

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stress bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Dengan kata lain, stres pasti terjadi pada siapapun dan dimanapun. Yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang. Dampaknya adalah stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. Lin dan Huang (2014) menyatakan bahwa stres yang jumlahnya begitu banyak bisa membahayakan kepada setiap orang, termasuk siswa. (Gaol, N., 2016)

Dalam arti umum stres merupakan pola reaksi serta adaptasi umum, dalam arti pola reaksi menghadapi stressor, yang dapat berasal dari dalam maupun luar individu yang bersangkutan, dapat nyata maupun tidak nyata sifatnya. Stres sendiri dapat berbentuk bermacam-macam tergantung dan ciri-ciri individu yang bersangkutan, kemampuan untuk menghadapi (*coping skills*) dan sifat stressor yang dihadapinya (Cameron dan Meichenbaum). Islam mengenalkan stress di dalam kehidupan ini sebagai cobaan. Allah SWT berfirman di dalam Al Qur'an surat Al Baqarah (2) ayat 155 yang artinya "dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar". (Yuwono, S., 2010)

Dispepsia merupakan istilah yang digunakan untuk suatu sindrom atau kumpulan gejala/keluhan yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di ulu hati, kembung, mual, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, perut rasa penuh/begah.

Keluhan tersebut dapat secara bergantian dirasakan pasien atau bervariasi baik dari segi jenis keluhan maupun kualitasnya (Putri, CP. Et al., 2016).

Keluhan dispepsia dapat disebabkan karena berbagai penyakit, salah satunya penyakit pada saluran cerna yaitu gastritis (Sudoyo, 2009). Gejala awal pada gastritis yang memicu sindrom dispepsia berkaitan dengan ketidakteraturan pola makan dan jeda antara jadwal makan yang lama. Ketidakteraturan pola makan sangat dipengaruhi oleh aktivitas dan kegiatan yang padat, keinginan untuk mempunyai bentuk tubuh ideal, dan melemahnya pengawasan dalam mengatur pola makan (Dwigint, 2015).

Depkes RI (2006) mengatakan bahwa dyspepsia di Indonesia menempati urutan ke-15 dari 50 penyakit yang menyertai pasien rawat inap terbanyak (Susanti, A., Briawan, D., Urip., V 2011). Djojoningrat (2007) mengatakan proses yang potensial berhubungan dengan dispepsia fungsional adalah sekresi asam lambung, *helicobacter pylori* (Hp), dismotilitas gastrointestinal, ambang rangsang persepsi, disfungsi autonomi, aktivitas mioelektrik lambung, hormonal, diet dan factor lingkungan, dan psikologis (stress). Penelitian Susanti, A., Briawan, D., Urip., V (2011) menyebutkan bahwa di Indonesia sindrom dispepsia juga dapat terjadi pada mahasiswa. Pada penelitiannya terhadap 120 mahasiswa IPB, menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat menyebabkan munculnya sindrom dyspepsia adalah status gizi, kebiasaan makan, konsumsi obat-obatan, hereditas, kebiasaan merokok, dan tingkat stres. Rasulullah SAW juga menegaskan larangan sikap berlebih-lebihan (Chaidir. Reny, Maulina. H. 2015). Rasulullah SAW bersabda:

مَا مَلَأَ أَدَمِيٌّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ، حَسْبُ الْأَدَمِيِّ، لَقِيْمَاتٌ يَقْمَنُ صُلْبَهُ، فَإِنْ غَلَبَتِ الْأَدَمِيَّ نَفْسُهُ، فَتَلَّتْ لِلطَّعَامِ، وَتَلَّتْ لِلشَّرَابِ، وَتَلَّتْ لِلنَّفْسِ

Artinya:

“Tidaklah seorang manusia memenuhi satu wadah yang lebih berbahaya dibandingkan perutnya sendiri. Sebenarnya seorang manusia itu cukup dengan beberapa suap makanan yang bisa menegakkan tulang punggungnya. Namun jika tidak ada pilihan lain, maka hendaknya sepertiga perut itu untuk makanan,

sepertiga yang lain untuk minuman dan sepertiga terakhir untuk nafas.” (HR Ibnu Majah no.3349, dinilai shahih oleh Al-Albani)

Menurut Chang (2006), sindrom dispepsia dapat di diagnosis dengan menggunakan kriteria diagnosis Rome III. Berdasarkan kriteria diagnosis Rome III, sindroma dispepsia di diagnosis dengan gejala rasa penuh yang mengganggu, cepat kenyang, rasa tidak enak atau nyeri epigastrium, dan rasa terbakar pada epigastrium. Pada kriteria tersebut juga dinyatakan bahwa dispepsia ditandai dengan adanya satu atau lebih dari gejala dispepsia yang diperkirakan berasal dari daerah gastroduodenal.

Dari hasil penelitian Reiny chaidir dan Herfa 2015 kepada mahasiswi akhir semester akhir prodi S1 keperawatan di STIKes YARSI Sumatra Barat Bukittinggi, menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional. Hasil penelitian Bentarisukma Damaiswari Rahmaika 2014, dengan judul “Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Dispepsia Di Puskesmas Purwodiningratan Jebres Surakarta” mendapatkan hasil stress pada pasien dispepsia lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak dispepsia. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian tahun 2011 yang menerangkan stress yang tinggi berpengaruh terhadap dispepsia.

Skala Pengukuran Dass (Depression Anxiety Stress Scale) yang di pelopori oleh lovibond (1995) merupakan alat uji instrumen yang telah baku dan tidak perlu di uji validitasnya lagi. DASS terdiri dari 42 item pertanyaan yang menggambarkan tingkat stress dan kecemasan. (lovibond,1995:2). DASS dibangun tidak hanya sebagai satu set timbangan untuk mengukur keadaan emosional konvensional didefinisikan, tetapi untuk memajukan proses mendefinisikan, memahami, dan mengukur keadaan emosional di mana-mana dan klinis signifikan biasanya digambarkan sebagai depresi, kecemasan dan stres.

Agama Islam memaknai stres sebagai cobaan dari Allah SWT yang mampu menyebabkan munculnya penyakit hati. Surat Al Baqarah ayat 10 menyatakan

kondisi stres dan gangguan psikologis yang mengikuti manusia sebagai penyakit hati. Firman Allah SWT:

فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا
يَكْذِبُونَ

Artinya :

“Dalam hati mereka ada penyakit, lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.” (QS. Al-Baqarah (2): 10)

Ibnu sina mengatakan bahwa stress yang dialami seseorang akan berdampak pada fisik dan psikologis. Dampak yang disebabkan stres terhadap kesejahteraan psikologis manusia akan menimbulkan berbagai macam penyakit. Hal ini telah dibuktikan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Selye mengenai stres dapat menyebabkan kerusakan atau gangguan fungsi fisiologis. Dari perspektif Islam, stres merupakan masalah jiwa yang perlu ditangani. Islam mempunyai kaidah tersendiri berbanding dengan apa yang telah digariskan oleh manusia dalam konteks pengurusan stres. Antara kaedah-kaedah pengurusan stres yang digariskan oleh Al-Qur'an dan Hadits ialah melalui tadabbur Al-Qur'an, tafakkur, bersedekah dan berdzikir. Dalam Hadits Rasulullah s.a.w. turut menjelaskan kelebihan tadabbur Al-Qur'an : “Dari Abdullah bin Mas'ud radhiyallahu 'anhu berkata; Rasulullah s.a.w. bersabda; “Barangsiapa membaca satu huruf dari Al-Qur'an maka baginya pahala satu kebaikan, dan setiap satu kebaikan itu dibalas (minima) dengan sepuluh kebaikan. Aku tidak mengatakan alim lam miim itu satu huruf, namun alif adalah satu huruf, lam adalah satu huruf dan miim adalah satu huruf.” (HR. Tirmidzi no. 2910, hadits hasan shahih) (Yunus, A., 2016).

1.2 Perumusan Masalah

Pada kajian yang telah diuraikan pada latar belakang, didapatkan bahwa stress merupakan masalah umum yang dapat terjadi pada semua umur. Stres dapat menyerang anak-anak, remaja, maupun dewasa dan dapat membahayakan jika jumlahnya banyak. Selain itu didapatkan bahwa stress juga merupakan salah satu penyebab dari sindrom dyspepsia.

Untuk itu, peneliti merasa tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut. Peneliti tertarik untuk mengkaji pengaruh stres terhadap sindrom dyspepsia dalam penulisan judul “Pengaruh Tingkat Stres terhadap Sindrom Dispepsia pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2018 Ditinjau dari Pandangan Islam”.

1.3 Pertanyaan Masalah

1. Adakah pengaruh tingkat stres terhadap sindrom dyspepsia pada Mahasiswi Kedokteran angkatan 2018 Universitas YARSI?
2. Adakah pengaruh tingkat stres terhadap sindrom dyspepsia ditinjau dari pandangan Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap sindrom dyspepsia pada Mahasiswi Kedokteran Angkatan 2018 Universitas YARSI ditinjau dari pandangan Islam.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui adanya pengaruh tingkat stres terhadap sindrom dyspepsia pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Angkatan 2018 Universitas YARSI
2. Untuk mengetahui adanya pengaruh tingkat stres terhadap sindrom dyspepsia ditinjau dari pandangan Islam

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui pengaruh tingkat stres terhadap sindrom dispepsia pada Mahasiswi Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

2. Manfaat bagi Institusi

Sebagai edukasi dan referensi tentang pengaturan tingkat stres dan pencegahan sindrom dispepsia oleh tingkat stres sebagai salah satu faktor penyebab.