukuran tingkat stres dilakukan menggunakan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1 karakteristik responden

Karakteristik	<i>f</i>	%
Umur		
1. 13-19 (remaja)	11	13.3
2. 20-59 (dewasa)	68	81.9
3. >60 (lansia)	4	4.8
Total	83	100
Jenis Kelamin		
1. Laki-Laki	34	41.0
2. Perempuan	49	59.0
Total	83	100

Berdasarkan tabel 3 dari total 83 responden berusia 15-70 tahun, lebih dari separo responden termasuk dalam kelompok usia dewasa, yaitu sebanyak 68 orang (81,9%). Hal ini menunjukkan bahwa gastritis paling banyak dialami pada usia produktif. Sementara itu Distribusi Frekuensi berdasarkan jenis kelamin dari total 83 responden lebih dari separo berjenis kelamin Perempuan sebanyak 49 orang (59.0%) ini menunjukkan bahwa kejadian gastritis lebih banyak dialami



Perempuan.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres

Tingkat stres	<i>f</i>	%
Normal	18	21.7
Ringan	10	12.0
Sedang	19	22.9
Parah	33	39.8
Sangat parah	3	3.6
Total	83	100

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi responden stress parah sebanyak 33 orang (39,8%), Ini menunjukkan bahwa responden terbanyak mengalami stress dalam intensitas parah yang berkontribusi pada gangguan lambung atau peningkatan asam lambung.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi kejadian Gastritis

Kejadian Gastritis	<i>f</i>	%
Tidak mendukung terjadinya kejadian gastritis	23	27.7
Mendukung terjadinya kejadian gastritis	60	72.3
Total	83	100

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui distribusi frekuensi responden yang mendukung terjadinya kejadian gastritis sebanyak 60 orang (72,3%). Ini lebih dari Separo responden mengalami terjadinya kejadian gastritis.

Analisis Bivariat

Tabel 4 hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis

Ting kat stres	Tidak menduk ung terjadi n ya gastritis	<i>f</i>	Mendu kung terjadi n ya gastritis	<i>f</i>	Tota l	<i>P</i> Val ue	<i>r</i>
Norm al	10	12, 0%	8	9,6 %	18	21,6 %	
Ringa n	6	7,2 %	4	4,9 %	10	12,1 %	
Sedan g	1	1,2 %	18	21, 6%	19	22,8 %	0,0 01
Parah	5	6,2 %	28	33, 7%	33	39,9 %	
Sanga t Parah	1	1,2 %	2	2,4 %	3	3,6 %	
Total	23	27, 8%	60	72, 2%	83	100	

Berdasarkan tabel 6 hubungan tingkat stress dan kejadian gastritis dapat diketahui bahwa tingkat stress normal pada responden yang tidak mendukung terjadinya kejadian gastritis sebanyak 10 orang (12,0%) dan yang mendukung terjadinya gastritis sebanyak 8 orang (9,6%) kemudian ada tingkat stress ringan pada responden yang tidak mendukung terjadinya gastritis sebanyak 6 orang (7,2%) dan yang mendukung terjadinya gastritis sebanyak 4 (4,9%) orang selain itu tingkat stress sedang pada responden yang tidak mendukung terjadinya gastritis sebanyak 1 (1,2%) orang dan yang mendukung terjadinya gastritis sebanyak 18 (21,6%) orang, selanjutnya tingkat stress parah



pada responden yang tidak mendukung terjadinya gastritis sebanyak 5 orang (6,2%) dan yang mendukung terjadinya gastritis sebanyak 28 orang (33,7%). Terakhir tingkat stress sangat parah pada responden yang tidak mendukung terjadinya gastritis sebanyak 1 orang (1,2%) dan yang mendukung terjadinya gastritis sebanyak 2 orang (2,4%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Pearson Correlation diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,372 dengan nilai signifikansi (p -value) sebesar 0,001 pada jumlah responden sebanyak 83 orang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis, karena nilai p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) H_a diterima dan kekuatan hubungan berada pada kategori sedang.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Stres di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Tahun 2025.

Stress merupakan faktor yang mempengaruhi kejadian gastritis pada penelitian ini yang mengalami dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi responden stress parah sebanyak 33 orang (39,8%), Ini menunjukkan bahwa Sebagian responden mengalami stress dalam intensitas parah yang berkontribusi pada gangguan lambung atau peningkatan asam lambung.

Peneliti dalam penelitian ini berasumsi Stres memiliki peran penting dalam memicu terjadinya gastritis karena stres psikologis dapat memengaruhi sistem pencernaan melalui mekanisme neuroendokrin. Saat seseorang mengalami stres, tubuh melepaskan hormon kortisol dan adrenalin yang meningkatkan sekresi asam lambung, mengurangi aliran darah ke mukosa lambung, serta menurunkan kemampuan regenerasi sel epitel lambung. Kondisi ini mempercepat kerusakan dinding lambung dan memicu inflamasi sehingga menimbulkan gejala gastritis. Selain efek fisiologis, stres juga mengubah perilaku makan, misalnya makan tidak teratur, terburu-buru, atau memilih makanan yang tidak sehat, yang semakin memperburuk kerentanan terhadap gastritis. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat stres seseorang, semakin besar pula risiko terjadinya gastritis baik melalui mekanisme biologis maupun perilaku.

2. Kejadian gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Tahun 2025.

Kejadian gastritis merupakan salah satu akibat dari stress. Pada penelitian ini dapat diketahui distribusi frekuensi responden yang mendukung terjadinya kejadian gastritis sebanyak 60 orang (72,3%). Ini lebih dari Separo responden mengalami terjadinya kejadian gastritis.

Peneliti dalam penelitian berasumsi bahwa kejadian gastritis pada responden terutama dipengaruhi oleh tingkat stres serta pola hidup yang tidak sehat, sebagaimana ditunjukkan hasil penelitian ini di mana mayoritas responden (72,3%) mengalami gastritis. Hal ini sejalan dengan teori psikosomatik yang menyebutkan bahwa stres dapat mengaktifkan saraf simpatis, merangsang peningkatan produksi asam lambung, serta melemahkan pertahanan mukosa lambung, sehingga memperparah kondisi gastritis. Hasil penelitian sebelumnya juga mendukung, seperti penelitian di Universitas Ibn Khaldun yang menunjukkan risiko 5,2 kali lebih tinggi mengalami gastritis pada responden dengan stres sedang hingga tinggi, serta penelitian di RSUD Labuang Baji yang menemukan hubungan bermakna antara stres dengan gastritis ($p = 0,008$). Selain itu, pola makan tidak sehat seperti menunda makan, konsumsi makanan pedas, dan jadwal makan tidak teratur pada usia produktif memperbesar risiko gastritis, sebagaimana dibuktikan oleh penelitian Mukhaira et al. (2024) dan Teovilia Waworuntu et al. (2024). Dengan demikian,



peneliti berasumsi bahwa gastritis merupakan penyakit multifaktorial, namun stres psikologis dan pola hidup tidak sehat menjadi faktor dominan yang memengaruhi tingginya angka gastritis pada responden.

Analisa Bivariat

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh tahun 2025.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Pearson Correlation diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,372 dengan nilai signifikansi (p -value) sebesar 0,001 pada jumlah responden sebanyak 83 orang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis, karena nilai p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Kekuatan hubungan berada pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa stres berperan cukup berarti dalam meningkatkan risiko gastritis pada responden penelitian ini. Peneliti berasumsi bahwa tingkat stres berhubungan signifikan dengan kejadian gastritis. Hal ini didukung hasil uji statistik yang menunjukkan nilai $p = 0,001$ dengan koefisien korelasi $r = 0,372$, yang menandakan adanya hubungan dengan kekuatan sedang antara stres dan gastritis. Temuan ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa stres berperan penting dalam memicu maupun memperburuk gastritis. Penelitian di UPTD Puskesmas Wirosari 1 melaporkan bahwa stres meningkatkan risiko kekambuhan gastritis hampir 10 kali lipat ($OR = 9,730$; $p = 0,000$), sementara penelitian di Fakultas Keperawatan Universitas Riau menemukan bahwa stres akademik memiliki korelasi positif dengan gastritis dengan nilai $p = 0,003$ meskipun kekuatan hubungan lemah. Hal ini diperkuat dengan fakta bahwa gastritis lebih banyak dialami pada usia produktif dengan aktivitas padat serta lebih banyak dilaporkan pada perempuan, yang dipengaruhi faktor hormonal, sensitivitas terhadap gejala gastrointestinal, dan perilaku mencari pertolongan medis. Dengan demikian, peneliti berasumsi bahwa gastritis merupakan penyakit multifaktorial yang dipengaruhi oleh interaksi stres psikologis, pola makan, usia, dan jenis kelamin, namun stres tetap menjadi faktor dominan yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko gastritis pada responden.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 83 responden di wilayah kerja Puskesmas Tigo Baleh, Kota Bukittinggi, tahun 2025, mengenai hubungan tingkat stres dengan kejadian gastritis, dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan mayoritas berada pada kelompok dewasa, yaitu 68 orang (81,9%), diikuti remaja 11 orang (13,3%), dan lansia 4 orang (4,8%). Temuan ini menunjukkan bahwa gastritis paling banyak dialami oleh kelompok usia produktif.
2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 49 orang (59,0%), sedangkan laki-laki berjumlah 34 orang (41,0%). Hal ini mengindikasikan bahwa gastritis lebih banyak terjadi pada perempuan.
3. Karakteristik responden berdasarkan tingkat stres menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres parah yaitu sebanyak 33 orang (39,8%) dan stres sedang sebanyak 19 orang (22,9%). Hanya sebagian kecil yang mengalami stres ringan dan normal.
4. Karakteristik responden berdasarkan kejadian gastritis menunjukkan mayoritas responden



mengalami gastritis kategori sedang yaitu sebanyak 55 orang (66,2%).

5. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi $r = 0,372$. Kekuatan hubungan berada pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa stres berperan cukup berarti dalam meningkatkan risiko gastritis pada responden penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelman, R. D., Tmanova, L. L., Delgado, D. M., Dion, S. B., & Lachs M. R, M. M. (2014). Caregiver Burden A Clinical Review. American Medical Association, 1052-1059.
- Alfinna et al. (2020). Faktor Risiko Kejadian Autism Spectrum Disorder Pada anak Di Kota Semarang Tahun 2018. *Universitas Negeri Semarang*.
- Novian, F. D. (2020). Family Burden Connected With Family Ability To Treat Hallucinatory Patient. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 97-102
- Pardede, J. (2020). Beban keluarga terkait koping saat merawat pasien halusinasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Pradita, V. G. (2021, April 13). Identifikasi ragam terapi bermain pada anak autisme. *Studi literatur*, 15-38.
- Purnamasari, A., Wahyuni, S., & Purnama, P. A. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Perilaku Anak Autis di Pusat Pelayanan Autis Kendari. *Nursing Inside Community*, 3(1).
- Saniya. (2020). PENGARUH PEMBERIAN TERAPI TERTAWA TERHADAP TINGKAT STRES PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTIS DI KOTA PEKANBARU. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 3(2), 36
- Sari, R. N., Muharni, S., & Murniasih, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis Di Klinik Tumbuh Kembang Anak Di Rs. Awal Bros Pekanbaru. *IMJ (Initium Medica Journal)*, 2(1)
- Wahidayanti, S. (2020). Regulasi Emosi Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis di Pusat Layanan Autis Kota Denpasar. *jurnal psikologi MANDALA*, 5(2), 57-70
- Wibowo, B. S., & Naufal, A. F. (2022). POLA ASUH PADA ANAK AUTISM. *JIRK Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(7).
- Yolanda, Y., Abdullah, K., & Erwina, I. (2024). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN BEBAN KELUARGA YANG MERAWAT ANAK AUTIS DI KOTA PADANG. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 11(1), 61–73. <https://jurnal.syedzasaintika>
- Yolanda, Y., Yazia, V., & Suryani, U. (2020). *BEBAN KELUARGA DALAM MERAWAT ANAK AUTIS*. CV. Pena Persada