

BAB 4

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini disajikan dalam dua bagian yaitu data umum dan data khusus. Data umum meliputi karakteristik responden yang terdiri dari umur, jenis kelamin, dan kelas. Sedangkan data khusus terdiri dari faktor dominan berhubungan dengan kejadian gastritis diantaranya: pola makan, tekanan psikologi (stres).

4.1 Data Umum

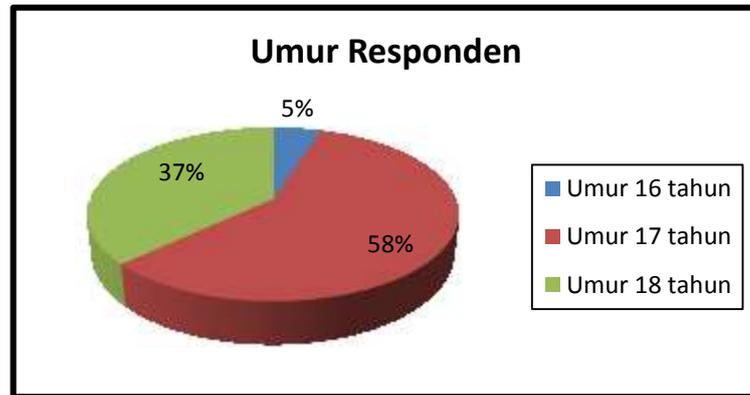
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SMA negeri 3 pamekasan. Gedung sekolah terletak di jalan pintu gerbang 23 Pamekasan, Jawa timur. SMA Negeri 3 Pamekasan juga memfasilitasi siswa yang ingin memaksimalkan potensi sesuai dengan minat dan bakatnya. Beberapa unit kegiatan siswa meliputi : pentas seni, badminton, volly, basket, pimpong, unit kegitan musik sekolah.

SMA Negeri 3 Pamekasan terdiri beberapa jurusan diantaranya adalah IPA dan IPS. Siswa kelas 3 ini merupakan pendidikan sekolah menengah atas ditempuh selama 3 tahun untuk bisa melanjutkan ke perguruan tinggi. Fasilitas yang disediakan di SMA negeri 3 pamekasan yaitu ruangan ber AC, white board, LCD, Wifi, dll. Selain itu, SMA Negeri 3 Pamekasan juga terdapat berbagai fasilitas laboratorium, lab komputer, perpustakaan dll.

4.1.2 Karakteristik Responden

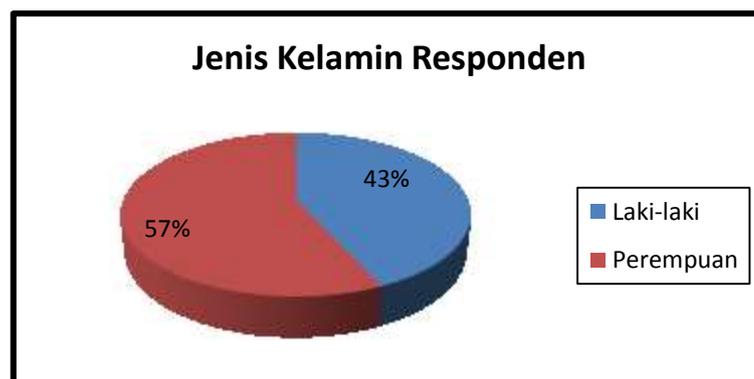
1. Umur



Gambar 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur pada Bulan Pebruari 2016.

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan umur yang berusia 17 tahun sebanyak 47 responden (58%), 18 tahun sebanyak 30 responden (37%), dan 16 tahun sebanyak 4 responden (5%).

2. Jenis Kelamin

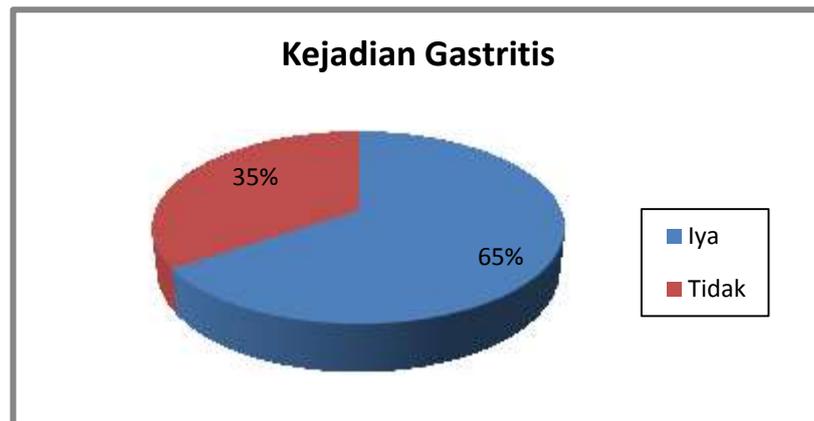


Gambar 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur pada Bulan Pebruari 2016.

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 46

responden (57%), dan sebagian kecil laki-laki sebanyak 35 responden (43%).

4.1.3 Karakteristik Kejadian Gastritis

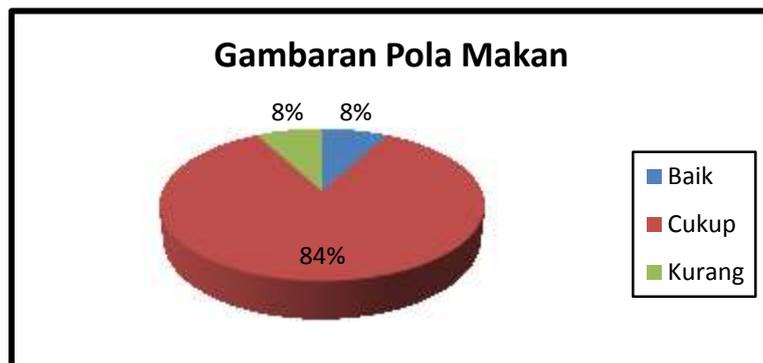


Gambar 4.3 Distribusi Kejadian Gastritis pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur pada Bulan Pebruari 2016.

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan bahwa distribusi kejadian gastritis mayoritas responden mengalami gastritis sebanyak 53 responden (65%), dan sebagian kecil tidak mengalami gastritis sebanyak 28 responden (35%).

4.2 Data Khusus

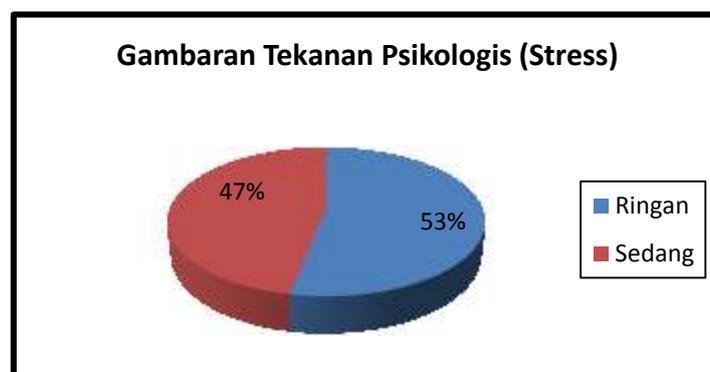
4.2.1 Gambaran Pola Makan pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur



Gambar 4.4 Distribusi Pola Makan pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur pada Bulan Pebruari 2016.

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan bahwa distribusi gambaran pola makan dari 81 responden sebagian besar pola makan cukup sebanyak 65 responden (80,2%) dimana jumlah respnden laki-laki sebanyak 28 orang dan perempuan sebanyak 37 orang.

4.2.2 Gambaran Tekanan Psikologis (Stress) pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur



Gambar 4.5 Distribusi Tekanan Psikologis (Stress) pada Siswa-Siswi di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur pada Bulan Pebruari 2016.

Berdasarkan gambar diatas menunjukkan bahwa distribusi gambaran tekanan psikologis (stres) dari 81 responden sebagian besar yang mengalami stress ringan sebanyak 43 responden (53%), dimana responden laki-laki sebanyak 24 orang dan perempuan sebanyak 19 orang, dan sebagian kecil responden yang mengalami stress sedang sebanyak 38 responden (47%), dimana responden laki-laki sebanyak 11 orang dan perempuan sebanyak 27 orang. Dari total responden yang berjumlah 81 orang yang lebih banyak mengalami stress sedang berjenis kelamin perempuan, yaitu sebesar 33%.

4.2.3 Hasil Tabulasi Silang Pola Makan, Tekanan Psikologis (Stress) dengan Kejadian Gastritis pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur

1. Pola Makan

Tabel 4.1 Tabulasi Silang Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur Bulan Pebruari 2016

Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total	
	Tidak		Iya		N	%
	N	%	N	%	N	%
Baik	2	2,5	4	4,9	6	7,4
Cukup	22	27,1	43	53,1	65	80,2
Kurang	4	4,9	2	2,5	6	7,4
Jumlah	28	34,5	53	65,5	81	100

Hasil Uji *Chi Square* $\rho = 0,928$

Berdasarkan tabel diatas hasil tabulasi silang pola makan dengan kejadian gastritis di atas didapatkan sebagian besar pola makan responden cukup sebanyak 65 responden (80,2%), dan sebagian kecil pola makan responden baik sebanyak 6 responden (7,4%). Hasil yang diperoleh dari

Uji Chi Square dengan menggunakan SPSS 16 didapatkan nilai *significancy* (ρ) adalah 0,928, karena nilai ρ 0,928 > 0,05 maka H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis.

2. Tekanan Psikologis (Stress)

Tabel 4.2 Tabulasi Silang Tekanan Psikologis (Stress) dengan Kejadian Gastritis pada Siswa Kelas XII di SMA Negeri 3 Pamekasan Jawa Timur Bulan Pebruari 2016

Tekanan Psikologis (Stress)	Kejadian Gastritis				Total	
	Tidak		Iya		N	%
	N	%	N	%		
Ringan	24	29,5	19	23,5	43	53
Sedang	4	5	34	42	38	47
Jumlah	28	34,5	53	65,5	81	100

Hasil Uji *Chi Square* $\rho = 0,000$

Berdasarkan tabel diatas hasil tabulasi silang tekanan psikologis (stress) dengan kejadian gastritis di atas didapatkan sebagian besar tekanan psikologis (stress) responden ringan sebanyak 43 responden (53%), dan sebagian kecil tekanan psikologis (stress) responden sedang sebanyak 38 responden (47%). Hasil yang diperoleh dari *Uji Chi Square* dengan menggunakan SPSS 16 didapatkan nilai *significancy* (ρ) adalah 0,000, karena nilai ρ 0,000 < 0,05 maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara tekanan psikologis (stress) dengan kejadian gastritis.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Gambaran Pola Makan pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Pamekasan.

Berdasarkan hasil dari tabulasi, menunjukkan bahwa hasil penelitian pola makan dari 81 responden sebagian besar pola makan cukup sebanyak 65 responden (80,2%). Pola makan yang baik merupakan hasil dari sebuah rangkaian proses. Upaya untuk membentuk pola makan yang baik hendaknya dilakukan secara dini (Albari, 2013). Ada beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi pola makan antara lain faktor pengetahuan, gaya hidup, kesedian pangan, pendapatan, social budaya dan anggota keluarga (Hartono, 2000).

Mayoritas siswa-siswi di SMA Negeri 3 Pamekasan berasal dari Kabupaten Pamekasan sehingga mereka pulang pergi dari sekolah ke rumahnya, dan beberapa responden bertempat tinggal di asrama. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Yunita (2010), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan tempat tinggal dengan terjadinya gastritis, seperti tempat tinggal kost/ asrama 6 kali beresiko untuk terjadinya gastritis. Lingkungan juga mempengaruhi rumah yang tinggal sendiri dengan yang tinggal bersama anggota keluarga dapat mempengaruhi pola makan (Pro, 2009).

Kebiasaan pola makan yang tidak teratur dari beberapa siswa siswi juga dipengaruhi oleh aktivitas sekolah selain itu juga ekstra kulikuler yang mereka ikuti, sehingga menyebabkan jam makan tidak teratur dan menyebabkan kenaikan pada asam lambung. Ditinjau dari keadaan sekitar banyak siswa-siswi yang anak rumahan (pulang pergi dari sekolah ke rumah), mereka memiliki jam makan/ pola

makan yang sedikit lebih teratur dibandingkan oleh beberapa anak yang tinggal jauh dari keluarga seperti tinggal di asrama sehingga mereka memiliki pola makan yang tidak teratur.

Pola makan yang tidak teratur disebabkan karena faktor lingkungan yang dapat mempengaruhi kebiasaan pola makan seseorang. Pola makan yang tidak teratur menjadikan seseorang terbiasa dan mempunyai pola makan yang tidak baik, yang juga dapat menyebabkan kejadian gastritis. Lingkungan yang bersih dan sehat akan menjadikan seseorang mempunyai pola makan yang sehat dan bersih, ataupun sebaliknya, jika berada di lingkungan yang tidak sehat akan ikut mempengaruhi kebiasaan pola makan yang tidak sehat. Kebiasaan dalam kaitan lingkungan antara lain pilihan makan dalam waktu tertentu, mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai jadwal dan juga mengkonsumsi makan yang tidak sesuai dengan diet sehat.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian diatas yang menunjukkan tempat tinggal terbanyak responden adalah rumah (bersama orang tua). Dalam penelitian ini berdasarkan observasi sederhana yang dilakukan peneliti bahwa banyak faktor yang dapat menyebabkan siswa-siswi yang tinggal di asrama terkena gastritis, seperti kesibukan dan kegiatan yang padat karena kurangnya manajemen waktu, dan mereka sering menunda-nunda untuk makan, selain itu juga kurang memperhatikan makanan yang dibeli hanya sekedar untuk mengisi perut yang kosong.

4.3.2 Gambaran Tekanan Psikologis (stres) pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Pamekasan.

Berdasarkan hasil dari tabulasi, menunjukkan bahwa hasil penelitian tekanan psikologis (stress) dari 81 responden sebagian besar yang mengalami stress ringan sebanyak 43 responden (53%), dimana responden laki-laki sebanyak 24 orang dan perempuan sebanyak 19 orang, dan sebagian kecil responden yang mengalami stress sedang sebanyak 38 responden (47%), dimana responden laki-laki sebanyak 11 orang dan perempuan sebanyak 27 orang. Dari total responden yang berjumlah 81 orang yang lebih banyak mengalami stress sedang berjenis kelamin perempuan, yaitu sebesar 33%. Dalam penelitian Anggita (2012), menyatakan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan dengan persepsi gangguan lambung dimana perempuan 3 kali lebih beresiko mengalami gangguan lambung dibandingkan pria, hal ini bisa dikarenakan laki-laki lebih toleran terhadap rasa sakit dan gejala gastritis daripada perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Anggita, 2012), bahwa jenis kelamin berpengaruh terhadap kejadian gastritis. Jenis kelamin perempuan lebih banyak terkena gastritis dari pada jenis kelamin laki-laki karena perempuan lebih memperhatikan citra tubuhnya sehingga banyak dari mereka yang menunda makan bahkan mengurangi porsi makan sesuai kebutuhannya agar memiliki ideal tubuh yang sempurna.

Menurut Bruce Mc Ewen (1993) dalam Jovan (2008), dalam penelitiannya stress mempunyai hubungan dengan penyakit, seperti pada gastritis yang dapat menyebabkan luka pada saluran pencernaan (sakit maag), yang mampu memicu gejala luka usus besar dan penyakit radang usus. Stress merupakan suatu keadaan

yang menekan diri individu. Stress juga merupakan mekanisme yang kompleks dan menghasilkan respon yang saling terkait baik fisiologis, psikologis, maupun perilaku pada setiap individu yang mengalaminya, dimana mekanisme tersebut bersifat individual yang bersifat berbeda antara individu yang satu dengan yang lainnya.

Stress dapat disebabkan oleh mekanisme hormonal. Menurut Peio (2009), Amerika mendefinisikan stress sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut (Donny, 2011). Masalah perubahan hormonal sering dikaitkan dengan kecenderungan terjadinya stress. Ketika seseorang mengalami stress, jumlah cairan kimia didalam otak berkurang. Hal ini dapat menyebabkan sel-sel otak bekerja lebih lambat. Cairan *Neurotransimeter* tersebut adalah serotonin, ada zat penghantar saraf lain yang berperan menyebabkan stress, *norepineprine*, *dopamine*, *histamine* dan estrogen. Estrogen merupakan hormone perempuan ini yang bertanggung jawab sebagai penyebab stress. Ketika jumlah estrogen menurun akan memunculkan gejala-gejala stress bahkan sampai depresi. Disamping itu, estrogen juga akan member pengaruh secara langsung timbulnya stress itu sendiri (Badan Penelitian dan Perkembangan Departemen Kesehatan RI, 2007).

Faktor lain juga dapat menyebabkan gastritis adalah stress, yang dibuktikan oleh penelitian Karwati, Lina, dan Korneliani (2012) dan Murjayanah (2011), yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara stress dengan kejadian gastritis. Hal ini dikaitkan dengan mata pelajaran sekolah, Ujian Akhir

Sekolah dan Ujian Nasional dimana siswa-siswi dituntut untuk mampu mengerjakan soal-soal yang diberikan baik ujian sekolah maupun ujian nasional, serta para siswa-siswi juga harus bisa membagi waktu antara waktu jam sekolah dan juga les ataupun ekstra kurikuler yang mereka ikuti. Hal ini yang banyak menyebabkan siswa-siswi mengalami stress. Menurut teori bahwa pada saat stress kadar asam lambung akan meningkat dan apabila dibiarkan dapat menyebabkan terjadinya gastritis.

Stress yang dialami seseorang menyebabkan malas makan sehingga merangsang peningkatan asam lambung, dan kemudian akan menyebabkan radang pada lambung. Individu yang rentan mengalami stress lebih mudah merasakan perasaan bersalah, cemas, mengalami peningkatan nafsu makan dan juga mengalami penurunan nafsu makan. Saat individu stress akan sering mengalami perasaan sedih, marah, mudah menangis dan mudah sensitive, perasaan tersebut dapat di kurangi melakukan mengerjakan tugas diluar sekolah dan diluar rumah seperti ditaman, dan mendengarkan music untuk mengurangi rasa jenuh dan bosan terhadap pelajaran sekolah

4.3.3 Menganalisis Faktor Dominan Berhubungan dengan Kejadian Gastritis pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Pamekasan.

1. Pola Makan dengan Kejadian Gastritis

Dari hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Pamekasan dengan dengan $\rho = 0,928 > \alpha = 0,05$, artinya semakin baik kita mengatur pola makan akan menurunkan tingkat

kejadian gastritis, tapi jika tidak mampu menjaga pola makan dengan baik menyebabkan kejadian gastritis akan semakin meningkat.

Menurut Yayuk Farida Baliwati (2004), dalam Rahma (2013), terjadinya gastritis dapat disebabkan oleh pola makan yang tidak baik dan tidak teratur, yaitu frekuensi makan, jenis dan jumlah makanan, sehingga lambung menjadi sensitive bila asam lambung meningkat. Sedangkan menurut Rahma (2013), gastritis diakibatkan oleh waktu makan yang tidak teratur, sehingga terlambat makan atau sering makan yang berlebihan. Untuk mendapatkan cukup energi maka manusia harus makan.

Kejadian gastritis disebabkan oleh pola makan yang tidak baik yang meliputi jadwal makan, frekuensi makan, porsi makan. Maka pola makan pada penderita gastritis harus disesuaikan dengan kebutuhan, dan tidak mengonsumsi makanan dengan porsi yang besar karena dapat menyebabkan refluk lambung. Jadwal makan juga mempengaruhi frekuensi makan karena sering mengabaikan waktu makan sehingga memicu peningkatan asam lambung. Selain faktor diatas gastritis juga dapat dipicu karena makan-makanan yang pedas, mengandung santan dan makanan asam. Secara teori menyatakan bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kejadian gastritis salah satunya adalah tidak teraturnya pola makan. Penyakit gastritis disebabkan oleh iritasi asam lambung dan enzim pencernaan pada saluran yang kosong apabila seseorang terlambat makan sampai 2-3 jam, maka asam lambung yang diproduksi semakin banyak dan berlebih sehingga dapat mengiritasi mukosa lambung serta menimbulkan rasa nyeri

disekitar epigastrium. Tidak teraturnya jadwal makan dapat menyebabkan berbagai keluhan, seperti penyakit gastritis (maag) (Khasanah, 2012).

Menurut Heryati, Rumdasih dan Paath (2005), bahwa gastritis paling sering disebabkan karena diet yang sembarangan seperti makan yang terlalu banyak, terlalu cepat, makanan yang terlalu banyak berbumbu dan makanan yang mengandung mikroorganisme penyebab penyakit, sehingga untuk memiliki pola makan yang sehat harus dengan cara mematuhi jadwal makan, dan tidak makan pada kondisi lapar.

2. Tekanan Psikologis (Stres) dengan Kejadian Gastritis

Dari hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tekanan psikologi (stress) dengan kejadian gastritis pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Pamekasan dengan $\rho=0,000 < \alpha=0,05$. Artinya, semakin kita mampu mengontrol stress maka kejadian gastritis akan semakin berkurang, dan sebaliknya jika stress tidak mampu dialihkan dengan baik dan tidak mampu dikontrol maka kejadian gastritis akan semakin meningkat dan akan cenderung semakin berat.

Menurut Hidayat (2006), mengatakan bahwa stress dialami oleh seseorang dapat menimbulkan reaksi yang ada pada tubuh baik secara fisiologis maupun psikologis. Reaksi pada system pencernaan dapat mengalami gangguan seperti lambung terasa kebung, mual, pedih karena peningkatan asam labung (lambung).

Menurut Charlesworth & Nathan (1984), yang dikutip oleh prio (2009) mengatakan bahwa faktor utama terjadi gastritis dan merupakan faktor yang menyebabkan kekambuhan penyakit adalah stres. Penelitian Wolf (1965) dalam

Soroinson (2014), juga mendukung pernyataan tersebut dengan mengemukakan bahwa efek stress pada saluran pencernaan antara lain menurunkan saliva sehingga mulut menjadi kering, menyebabkan kontraksi yang tidak terkontrol pada otot esophagus sehingga menyebabkan sulit untuk menelan, dan meningkatkan asam lambung.

Saat stress tubuh akan memberikan informasi kesistem syaraf pusat dan akan menghasilkan hormone ACTH yang merang getah adrenal. Getah adrenal tersebut akan menghasilkan dua hormon yaitu hormon adrenalin dan hormon steroid. Hormon-hormon dari getah adrenal ini mempengaruhi seluruh tubuh yaitu meningkatkan tekanan darah, menghentikan aliran darah lewat pembuluh darah, meningkatkan pengiriman darah ke otot-otot, menegangkan otot dan meningkatkan produksi asam lambung kedalam perut yang kemudian mengubah makanan yang ada di lambung menjadi makan yang dapat dicerna secepat mungkin, dimana asam labung merupakan cairan yang dihasilkan oleh lambung yang bersifat sangat mengiritasi atau merangsang (Banyu Media, 2009).

Dari pembahasan diatas menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stress makan semakin berat pula tingkat kejadian gastritis. Stress dapat mempengaruhi nafsu makan, menurunkan konsentrasi, wajah tegang, mulut kering, dan lambung tersa mual juga mempengaruhi waktu tidur. Untuk mengurangi tekanan psikologis siswa-siswi perlu membuat jadwal kegiatan aktivitas setiap hari dan menyisipkan waktu untuk melakukan rekreasi atau menggunakan waktu libur untuk menenangkan pikiran seperti menonton tv, membaca komik dan mendengarkan musik.