

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kesehatan mental saat ini menjadi topik pembicaraan yang hangat untuk diperbincangkan. Kondisi kesehatan mental mencakup pada kesehatan setiap aspek perkembangan seseorang, baik kesehatan fisik dan mental. Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014, kesehatan mental merupakan suatu keadaan di mana seseorang dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga mereka menyadari kemampuan mereka untuk mengatasi tekanan, bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi bagi komunitasnya. Gangguan mental dapat menimbulkan kesulitan dalam semua aspek kehidupan, termasuk hubungan dengan keluarga, teman, serta masyarakat. (Duriana Wijaya et al., 2019)

Pada tahun 2019, World Health Organization (WHO) menyatakan di seluruh dunia 970 juta orang mengalami gangguan mental. Riset Kesehatan Dasar Kemenkes RI 2018, menunjukkan lebih dari 19 juta orang berusia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional, dan lebih dari 12 juta orang berusia lebih dari 15 tahun mengalami depresi dan kecemasan. Di Indonesia sekitar 1 dari 5 orang menderita gangguan jiwa, yang merupakan 20% dari populasi. Catatan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan gangguan mental dan emosional di Provinsi DKI Jakarta sebanyak 10,9% (Rokom, 2021).

Gangguan mental kini sudah menjadi masalah kesehatan yang belum terealisasi di tengah-tengah masyarakat, baik di tingkat dunia maupun nasional. Salah satu gangguan mental yang paling umum terjadi di masyarakat yaitu kecemasan.

Kecemasan merupakan perasaan ketidaknyamanan, ketegangan atau ketakutan yang dialami seseorang sebagai respons terhadap situasi atau peristiwa tertentu. Kecemasan adalah kondisi patologis yang ditandai dengan perasaan takut dan disertai dengan gejala somatik yang menunjukkan peningkatan aktivitas sistem saraf otonom

(Subardjo, 2018). Kecemasan muncul ketika seseorang tidak dapat menghadapi situasi stres yang dapat membahayakan perasaan dan kemampuan hidupnya. Faktor lain seperti usia, pendidikan, tekanan pekerjaan, ekonomi, konflik interpersonal atau pengalaman traumatis dapat menyebabkan kecemasan. Kecemasan bisa muncul tanpa penyebab yang jelas atau spesifik. Ini bisa menjadi respons alami tubuh terhadap stres atau ketidakpastian dalam kehidupan.

Menurut WHO pada tahun 2020 prevalensi kecemasan di dunia diperkirakan mencapai 26%. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sitompul & Wulandari (2021) sebanyak 34,2% responden mengalami kecemasan berat, dan 45,1% mengalami panik. Seseorang yang mengalami kecemasan seringkali mengalami perubahan dalam pola makan.

Pola makan merupakan perilaku seseorang memilih makanan atau minuman untuk dikonsumsi setiap hari. Ini mencakup porsi, frekuensi, dan jenis makanan atau minuman yang dipilih berdasarkan faktor budaya dan sosial. Mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan tidak teratur dapat menyebabkan inflamasi lambung. Jika ini terjadi dalam jangka waktu lama, produksi asam lambung akan meningkat, yang mengakibatkan dinding pada lambung teriritasi (Laurensius Uwa, 2019).

Faktor yang bisa mempengaruhi pola makan seseorang termasuk diantaranya masalah psikologis stress dan emosi. Hal ini dapat mengganggu pola makan yang teratur dan mendorong seseorang untuk memilih makanan tidak sehat yang dapat mengganggu kesehatannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aritonang (2021), sebanyak 73,3% mayoritas responden pola makannya tidak baik. Cara tersebut justru dapat menyebabkan masalah lambung seperti gastritis atau maag.

Gastritis merupakan peradangan dan iritasi pada mukosa lambung menyebabkan inflamasi. Secara umum gastritis disebabkan dengan adanya infeksi dari bakteri *helicobacter pylori* (Sari, 2017). Faktor lain yang dapat menyebabkan gastritis diantaranya konsumsi alkohol yang berlebihan, merokok, mengonsumsi makanan

pedas, penggunaan jangka panjang obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID), masalah psikologis, stres, cemas dan gangguan autoimun (Sitompul, 2021).

Gastritis itu sendiri dapat bersifat akut maupun kronik. Kondisi ini dapat muncul secara mendadak dan biasanya ditandai dengan nyeri perut, mual, muntah, perut terasa kembung, atau merasa penuh setelah makan hanya sedikit. Gastritis dapat menjadi masalah kronis apabila diabaikan. Hal ini dapat menyebabkan komplikasi seperti tukak lambung atau perdarahan lambung.

World Health Organization (WHO) melaporkan pada tahun 2019, ada 238.452.952 kasus infeksi gastritis di seluruh dunia, dengan tingkat prevalensi 274.396 kasus. Indonesia menempati urutan keempat di dunia dengan 274.396 kasus. Departemen Kesehatan RI tahun 2019 melaporkan bahwa jumlah kasus gastritis di Indonesia mencapai 40-50% dengan 30.154 atau 4,9% kasus rawat inap di rumah sakit. Menurut data kesehatan di Indonesia gastritis dianggap sebagai salah satu dari 10 penyakit yang paling umum terjadi pada pasien (Rimbawati, 2022).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sitompul & Wulandari, (2021) terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dan pola makan dengan kejadian gastritis hasil menunjukkan  $p \text{ value} < 0,05$ . Kedua hubungan memiliki keeratan yang rendah dengan rentang 0,209 – 0,327. Sedangkan pada penelitian (Manuntungi, 2023) tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis ( $p \text{ value } 0,0995 > 0,05$ ) dan pada penelitian Shofah (2022) tidak ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan  $p \text{ value } 0,134$ .

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan bersama Kasubbag Diklit RS Bhayangkara TK.I Puskokes Polri pada tanggal 20 Maret 2024 didapatkan sebanyak 7% setiap harinya pasien penderita gastritis berkunjung ke poli penyakit dalam. Menurut hasil wawancara dengan 10 pasien penderita gastritis, 7 diantaranya mengatakan asam lambungnya naik ketika telat makan, terlalu sering mengonsumsi makanan pedas,

merokok, serta gangguan psikologis berupa cemas. Sehingga ketika rasa cemas itu muncul kebanyakan dari mereka malas makan dan lebih sering merokok atau mengonsumsi makanan pedas agar mood mereka naik.

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan di atas, maka peneliti tertarik meneliti “Hubungan Kecemasan dan Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis Pada Pasien di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskor Polri”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Masalah kesehatan mental kini sudah menjadi masalah kesehatan yang belum terealisasi di tengah-tengah masyarakat, baik di tingkat dunia maupun nasional. Salah satu masalah kesehatan mental yang paling umum terjadi di masyarakat yaitu kecemasan. Kecemasan adalah perasaan ketidaknyamanan, ketegangan atau ketakutan yang dialami seseorang sebagai respons terhadap situasi atau peristiwa tertentu. Kecemasan muncul ketika seseorang tidak dapat menghadapi situasi stres yang dapat membahayakan perasaan dan kemampuan hidupnya.

Sebagian besar pasien yang mengalami kecemasan seringkali mengalami perubahan pada pola makannya. Hal ini dapat mengganggu pola makan yang teratur dan mendorong seseorang untuk memilih makanan tidak sehat yang dapat mengganggu kesehatannya. Misalnya, mengonsumsi alkohol berlebih, merokok, mengonsumsi makanan pedas. Cara tersebut justru dapat menyebabkan masalah lambung seperti gastritis. Berdasarkan rumusan masalah di atas dapat disimpulkan pertanyaan penelitian yaitu “Bagaimana Hubungan Kecemasan dan Pola Makan terhadap Kejadian Gastritis Pada Pasien di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskor Polri?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecemasan dan pola makan terhadap kejadian gastritis pada pasien di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Mengidentifikasi gambaran karakteristik meliputi usia dan jenis kelamin pada pasien gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

1.3.2.2 Mengidentifikasi gambaran kecemasan pasien gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

1.3.2.3 Mengidentifikasi gambaran pola makan pasien gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

1.3.2.4 Mengidentifikasi gambaran pasien gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

1.3.2.5 Menganalisis hubungan kecemasan terhadap kejadian gastritis pada pasien di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

1.3.2.6 Menganalisis hubungan pola makan terhadap kejadian gastritis pada pasien di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan meningkatkan wawasan serta pengalaman khususnya mengenai hubungan antara kecemasan dan pola makan terhadap kejadian gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

#### **1.4.2 Bagi Perawat**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dan juga intervensi yang positif dalam upaya meningkatkan pengetahuan terkait pola makan yang baik pada penderita gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskor Polri.

#### **1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan**

Hasil penelitian ini diharapkan diteliti lebih lanjut manfaat dan seberapa jauh efektivitasnya dijadikan sumber bacaan yang meningkatkan pengetahuan mengenai kecemasan dan pola makannyang baik terhadap kejadian gastritis di poli penyakit dalam Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskor Polri.

#### **1.4.4 Bagi Institusi Rumah Sakit Bhayangkara TK.I Puskor Polri**

Diharapkan penelitian ini dapat disosialisasikan sebagai referensi ilmiah untuk menambah pengetahuan petugas dalam meningkatkan kualitas pelayanan di Rumah Sakit.

#### **1.4.5 Bagi Pasien dan Keluarga**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan meningkatkan pengetahuan khususnya mengenai hubungan antara kecemasan dan pola makan terhadap kejadian gastritis agar penderita dapat mencegah timbulnya penyakit gastritis.