

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN PENCERNAAN PADA MAHASISWA KEPERAWATAN

Ellen Padaunan, Dessy Anggraine Lamboan

Profesi Ners, Fakultas Keperawatan Universitas Klabat, Airmadidi 95371, Indonesia

E-mail: ellen@unklab.ac.id

Abstract

Digestive disorders are a group of conditions that occur when the digestive system does not function properly. One of the factors that can influence the occurrence of digestive disorders is anxiety. The purpose of this study is to determine the relationship between anxiety levels and digestive disorders among Nursing students at Klabat University. The method used is cross-sectional, with Spearman's rho correlation statistical test. The sampling technique used was convenience sampling with a sample size of 143 people. The data collection process used a Google Form questionnaire. The research results show that 130 people (90.9%) experienced moderate anxiety and 90 people (62.9%) showed digestive disorders. The research results on the relationship between anxiety levels and digestive disorders in Nursing students at Klabat University obtained a p-value of $0.000 < 0.05$ with a correlation coefficient value of $r = 0.449$, which indicates the strength of the relationship between the two variables. The research findings show that there is a significant relationship between anxiety levels and digestive disorders. Recommendations for future researchers to further expand the theory on anxiety and digestive disorders by examining the factors that cause digestive disorders.

Keywords : Anxiety, Digestive Disorders, Students

Abstrak

Gangguan pencernaan merupakan sekumpulan kondisi yang terjadi ketika sistem pencernaan tidak berfungsi dengan baik. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya gangguan pencernaan adalah kecemasan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan pencernaan pada mahasiswa Keperawatan Universitas Klabat. Metode yang digunakan adalah *cross sectional*, dengan uji statistik korelasi Spearman's rho. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik convenience sampling dengan jumlah sampel sebanyak 143 orang. Proses pengumpulan data menggunakan kuesioner google form. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 130 orang (90,9%) mengalami kecemasan sedang dan gangguan pencernaan menunjukkan sebanyak 90 orang (62,9%) . Hasil penelitian tentang hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan pencernaan pada mahasiswa Keperawatan Universitas Klabat didapatkan nilai p value sebesar $0,000 < 0,05$ dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,449$ yang merupakan nilai penentu seberapa kuat hubungan kedua variabel tersebut dan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan gangguan pencernaan. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya agar lebih memperluas teori tentang kecemasan dan gangguan pencernaan dengan mengkaji faktor-faktor yang menyebabkan gangguan pencernaan.

Kata kunci : Gangguan Pencernaan, Kecemasan, Mahasiswa

Pendahuluan

Gangguan pencernaan merupakan salah satu masalah kesehatan yang ada di masyarakat (Nikmah, 2015). Gangguan pencernaan dapat disebabkan oleh karena kecemasan yang dapat mengakibatkan berbagai respon fisiologis, diantaranya gangguan pencernaan (Widiyanto & Khaironi, 2014). Gangguan pencernaan juga merupakan kondisi seseorang yang terjadi ketika sistem pencernaan pada tubuh manusia tidak berfungsi sebagaimana mestinya dan merupakan penyakit pada jalan makanan atau pencernaan (Wulansari & Apriyani, 2016).

Gejala gangguan pada pencernaan dapat dipicu salah satunya oleh faktor kecemasan atau stres. Gangguan pencernaan termasuk 10 besar penyakit mematikan di dunia dan pada tahun 2021, sekitar 1,5 juta individu kehilangan nyawa akibat penyakit yang berhubungan dengan sistem pencernaan, sementara di Indonesia, penyakit ini berkontribusi terhadap sekitar 30% jumlah kematian. (Nikmah, 2015).

Kecemasan merupakan keadaan ketidaknyamanan yang terjadi pada seseorang karena ancaman yang dirasakan dan merupakan perasaan yang tidak spesifik dan dapat terjadi kapan saja sesuai dengan tingkat kecemasan yang dirasakan (Widowati, 2017). Kecemasan dapat dilihat oleh beberapa orang sebagai keadaan kurang percaya diri (Hidayati et al., 2019). Kecemasan juga merupakan reaksi yang timbul dari suatu masalah atau yang disebut stress pada seseorang, dengan reaksi seperti gugup, keringat dingin, jantung berdebar, dan ingatan akan suatu pengalaman

yang pernah dialami seseorang, menimbulkan reaksi yang tidak diinginkan (Saputro et al., 2015). Kecemasan yang biasa disebut ketakutan juga merupakan kondisi mental yang tidak pasti dalam belum matang untuk memenuhi tuntutan berbagai kondisi (Jannah et al., 2020). Gangguan kecemasan dapat menimbulkan beragam reaksi fisiologis, termasuk masalah pencernaan, yang meningkatkan level asam lambung dan menyebabkan rasa tidak nyaman pada perut (Widiyanto, 2014).

Organisasi Kesehatan Dunia telah mengidentifikasi bahwa kecemasan merupakan gangguan psikologis yang paling umum di dunia. Saat ini, lebih dari 200 juta individu di seluruh dunia atau sekitar 3,6% dari total populasi mengalami masalah kecemasan. (Hartini & Yulianti, 2021). Menurut Departemen Kesehatan (2014), di Indonesia, tingkat kecemasan berdasarkan hasil Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menunjukkan bahwa 6% dari populasi yang berusia 15 tahun ke atas, atau sekitar 1 juta individu, mengalami ketakutan (Hidayati et al., 2019). Berdasarkan Riskesdas 2018, terdapat peningkatan jumlah kasus masalah kesehatan, termasuk gangguan mental, di Indonesia pada tahun yang sama, seperti yang dilaporkan dalam Survei Kesehatan Dasar. Prevalensi depresi dan stres yang menyebabkan kecemasan tercatat sebesar 6,6% di daerah Sulawesi Utara.

Kecemasan dapat menimbulkan efek psikologis yang dapat mempengaruhi pikiran seseorang, seperti gangguan konsentrasi, gangguan pencernaan dan kesulitan untuk tidur. Ini juga mempengaruhi kesehatan tubuh

dan aktivitas sehari-hari sehingga dapat menurunkan fungsi kesadaran, emosi dan motivasi dan itu juga berpengaruh munculnya penyakit fisik (Thoyibah et al., 2020).

Ketika mahasiswa mengalami kecemasan itu dapat mengganggu pikiran dan menyebabkan rasa cemas, khawatir dan gelisah, serta banyaknya mata kuliah dan tugas serta jam kuliah yang semakin mempersulit mahasiswa karena harus menghadapi dua mata pelajaran yaitu pelajaran teori dan pelajaran praktek (Hidayati & Nurwanah, 2019). Kecemasan yang berlebihan tanpa alasan yang jelas, merasa gelisah bahkan takut, berhubungan erat dengan peningkatan asam lambung dan bisa menyebabkan masalah pada sistem pencernaan (Antu, 2018).

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui seberapa baik suatu variabel berhubungan dengan variabel lainnya dengan menggunakan koefisiensi korelasi dan penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yang mempelajari dinamika korelasi antara data dan dikumpulkan sekali saja pada saat yang sama dan tidak kembali melakukan pengambilan data (Syukri et al., 2019).

Populasi merupakan objek yang memiliki karakteristik dan kualitas berbeda yang telah ditentukan oleh peneliti. Jadi sampel juga merupakan bagian dari populasi yang sedang diteliti oleh peneliti (Amin et al., 2023). Teknik sampling yang digunakan adalah *convenience sampling* yang merupakan teknik sample yang memilih responden termudah,

terdekat, atau yang tersedia dalam mengambil penelitian (Suryani, 2015). Sampel dalam penelitian ini sebanyak 143 responden yang sudah bersedia mengisi *informed consent*.

Penelitian menggunakan kuesioner Kecemasan yang di adopsi dari *Zung Self Anxiety Scale* dengan nilai alpha crombach 0,887 yang memiliki 20 soal, yang terdiri dari 5 soal positif dan 15 soal negatif. Skala Kecemasan yang dilaporkan sendiri oleh Zung merupakan kuesioner yang biasa digunakan untuk mengukur kecemasan, mencatat keberadaan kecemasan, dan menilai tingkat kecemasan. Semua pertanyaan ini dinilai dengan menggunakan skala Likert (Puspita, 2021). Setiap skoring pertanyaan yang dijawab oleh responden yang pertanyaanya bersifat *favourable* (mendukung) dan *unfavourable* (tidak mendukung) memiliki penilaian masing-masing yang berbeda yaitu skoring untuk jawaban pertanyaan *favourable* tidak pernah = (1), kadang-kadang = (2), sering mengalami = (3), mengalami setiap hari = (4). Sedangkan *unfavourable* tidak pernah = (4), kadangkadang = (3), sering mengalami = (2), mengalami setiap hari = (1). Skor untuk mengkategorikan kecemasan yaitu, kecemasan ringan = skor 20-44, kecemasan sedang = skor 45-59, kecemasan berat = skor 60-74, kecemasan berat sekali = skor 75-80.

Data gangguan pencernaan diambil dari kuesioner gejala gastritis yang telah di modifikasi oleh Yatmi (2017) nilai alpha crombach 0,729 dengan 10 pertanyaan yang dikategorikan berdasarkan skoring yaitu tidak pernah = (1), kadang-kadang = (2), sering mengalami = (3), mengalami setiap hari = (4).

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan SPSS. Dilakukan uji analisis univariat dan bivariat. Univariat menggunakan rumus frekuensi dan persentase. Uji analisis bivariat menggunakan rumus *Spearman's rho* untuk menguji hubungan antara dua variabel yang datanya berbentuk ordinal.

Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan perhitungan distribusi frekuensi dan persentase gambaran tingkat kecemasan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Tingkat Kecemasan

Variabel	Frekuensi	Persen (%)
Ringan	9	6,3
Sedang	130	90,9
Berat	4	2,8
Total	143	100

Pada tabel 1 ini dapat dilihat mayoritas mahasiswa tingkat satu Keperawatan Universitas Klabat memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 130 (90,9%) responden, kecemasan ringan sebanyak 9 (6,3%) responden, dan kecemasan berat sebanyak 4 (2,8%) responden. Berdasarkan hasil analisis data kuesioner *Zung Self Anxiety Scale* yang terkumpul, mahasiswa yang mengalami kecemasan sedang khususnya pada mahasiswa baru fakultas keperawatan menunjukkan gejala seperti gelisah, mudah marah dan panik, tangan dan kaki gemetar, jantung berdebar, gangguan pencernaan dan wajah terasa panas memerah. Sehingga didapati hasil analisa gambaran kecemasan mahasiswa dalam kuesioner ini yaitu tingkat kecemasan sedang. Kebanyakan mahasiswa memiliki kecemasan sedang oleh karena

mereka masih bisa tetap mengontrol kecemasan yang dialami dengan tetap fokus melakukan hal-hal yang penting dan mengabaikan hal-hal yang menurut mereka harus diabaikan dan masih bisa menerima instruksi dari orang lain atau berkomunikasi dengan orang lain.

Pada penelitian Dewi (2020) memiliki hasil dimana mayoritas mahasiswa memiliki kecemasan tingkat sedang 9 (47,3%). Kecemasan tingkat sedang memungkinkan seseorang untuk fokus hanya pada hal-hal yang dianggap penting dan mengabaikan hal-hal yang lain, tetapi dapat menerima instruksi dari orang lain dan gejala kecemasan ini, seperti peningkatan kelelahan, kegugupan dan ketakutan, gemetar pada bagian tangan dan kaki, merasa lemas, gangguan pencernaan dan wajah menjadi panas dan memerah (Adelina. 2021).

Tabel 2. Gambaran Gangguan Pencernaan

Variabel	Frekuensi	Persen (%)
Tidak pernah	24	16,8
Kadang-kadang	90	62,9
Sering	22	15,4
Hampir setiap hari	7	4,9
Total	143	100

Pada tabel 2 ini dapat dilihat mayoritas mahasiswa tingkat 1 Keperawatan Universitas Klabat kadang-kadang mengalami gangguan pencernaan sebanyak 90 (62,9%) responden, tidak pernah mengalami gangguan pencernaan sebanyak 24 (16,8%) responden, sebagian waktu mengalami gangguan pencernaan sebanyak 22 (15,4%) responden, dan hampir setiap waktu mengalami gangguan pencernaan sebanyak 7 (4,9%) responden.

Pada penelitian Akhfiah (2021) hasil mengenai gangguan pencernaan memiliki hasil gangguan pencernaan sedang sebesar 81.1% yaitu kebanyakan mahasiswa memiliki gangguan pencernaan sedang. Dimana gangguan pencernaan ini merupakan kondisi seseorang yang terjadi ketika sistem pencernaan pada tubuh manusia tidak berfungsi sebagaimana mestinya dan merupakan penyakit pada jalan makanan atau pencernaan (Wulansari & Apriyani, 2016). Gangguan pencernaan dapat dipengaruhi oleh faktor kecemasan karena dapat mengakibatkan berbagai respon fisiologis, diantaranya gangguan pada pencernaan yang membuat kadar asam lambung meningkat sehingga menimbulkan ketidaknyamanan pada saluran pencernaan seperti lambung dan pencernaan lainnya (Budiyaniti et al., 2021).

Setelah dilakukan uji statistik dengan uji spearman rho dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3. Tingkat Kecemasan dengan gangguan Pencernaan

Variabel	Gangguan Pencernaan	
	<i>r</i>	<i>p</i>
Tingkat Kecemasan	0,449	0,000

Pada tabel 3 ini mendapati *p-value* $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima. Nilai koefisien korelasi 0,449 yang berarti tingkat keeratan sedang kearah yang positif. Sehingga dapat diartikan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan gangguan pencernaan pada mahasiswa Keperawatan Universitas Klabat dan Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang di teliti oleh Widiyanto &

Khaironi (2014) dimana terdapat hubungan antara tingkat kecemasan terhadap gangguan pencernaan dengan *p-value* 0,001 yang artinya terdapat hubungan antara kedua variabel.

Kecemasan dapat dilihat dari seseorang yang khawatir serta dapat menimbulkan efek psikologis yang dapat mempengaruhi pikiran seseorang, seperti gangguan konsentrasi, gangguan pencernaan dan kesulitan untuk tidur. Ini juga mempengaruhi kesehatan tubuh dan aktivitas sehari-hari sehingga dapat menurunkan fungsi kesadaran, emosi dan motivasi dan itu juga berpengaruh munculnya penyakit fisik (Hidayati & Nurwanah, 2019). Gangguan pencernaan dapat dipengaruhi oleh faktor kecemasan karena dapat mengakibatkan berbagai respon fisiologis, diantaranya gangguan pada pencernaan yang membuat kadar asam lambung meningkat sehingga menimbulkan ketidaknyamanan pada saluran pencernaan seperti lambung dan pencernaan lainnya (Budiyaniti et al., 2021). Jonas (2006) mengatakan hal yang sama bahwa Kecemasan dapat menyebabkan rasa sakit di perut dengan mengaktifkan sistem motorik emosional yang terfokus pada sistem saraf pusat, yang selanjutnya dapat memengaruhi sistem neuroendokrin serta saraf otonom. Sistem neuroendokrin dan saraf otonom tersebut akan memberikan respons yang pada akhirnya mengarah pada peningkatan produksi asam lambung dan gangguan pada pergerakan lambung.

Tingkat kecemasan berpengaruh terhadap cara berfikir seseorang. Semakin tinggi kecemasan yang dirasakan maka semakin meningkat juga perasaan stress fisiologis yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan seperti

gangguan pencernaan yang disebabkan oleh karena stress dan beban pikiran (Lallo et al., 2013). Sementara itu, Azrai et al. (2016) mengatakan bahwa semakin berat tingkat kecemasan yang dialami itu akan menyebabkan seseorang kehilangan kendali atas semua yang dilakukan, sedangkan semakin ringan tingkat kecemasan pada seseorang, semakin dapat mengontrol akan apa yang sedang dihadapinya dan kecemasan di tingkat ringan juga masih memiliki semangat untuk bangun dari kecemasan tersebut.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai tingkat kecemasan dengan gangguan pencernaan pada mahasiswa Keperawatan Universitas Klabat dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan gangguan pencernaan pada mahasiswa keperawatan universitas klabat dengan hasil uji statistik nilai p-value 0.000 ($p = < 0.05$). Nilai koefisien korelasi di dapatkan hasil 0.449 menunjukkan bahwa kekuatan korelasi sedang. Rekomendasi dari peneliti pada mahasiswa agar dapat mengontrol kecemasan untuk mencegah gangguan pencernaan. Bagi peneliti selanjutnya untuk lebih memperdalam kecemasan dan gangguan pencernaan. Dan perlu mengkaji faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan dan gangguan pencernaan.

Referensi

Adelina, I. (2021). Pandemi seluruh. Memeluk Bumi, Menebarkan Kebaikan, 61.

Akhfiah, Wahdania (2021) *Hubungan tingkat stres dengan gangguan saluran cerna pada mahasiswa kedokteran angkatan 2019*. Skripsi thesis, Universitas Hasanuddin.

Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14(1), 17-20.

Antu, A. (2018). Hubungan Kecemasan Dengan Kejadian Gastritis di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bonebolango. Skripsi: Universitas Negeri Gorontalo

Azrai, E. P., Evriyani, D., & Prastya, A. R. (2016). Hubungan tingkat kecemasan siswa dalam menghadapi tes dengan tingkat motivasi belajar biologi pada siswa kelas x mia sma negeri 21 jakarta. *Biosfer Jurnal Pendidikan Biologi*, 9(1), 47-54. <https://doi.org/10.21009/biosferjpb.9-1.8>

Budiyantri, Y., Maidartati, M., & Ningrum, T. P. (2021). Hubungan kecemasan dengan kejadian gastritis pada remaja smk. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 115-120.

Depkes. (2014). Profil Kesehatan 2013. Jakarta

Dewi, E. (2020). Pengaruh kecemasan saat pembelajaran daring masa pandemi covid-19 terhadap prestasi belajar mahasiswa stikes william surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 18-23. doi: 10.47560/kep.v9i1.21

Hartini, H., & Yulianti, Y. (2021). Gambaran tingkat depresi remaja di sekolah menengah kejuruan tangerang selatan.

- Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada*, 5(2), 26-35.
- Hidayati, E., & Nurwanah, N. (2019). Tingkat kecemasan terhadap prestasi akademik pengurus ikatan mahasiswa muhammadiyah. *Indonesian Journal For Health Science*, 3(1), 13-19.
- Jannah, A. R., Jatimi, A., Azizah, M. J., Munir, Z., Rahman, H. F. (2020). Kecemasan pasien covid-19 a systematic review. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 33-37.
- Jones, M. P., 2006. The role of psychosocial factors in peptic ulcer disease: beyond *Helicobacter pylori* and NSAIDs. *Journal of psychosomatic research*, 60(4), pp. 407-412.
- Lallo, D. A., Kandou, L. F., & Munayang, H. (2013). Hubungan kecemasan dan hasil uas-1 mahasiswa baru fakultas kedokteran universitas sam ratulangi manado tahun ajaran 2012/2013. *E-Journal Universitas Sam Ratulangi*, 1(2), 1-10. <https://doi.org/10.35790/ecl.1.2.2013.3283>
- Nikmah, M. (2015). Hubungan tingkat stress dengan gejala gangguan pencernaan pada santriwati pondok pesantren sirojul mukhlisin 2 payaman magelang tahun 2015.
- Puspita, I. M. (2021). Gambaran kecemasan dan kepatuhan remaja putri terhadap kebiasaan baru pada masa pandemi covid-19 di surabaya. *Journal Of Midwifery Science*, 5(1), 52-61.
- Saputro, M., Ardiawan, Y., & Fitriawan, D. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi belajar (studi korelasi pada mahasiswa pendidikan matematika ikip pgri pontianak). *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 4(2). 233-246.
- Suryani, H. A. (2015). *Metode riset kuantitatif* (1st ed). Jakarta Prenadamedia Group.
- Syukri, I. I. F., Rizal, S. S., & Al Hamdani, M. D. (2019). Pengaruh kegiatan keagamaan terhadap kualitas pendidikan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, 7(1), 17-21.
- Thoyibah, Z., Purqoti, D. N. S., & Oktaviana, E. (2020). Gambaran tingkat kecemasan korban gempa lombok. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 4(3), 1-6.
- Widiyanto, J., & Khaironi, M. (2014). Hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 5(1), 29-32. <https://doi.org/10.37859/jp.v5i1.191>
- Widowati, S. (2017). Hubungan tingkat kecemasan dengan prestasi belajar pada mahasiswa program d3 keperawatan. *Research Report*, 2(1). 78-85.
- Wulansari, P., & Apriyani, H. (2016). Diagnosis keperawatan pada pasien dengan gangguan pencernaan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 12(1), 40-45.
- Yatmi, F. (2017). Pola Makan Mahasiswa Dengan Gastritis Yang Terlibat Dalam Kegiatan Organisasi Kemahasiswaan Di Universitas Islam Negeri Jakarta. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017.