BAB II

LANDASAN TEORI

1.1 Gastritis

1.1.1 Definisi Gastritis

Gastritis berasal dari istilah "gaster" yang artinya lambung serta "itis" yang berarti inflamasi. Secara umum gastritis dapat dikenal dengan sakit maag yang merupakan peradangan dinding lambung terutama pada selaput dinding lambung. Gastritis ialah inflamasi yang mengenai mukosa lambung. Inflamasi dapat menyebabkan pembengkakan mukosa lambung hingga terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting pada gangguan saluran pencernaan (Ulumiya, 2021).

Gastritis adalah gangguan kesehatan yang ditimbulkan oleh faktor iritasi dan infeksi pada mukosa serta submukosa lambung yang bisa bersifat akut, kronik difusi atau lokal. Gastritis atau yang umumnya disebut dengan penyakit maag artinya suatu penyakit peradangan pada dinding lambung terutama pada selaput lendir lambung. Gastritis dapat ditimbulkan oleh beberapa faktor, contohnya infeksi bakteri H. Pylory, kebiasaan makan yang tidak baik seperti makanan yang terlalu pedas, asam dan asin, minuman yang bersifat iritatif mirip seperti soda, konsumsi kopi dan alkohol, stres emosional, obat-obatan seperti NSAID dan bisa juga ditimbulkan oleh faktor imunitas (Tiranda & Astuti Cahya Ningrum, 2021).

1.1.2 Klasifikasi

Gastritis dapat dibagi menjadi dua bagian , yaitu :

A. Gastritis Kronis

Gastritis Kronis adalah penumpukan limfosit dan sel plasma di lamina propria mencirikan gastritis kronis, reaksi peradangan yang terus-menerus di mukosa lambung. Istilah "gastritis kronis aktif" menunjukkan kondisi peradangan berkelanjutan yang merusak sel epitel. Selain infiltrasi sel inflamasi kronis di lamina propria, biopsi akan mengungkapkan infiltrasi sel inflamasi akut di epitel lambung. Peradangan lambung kronis sering disebabkan oleh infeksi H. pylori (Miftahussurur et al., 2021).

B. Gastritis akut

Gastritis akut adalah peradangan mukosa akut yang disebabkan oleh gastritis akut bermanifestasi sebagai mual, muntah, dan berbagai tingkat ketidaknyamanan pada epigastrium. Meskipun gastritis akut seringkali asimtomatik, terkadang dapat menyebabkan anoreksia, muntah, hematemesis, dan melena. Pendarahan mukosa lambung, bisul, dan erosi mungkin terjadi pada kasus yang lebih parah. Secara histopatologis, penyakit ini dimulai dengan mempengaruhi lapisan permukaan organ sebelum berkembang menjadi lesi yang lebih dalam dan hilangnya struktur kelenjar. Neutrofil mendominasi di epitel superfisial (Miftahussurur et al., 2021).

1.1.3 Etiologi

Gastritis akut biasanya disebabkan oleh kebiasaan makan yang kurang tepat, baik frekuensinya maupun dengan interval yang tidak teratur, kecuali karena kandungan atau jenis makanannya yang mengiritasi lapisan lambung. Makanan yang terkontaminasi mikroorganisme juga bisa menyebabkan kondisi ini. Selain

itu, gastritis akut sering disebabkan oleh penggunaan analgesik seperti aspirin, termasuk obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID). Kebiasaan mengkonsumsi alkohol, kafein, refluks empedu dan terapi penyinaran juga dapat menyebabkan gastritis.

Gastritis kronis merupakan kelanjutan dari gastritis akut yang disebabkan oleh faktor-faktor di atas, termasuk peran bakteri Helicobacter Pylori yang bahkan sering menyebabkan tumor ganas atau kanker lambung. Faktor autoimun dan anemia juga berperan (Putri & Wijaya, 2013)

1.1.4 Manifestasi Klinis

Gejala perut atau ketidaknyamanan pada epigastrium yang terjadi secara tetap dan tidak berubah termasuk nyeri yang disertai mual, muntah, kurang nafsu makan atau anoreksia, malaise, pusing, dan kedinginan. Namun dalam situasi gastritis kronis, ketidaknyamanan ini biasanya tidak muncul dan justru lebih jelas sampai mengakibatkan penurunan berat badan, perdarahan, dan anemia pernisiosa mulai terjadi. Anemia pernisiosa ini berkembang akibat hilangnya faktor intrinsik lambung, yang menyebabkan penyerapan Vit B12 menjadi terganggu. Salah satu unsur penyusun DNA eritrosit yang mengandung Hb (Hemoglobin) adalah vitamin B12. Kurangnya eritrosit dapat mengakibatkan kekurangan hemoglobin yang dapat membuat korban mengalami anemia (Ningsih et al., 2022).

1.1.5 Patofisiologi

Gastritis atau peradang pada lapisan mukosa lambung bisa mengakibatkan terjadinya kerusakan atau iritasi pada lapisan mukosa lambung. Lapisan mukosa merupakan penghalang atau pertahanan yang melapisi lambung dari berbagai zat yang bisa mengiritasi. Mukosa lambung juga melindungi lambung

dari autodigesti oleh asam klorida (HCL) dan pepsin. Bila lapisan mukosa rusak atau luka makan bisa terjadinya proses difusi asam klorida menuju ke lapisan terdalam yang mestimulus sel saraf nyeri nosiseptor serta impuls nyeri dibawa menuju ke otak sehingga nyeri diterima. Asam klorida yang terdapat dilapisan mukosa ini juga akan mengubah pepsinogen menjadi pepsin yang pada akhirnya akan merangsang munculnya histamin. Histamin sendiri dapat meningkatkan permeabilitas kapiler, sebagai akibatnya terjadi perpindahan cairan dari intra sel ke ekstra sel yang akhirnya memunculkan sebuah oedem pada lambung. Histamin pula bisa mengakibatkan kerusakan kapiler yang sehingga menyebabkan terjadinya pendarahan di lambung. Lambung dapat melakukan autoregenerasi pada kerusakan lapisan mukosa sebagai akibatnya jaringan mukosa dapat kembali dengan utuh (Ningsih et al., 2022).

1.1.6 Komplikasi

Gastritis bisa mengakibatkan beberapa komplikasi penyakit. Penyakit yang timbul bisa menjadi komplikasi penyakit gastritis diantaranya anemia pernesiosa, gangguan penyerapan vitamin B 12, penyempitan daerah antrum pylorus dan gangguan penyerapan zat besi. jika di abaikan tidak terawat akan mengakibatkan terjadinya ulcus pepticus, perdarahan di lambung, dan bisa juga mengakibatkan kanker lambung terutama jika lambung sudah mulai menipis terdapat perubahan sel-sel pada dinding lambung. Gastritis ini dapat diatasi dan dicegah kekambuhanya dengan makan dalam porsi jumlah kecil sedikit tapi sering, minum air putih untuk menetralkan asam lambung yang tinggi, serta mengkonsumsi makan makanan yang tinggi serat seperti sayur dan buah untuk memperlancar saluran pencernaan (Estefany, 2019).

1.1.7 Pemeriksaan Penunjang

A. Pemeriksaan Darah

Tes ini dapat digunakan untuk memeriksa adanya antibodi Helicobacter pylori yang terdapat pada darah. Hasil tes yang positif bukan berarti menunjukkan bahwa pasien pernah kontak dengan bakteri pada suatu waktu dalam hidupnya, akan tetapi bisa saja tidak menunjukkan bahwa pasien tersebut terkena infeksi. Tidak hanya itu, tes darah bisa juga dilakukan untuk memeriksa anemia, yang terjadi pada gastritis akibat perdarahan pada lambung (Ulumiya, 2021).

B. Pemeriksaan Feses

Tes ini dapat memeriksa ada atau tidaknya Helicobacter pylori dalam feses. Hasil positif bisa menandakan adanya infeksi. Pemeriksaan juga bisa mendeteksi adanya darah dalam feses sehingga bisa menunjukkan adanya pendarahan pada lambung (Ulumiya, 2021).

C. Endoskopi Saluran Cerna Bagian Atas

Tes ini dapat melihat adanya ketidaknormalan di slauran cerna bagian atas yang mungkin tidak terdeteksi oleh sinar-X. Tes ini dilakukan dengan cara memasukkan selang kecil yang fleksibel (endoskop) melalui mulut dan masuk ke dalam esophagus, lambung dan bagian atas usus kecil (Ulumiya, 2021).

D. Rontgen Saluran Cerna Bagian Atas

Tes ini bisa melihat adanya gejala pada gastritis atau penyakit pencernaan lain. Sebelum dilakukan rontgen biasanya akan diminta menelan cairan barium terlebih. Cairan ini akan berfungsi sebagai pelapis saluran cerna dan akan terlihat lebih ketika akan di rontgen (Ulumiya, 2021).

1.1.8 Penatalaksanaan

Biasanya, lambung mampu memperbaiki sendiri mukosa yang rusak dalam 1-3 hari. Tindakan pengobatan untuk menunjang proses ini antara lain menghindari makanan yang mengiritasi seperti rokok, alkohol, kopi dan sejenisnya. Jika terjadi perdarahan, pasien harus berpuasa. Obat-obatan penetral asam lambung, seperti aluminium hidroksida atau antasida, diperlukan bila penyebab gastritis sangat mengganggu. Tindakan suportif seperti pemberian makan nasogastrik (NGT), analgesik sedatif, antasida, dan terapi intravena diperlukan ketika tanda-tanda kerusakan seperti dehidrasi, perdarahan hebat, dan syok terjadi. Pada maag kronis, mengubah pola hidup tidak sehat adalah hal yang paling penting. Berhenti dari alkohol, merokok dan minum kopi sangat penting, selain diet dan memenuhi kebutuhan istirahat Anda. Jika kontaminasi Helicobacter pylori terdeteksi, pemberantasan dapat dicapai dengan pemberian antibiotik (seperti tetrasiklin atau amoksisilin dalam kombinasi dengan klaritromisin) dan inhibitor pompa proton (seperti lansoprazole, garam bismut [Pepto-Bismol]) (Putri & Wijaya, 2013).

2.2 Stres

2.2.1 Definisi Stres

Stres adalah reaksi fisiologis dan psikologis yang terjadi saat seseorang merasakan adanya ketidakseimbangan antara desakan yang sedang dihadapi dengan kemampuannya bisa mengatasi desakan tersebut. Stres dapat dikatakan suatu tanda-tanda penyakit di masa sekarang yang erat kaitannya dengan perubahan dan kejadian yang sangat pesat yang memerlukan seseorang untuk mengikuti keadaan dengan perubahan ini sama-sama cepat. Berbagai keluhan itu

pun timbul karena adanya upaya, kesulitan, hambatan, dan kegagalan dalam mengikuti laju kemajuan serta perubahan (Issalillah & Aisyah, 2022).

Stres adalah tekanan internal atau eksternal yang terdapat di diri seseorang dan permasalahan lainnya didalam kehidupan. Dalam dunia kesehatan, stres dapat memberikan akibat yang sangat besar dalam pertumbuhan penyakit. Lalu dalam lingkungan akademik, stres merupakan kondisi yang paling tak jarang dirasakan oleh para pelajar. Stres bisa terjadi sebab banyaknya tugas, ujian, serta lainnya. Syarat stres berawal akibat rangsangan yang berasal dari dalam maupun luar tubuh kemudia diteruskan ke sistem limbik sebagai sentra pengatur adaptasi. Sistem limbik terdiri asal thalamus, hipothalamus, amigdala, hippocampus serta septum. Dampak terjadinya hipothalamus sangat besar di semua bagian visceral tubuh karena sebagian besar 2 bagian otak terhubung dengan hipothalamus (Muhardiani, 2020).

2.2.2 Tingkat Stres

Stres dapat digolongkan menjadi 3 bagian yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat. Dari semua golongan stres bisa menyebabkan hormon adrenalin, maka dari itu jantung memompa lebih cepat dari biasanya, hal tersebut mengakibatkan tekanan darah semakin tinggi (Sholikhah et al., 2021).

A. Stres Ringan

Stres Ringan merupakan stres yang biasa terjadi dan dihadapi oleh seseorang, stres ringan seperti tidur yang terlalu sering, kemacetan lalu lintas yang terlalu lama atau menerima kritikan yang berlebihan, serta umumnya berlangsung hanya beberapa menit atau jam. Stres ringan juga memiliki manfaat karena mendorong seseorang untuk berpikir serta berusaha menjadi lebih kuat saat

menghadapi persoalan hidup. Tidak ada gejala yang terkait dengan stresor rendah ini. Semangat mengalami peningkatan, visi yang kuat, cadangan energi yang berkurang, kapasitas penyelesaian pekerjaan dengan cepat, terjadi kelelahan tanpa sebab yang jelas dan masalah sistem pencernaan, otot serta kurangnya relaksasi adalah beberapa karakteristik stres ringan (Asmoro & Siregar, 2022).

B. Stres Sedang

Stres sedang ini mungkin akan bertahan selama beberapa jam atau hari. Situasi konflik yang tak kunjung selesai, buah hati yang sedang sakit atau tidak ada kehadiran anggota keluarga yang terus menerus adalah penyebab paling umum, perut terasa sangat tidak nyaman, mulas, otot menegang, insomnia, serta perasaan kecil di tubuh merupakan gejala keseluruhan (Asmoro & Siregar, 2022).

C. Stres Berat

Stres berat bisa terjadi dari beberapa minggu sampai berbulan-bulan. Penyebab umum stres berat seperti problem dalam rumah tangga dalam jangka panjang, masalah keuangan yang tak kunjung selesai, perpisahan dengan anggota keluarga, terdapat penyakit kronis, mengalami perubahan fisik, psikologis dan sosial di hari tua.

Tanda-tanda yang muncul yaitu kesusahan dalam beraktivitas, rusaknya hubungan sosial, masalah tidur, negativisme, perhatian menjadi menurun, cemas akan penyebab yang tidak diketahui, lelah meningkat, tidak mampu melakukan tugas-tugas sederhana, gangguan sistem meningkat dan peningkatan sensasi teror (Asmoro & Siregar, 2022).

2.2.3 Jenis-jenis Stres

Jenis-jenis stres ada empat, yaitu:

1. Eustress

   Stres positif yang biasa mengarah pada upaya berpikir kreatif. Jenis stres ini terjadi saat inspirasi diperlukan dan bisa memberi energi (Loe et al., 2022).

2. Distress

   Jenis stres negatif yang terjadi saat perubahan suatu hal yang berasal dari kehidupan sehari-hari menghasilkan pikiran tidak nyaman dan membuat kita lebih nyaman dalam kehidupan sehari-hari. Jenis stres ini juga bisa memengaruhi kesehatan fisik dan mental jika terus berlanjut (Loe et al., 2022).

3. Hyperstress

   Hyperstress ialah stres yang bersifat negatif, muncul saat seseorang mengalami keterpaksaan menjalankan lebih dari yang dibutuhkan dalam dirinya. Hyperstress juga bisa bersifat positif pada seseorang yang menyukai aktivitas dan pekerjaan yang tidak mudah dan menantang, tetapi sebaliknya jika terjadi pada seseorang yang tidak menyukainya bisa berdampak emosi dan fisik (Loe et al., 2022).

4. Hypostress

   Hypostress merupakan kebalikan dari hyperstress, suatu keadaan di mana seseorang mengalami kebosanan berulang karena aktivitas atau pekerjaan yang mudah serta kurang bermanfaat sebagai akibatnya dapat menyebabkan hilangnya inspirasi dan semangat untuk beraktivitas dan bekerja (Loe et al., 2022).

2.2.4 Faktor penyebab stres

Faktor-faktor penyebab stres pada bedakan menjadi empat bagian menurut (Puspitaningsih et al., 2015) :

1). Stresor lingkungan fisik.

Stresor lingkungan sering disebut sebagai stresor kerah biru (blue collor stressor), yaitu mempunyai sebab terkait pekerjaan yang bersifat kasar, cahaya, suhu, bunyi dan polusi.

2). Stessor Individual.

Penyebab stres pada individual lebih menekankan pada penyebab stres yang muncul dari dalam diri, mencakup permasalahan peran, melakukan dua peran, kerja secara berlebihan, dan adanya tanggung jawab. Stresor yang semakin tinggi saat seseorang mendapatkan suatu hal yang tidak sesuai dengan perannya.

3). Stressor Kelompok.

Pada stresor kelompok ini memiliki faktor-faktor yang meliputi terciptanya hubungan buruk dengan orang disekitar seperti teman, bawahan, atasan, dll.

4). Stressor Organisasional.

Pada organisasional ini mencakup salah satu duduk perkara mengenai identifikasi stresor mana yang paling penting dan berpengaruh. Stresor ini mencakup struktur ysng tidak sesuai.

2.2.5 Sumber Stres

Situasi stres dapat terjadi kapan saja selama hidup, tetapi sumber stres dapat bervariasi setiap saat seiring dengan perkembangan individu. Berikut adalah sumber-sumber stres antara lain :

1. Diri Individu

Sumber stres di diri individu adalah konflik yang muncul di diri individu yaitu berbagai keinginan dan kenyataan, dalam hal ini berbagai persoalan yang muncul tidak sesuai dengan diri sendiri dan tidak dapat diselesaikan, biasanya menjadi penyebab ketegangan dalam diri sendiri.

2. Keluarga

Sumber stres di keluarga adalah seperti ada perselisihan dalam keluarga, masalah ekonomi yang tak kunjung membaik, dan perbedaan aspirasi diantara anggota keluarga, hal ini lah yang membuat stres dalam keluarga itu muncul.

3. Lingkungan dan Masyarakat

Sumber stres di lingkungan dan masyarakat adalah sumber stres yang dapat muncul dari lingkungan atau masyarakat sekitar pada umumnya, seperti tempat kerja, lingkungan rumah dan yang sering disebut sebagai stres pekerja karena lingkungan fisik serta kurangnya koneksi sosial dan pengakuan dalam masyarakat sehingga tidak ada perkembangan (Yuli, 2016).

2.2.6 Gejala Stres

1. Gejala Stres Fisik

Gejala stres fisik yaitu berupa sakit kepala, pusing, pening, tidur tidak teratur, susah tidur, bangun lebih cepat, sakit pada bagian punggung terutama dibagian bawah, urat menegang terutama di leher serta bahu, tekanan darah tinggi atau jantung tidak berfungsi, perubahan selera makan menjadi tidak teratur, mudah mengalami kelelahan atau kehilangan energi, dan terlalu sering melakukan kekeliruan atau kesalahan kerja dan hidup (Kaunang et al., 2019).

2. Gejala Stres Psikologis

Stres psikologis ialah stres yang dapat timbul karena gangguan situasi psikologis atau ketidakmampuan untuk beradaptasi seperti hubungan interpersonal, sosial budaya atau faktor keagamaan. Individu sering menggunakan keadaan emosionalnya untuk mengevaluasi stres. Proses evaluasi kognitif sangat bisa mempengaruhi stres serta pengalaman emosional. Reaksi emosional terhadap stres yaitu rasa takut, fobia, kecemasan, depresi, perasaan sedih dan rasa marah. Dampak negatif stres seperti pusing, sedih, tekanan darah tinggi, konsentrasi menjadi sulit, gangguan tidur, muncul perasaan sensitif, depresi, dan lainnya. Pada kondisi tertentu, stres bisa mengakibatkan berbagai keluhan lainnya (Kaunang et al., 2019).

3. Gejala Stres Intelektual

Gejala stres yang berhubungan dengan pola pikir seseong ialah seperti selalu berpikiran negatif, prasangka yang tidak baik, curiga, melebarnya asumsi, tidak ada kepercayaan, logika tidak berjalan dengan baik dan sebagainya (Kaunang et al., 2019).

4. Gejala Stres Interpersonal

Gejala stres yang berhubungan dengan korelasi sosial yaitu seperti sering menyendiri, ego terlalu besar, selalu menjaga jarak dengan orang lain (Kaunang et al., 2019).

2.3 Hubungan Stres dengan Kejadian Gastritis

Stres merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis, karena hormon stres dalam tubuh mengalami perubahan yang meningkatkan asam lambung atau HCL berlebih (Monika et al., 2021). Gangguan sistem pencernaan sering terjadi pada individu yang mengalami stres, misalnya seperti perut terasa kembung, sakit dan

mual. Kerja hormon dapat terpengaruhi karena stres yang terjadi pada sistem saraf pusat. Seperti yang dijelaskan pada penelitian Ausrianti & Nurleni, 2019 bahwa ada dua hormon yang jika dilepaskan secara internal cukup berbahaya saat kita sedang mengalami stres. Hipotalamus melepaskan hormon kortisol dan adrenalin dalam jumlah yang berlebih, sehingga stres mempengaruhi sistem saraf pusat dan dapat mengaktifkan sistem saraf simpatik. Ini menyebabkan peningkatan asam lambung yang memperburuk gastritis (Ausrianti, 2019). Selain itu, beban kerja yang sangat berat dan tekanan hidup yang tinggi akibat perubahan hormonal tersebut, terkadang kecil dan terkadang besar, serta jenis makanan penyebab gastritis juga dapat menyebabkan stres dan memicu terjadinya gastritis (Monika et al., 2021).

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG