

HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TINGKAT NYERI EPIGASTRIUM PADA MAHASISWA YANG MENGALAMI GASTRITIS

Mey Vani Wahyu Ningrum¹, Resa Nirmala Jona², Kristianto Dwi Nugroho³

¹SMC RS Telogorejo

²D3 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

³S1 Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

Corresponding Author: resa@stikestelogorejo.ac.id

ABSTRAK

Penyakit gastritis merupakan peradangan pada mukosa lambung yang bersifat akut dan kronik. Penyakit gastritis sering terjadi pada kalangan usia remaja. Mahasiswa sering menghabiskan aktivitasnya dengan kegiatan perkuliahan yang padat, beban tugas yang cukup banyak dan tidak pernah memikirkan akan kesehatannya sehingga membuat mereka rentan terhadap penyakit gastritis. Indikasi yang terjadi pada penyakit gastritis yaitu rasa nyeri di daerah epigastrium, salah satu cara menangani nyeri menggunakan *self management*. *Self management* mampu membantu seseorang dalam mengembangkan kemampuan dan mengelola diri mereka sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis. Rancangan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel 70 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi *spearman rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis di dapatkan nilai *p value* sebesar 0.553 (>0.05) dengan koefisiensi nilai korelasi -0.072. Sehingga dari hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis. Beberapa faktor *self management* terhadap gastritis merupakan faktor-faktor yang meliputi usia, jenis kelamin, pengetahuan mahasiswa berbagai faktor intrinsik dan ekstrinsik sehingga *self management* pada mahasiswa STIKES Telogorejo Semarang diketahui oleh peneliti dengan kategori *self management* tidak baik dan tingkat nyeri epigastrium mayoritas mahasiswa mengalami nyeri ringan dan nyeri sedang. Diharapkan mahasiswa memperhatikan dan meningkatkan pengetahuan *self management*nya dengan baik agar dapat menekan timbulnya kekambuhan gastritis.

Kata Kunci : Gastritis, Nyeri Epigastrium, *Self Management*

ABSTRACT

Background: Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa that is acute and chronic. Gastritis disease often occurs in adolescents. Students often spend their activities with dense lecture activities, quite a lot of assignments and never think about their health, which makes them vulnerable to gastritis. Indications that occur in gastritis, namely pain in the epigastric area, one way to deal with pain is using self - management. Self-management is able to help someone in developing abilities and managing themselves. Purpose: This study aims to determine the relationship between self-management and the level of epigastric pain in students who have gastritis. Method: The design of this study used a quantitative method with a total sample of 70 respondents with a sampling technique using total sampling. The statistical test used is the Spearman rank correlation test. Research Results: The results of this study showed that the relationship between self-management and the level of epigastric pain in students who experienced gastritis obtained a *p value* of 0.553 (> 0.05) with a correlation coefficient of -0.072. So from the results of this study it was concluded that there was no significant relationship between self-management and the level of epigastric pain in students who experienced gastritis.



Several self-management factors for gastritis are factors that include age, gender, student knowledge of various intrinsic and extrinsic factors so that self-management of Telogorejo STIKES Semarang students is known by researchers to be in the category of poor self-management and the level of epigastric pain the majority of students experience mild pain and moderate pain. Suggestion: It is hoped that students will pay attention to and improve their self- management knowledge properly so that they can suppress the recurrence of gastritis.

Keywords : Gastritis, Epigastric Pain, Self Management

PENDAHULUAN

Di dalam kehidupan sehari-hari, menjaga kesehatan sudah menjadi prioritas. Penyakit gastritis adalah fenomena yang sangat penting dan sering diremehkan oleh masyarakat terutama kalangan remaja. Rata-rata remaja terutama pada mahasiswa sering sekali menghabiskan aktivitasnya dengan kegiatan perkuliahan, seseorang dengan aktivitas perkuliahan yang cukup padat mengakibatkan pola makan menjadi tidak teratur. Selain aktivitas perkuliahan, terdapat pula faktor kebiasaan mahasiswa yang memiliki beban tugas yang cukup banyak membuat mereka menjadi stres, sering mengonsumsi jenis makanan pedas, merokok, minum-minuman beralkohol dan mereka tidak pernah memikirkan akan kesehatannya, sehingga membuat mereka rentan terhadap penyakit gastritis (Sumbara et al., 2020).

Gastritis merupakan peradangan atau menyebar pada mukosa lambung yang bersifat akut dan kronik. Beberapa masyarakat mengetahui tentang penyakit gastritis dengan sebutan penyakit (maag) yang tidak begitu menjadi masalah besar bagi mereka, pada umumnya gastritis terjadi pada semua kalangan usia mulai dari anak, remaja, dewasa, hingga sampai tua (Sepdianto, Abiddin & Kurnia, 2022). Gastritis dianggap sebahai suatu hal yang remeh namun gastritis merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat merugikan seseorang. Penyakit gastritis apabila dibiarkan terus menerus tanpa ada upaya pencegahan akan meningkatkan

resiko kanker lambung hingga mengakibatkan terjadinya kematian (Bayti, Priani & Jayanthi, 2021).

Persentase kejadian gastritis menurut (WHO), pada tahun 2019 yang dialami oleh beberapa penduduk setiap tahunnya berkisar antara 1,8 dan 2,1 juta kasus baru gastritis di seluruh dunia (Nirmalarumsari & Tandipasang, 2020). Selain itu, persentase kejadian gastritis juga ditemukan di berbagai negara, antara lain Jepang sebesar 120.145 jumlah penduduk yang menderita gastritis, dan negara Prancis sebesar 110.295 dari beberapa penduduk yang menderita penyakit gastritis. Di Asia Tenggara, jumlah penduduk yang menderita gastritis adalah 583.635 dari total jumlah penderita gastritis pada tahun sebelumnya (Rizky dkk., 2019). Menurut WHO, tahun 2019, prevalensi gastritis di Indonesia sebesar 274.396 kasus setiap 238.452.952 orang di beberapa provinsi di Indonesia yang menderita penyakit gastritis.

Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019, kasus gastritis termasuk penyakit terbanyak di Indonesia dengan jumlah kasus sekitar 30.154, paling banyak terjadi pada pasien rawat inap di RS atau Puskesmas. Prevalensi gastritis di Jawa Tengah cukup tinggi sebesar 10.796 penduduk yang menderita penyakit gastritis, sedangkan berdasarkan profil kesehatan Kota Semarang tahun 2020 penduduk yang terkena penyakit gastritis sejumlah 85.631 pada tahun 2021



didapatkan kenaikan jumlah penduduk yang terkena penyakit gastritis di puskesmas menjadi 113,987 (Dinkes Kota Semarang, 2021). Berdasarkan studi pendahuluan dari semua mahasiswa prodi STIKES Telogorejo Semarang Tahun Akademik 2021/2022 semester IV total 254 mahasiswa, dari hasil data mahasiswa melalui *google form* dan wawancara, didapatkan sebagian besar responden yang masih mengalami kekambuhan gastritis 1 tahun terakhir yaitu 70 mahasiswa dan mayoritas mahasiswa mengetahui mengenai gastritis sebanyak 97,1% mahasiswa.

Beberapa mahasiswa pengidap gastritis hadapi indikasi kekambuhan, salah satu aspek yang bisa menimbulkan indikasi kekambuhan gastritis merupakan tekanan pikiran stres dan makan tidak teratur. Luka pada dinding lambung kerap menyebabkan kenaikan pengeluaran asam lambung serta mempengaruhi motilitas lambung apabila dibiarkan lebih lanjut bisa menimbulkan tukak lambung, pendarahan hebat, kanker, serta peptic ulcer. Indikasi yang terjadi pada penyakit gastritis yaitu rasa nyeri pada perut, sakit kepala, serta mual dan muntah (Ardiani, 2019). Nyeri adalah gejala utama tukak lambung pada pasien. Dampak nyeri yang biasa terjadi adalah nyeri epigastrium atau nyeri ulu hati. Nyeri adalah keadaan sensorik dan emosional yang disebabkan oleh putusanya koneksi yang ada dan potensial. Secara umum, gejala dan kejadian yang sering terjadi pada seseorang yang menderita nyeri dapat ditelusuri kembali ke orang itu sendiri, seperti vokalisasi (seperti menangis dan merintih) atau ekspresi wajah (seperti menggigit bibir dan pergerakan tubuh) atau interaksi sosial (menghindari percakapan, disorientasi waktu) (Utami & Kartika, 2018).

Faktor nyeri dirasakan tergantung dari waktu kejadiannya, gangguan lambung yang dikenal dengan gastritis, juga menyebabkan gejala paling umum berupa rasa nyeri yang mengganggu di sudut kanan bawah dapat terjadi secara tiba-tiba atau bertahap. Kondisi ini lebih sering dikaitkan dengan gastritis akut atau dapat terjadi dalam jangka waktu yang lama dan dikenal sebagai gastritis kronis. Sebagian besar kondisi lambung pada penderita gastritis tidak berlangsung lama, namun nyeri pada bagian lambung akibat iritasi pada mukosa menyebabkan sering mengalami nyeri, dan yang dirasakan oleh penderita adalah nyeri hebat pada daerah epigastrium area ulu hati (Nuari & Widayati, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sastria, 2019) intensitas nyeri pada pasien gastritis, hasil pengumpulan data dilakukan dengan metode alat ukur yang menggunakan skala intensitas responden yaitu instrumen lembar yang disebut *Numeric Rating Scale* (NRS). Menurut temuan penelitian, dari 45 responden, mayoritas (nyeri terbanyak) terdiri dari mereka yang mendapat nilai 8 atau lebih (nyeri berat), dengan 33 di antaranya, dan mayoritas (nyeri terendah), dengan 12 (nyeri terendah) dari mereka. Hal ini didukung oleh data observasi yang dilakukan oleh responden yang mengatakan bahwa nyeri yang dirasakan saat ini disertai dengan gejala nyeri di daerah perut, ekspresi responden yang mengeluh dan gelisah, dan responden dapat berkomunikasi dan menunjukkan dengan pasti lokasi nyeri.

Seseorang yang mengalami tingkat nyeri epigastrium yang cukup berat salah satu cara menangani nyeri dengan menggunakan *self management*. *Self management* diperlukan selama pengobatan penyakit apapun, terutama



untuk penyakit yang bersifat kronis dalam mengelola gejala dan mencegah komplikasi. *Self management* adalah untuk membantu seseorang dalam mengembangkan kemampuan mereka dan memahami diri mereka sendiri secara jujur dan bijaksana, sesuai dengan prosedur yang telah ditetapkan.

Faktor yang mempengaruhi kesejahteraan seseorang meliputi faktor sosial dan intelektual, serta faktor yang mendorong terjadinya bahaya. Faktor-faktor ini dianggap penting untuk pengelolaan diri seseorang karena mereka dapat membantu situasi seseorang menjadi lebih baik daripada sebelumnya. Bahwa dari faktor (intrinsik) berupa motivasi atau dorongan untuk berperilaku seseorang atau faktor (ekstrinsik) yaitu dukungan sosial seperti

METODOLOGI PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Metode ini merupakan salah satu penelitian yang dilakukan untuk medeskripsikan atau menggambarkan satu fenomena yang terjadi di STIKES Telogorejo Semarang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Teknik *total sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Karena jumlah populasi kurang dari 100 maka besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 70 mahasiswa.. Penelitian ini dilakukan di STIKES Telogorejo Semarang yang dilakukan pada tanggal 29 bulan April sampai tanggal 30 Mei 2023.

orang tua, teman, dan masyarakat (Oktavina, Kadrianti & Alam, 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ceni dkk, (2022) manajemen diri terhadap penyakit gastritis, diketahui bahwa 47 responden dengan manajemen diri baik 19 responden terdapat 7 yang mengalami gejala gastritis dan 12 yang tidak mengalami gejala gastritis, sedangkan manajemen diri tidak baik 28 di peroleh 23 yang mengalami gejala gastritis dan 17 yang tidak ada gejala gastritis. Penelitian ini menunjukkan ada hubungan manajemen diri dengan keluhan gejala gastritis. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “hubungan *self management* terhadap nyeri epigastrium padamahasiswa yang mengalami gastritis”.

Pengambilan data menggunakan lembar kuesioner *self management*. Analisis Univariat dalam penelitian ini antara lain : usia, jenis kelamin, program studi, *self manangement*, tingkat nyeri epigastrium, merupakan data kategorik, sehingga disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan peresentase. Variabel *self management* dan tingkat nyeri epigastrium merupakan data kategorik, sehingga disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis di uji dengan *spearman rank*. Uji statistik yang digunakan *spearman rank* karena peneliti ini ingin menguji hubungan antara 2 variabel dengan tingkat signifikan yang digunakan adalah (0,05) dikatakan adahubungan antar variabel apabila $p\text{ value} < 0,05$.



HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Program Studi Pada Mahasiswa Semester IV STIKES Telogorejo Semarang
Bulan April – Mei 2023

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	13,9%
Perempuan	60	83,3%
Total	70	100
Usia		
Usia remaja awal 17 – 19 tahun	68	94,4%
Usia remaja tengah 20 – 22 tahun	2	2,8%
Usia remaja akhir 23 – 25 tahun	0	0%
Total	70	100
Prodi		
Prodi S1 Keperawatan	18	25,0%
Prodi D3 Keperawatan	17	23,6%
Prodi S1 Kebidanan	14	19,4%
Prodi S1 Farmasi	13	18,1%
Prodi S1 Fisioterapi	8	11,1%
Total	70	100

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan sebanyak 60 responden (83,3%). Penelitian ini juga sejalan dengan Nian & Dhina (2021) menunjukkan bahwa dari segi jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Jenis kelamin menentukan pula besar kecilnya gizi seseorang. Laki-laki lebih banyak membutuhkan zat tenaga dan protein daripada perempuan, individu perempuan lebih sering mengalami kesulitan untuk mendapatkan vitamin dan mineral yang cukup dalam makanan sesuai dengan jumlah kalori yang dibutuhkan. Hal ini menyatakan bahwa kejadian gastritis lebih banyak dialami oleh kelompok perempuan, karena perempuan sering melakukan pola diet yang masih keliru dengan berorientasi

pada kuantitas namun tidak memperlihatkan kualitas makanan yang nutrisinya sangat dibutuhkan oleh tubuh. Perempuan juga sering melibatkan perasaan daripada logika, sehingga seringkali merasa stres dan juga lebih emosional bila dibandingkan dengan laki-laki.

Karakteristik usia mayoritas mahasiswa berusia remaja awal sebanyak 68 responden (94,4%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hasmarlin & Hirmaningsih (2019) pada perkembangan emosi, tahap remaja emosinya masih labil sehingga seringkali berdampak pada stres psikologis yang dalam kaitannya dengan penyakit gastritis. Penelitian oleh Hanifah (2019) berdasarkan karakteristik usia rata-rata usia responden yaitu usia remaja. Usia tersebut juga rentan





mengalami terjadinya penyakit tak terkecuali yaitu gastritis. Karena pada usia tersebut mahasiswa dituntut mandiri dan juga karena kesibukan pada perkuliahan mahasiswa akan lebih cenderung tidak memperhatikan pola makan, jenis makanan, dan jadwal makan, sehingga dapat menimbulkan adanya kekambuhan gastritis.

Dan karakteristik program studi menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa prodi S1 Keperawatan sebanyak 18 responden (25,0%). Berdasarkan penelitian Hanifah (2019) beberapa alasan mahasiswa program studi kesehatan banyak mengalami stres dalam management waktu, pendapat

beberapa mahasiswa prodi kebidanan dan prodi farmasi mengatakan bahwa sedikit sukar untuk membagi waktu dimana para mahasiswa tersebut selain mendapatkan tugas juga diwajibkan untuk mengikuti praktikum lapangan yang bertarget. Dengan demikian, banyaknya mahasiswa prodi kesehatan cenderung tinggi dalam mengalami stres. Tak terkecuali pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan dan prodi lainnya, bahwa beban studi dan hasil yang tak sesuai harapan merupakan salah satu penyebab stres sehingga mengalami terjadinya gastritis.

b. *Self management* mahasiswa yang mengalami gastritis

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi *Self management* Pada Mahasiswa Semester IV
STIKES Telogorejo Semarang
Bulan April – Mei 2023

<i>Self Management</i>	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	14	19,4%
Buruk	56	77,8%
Total	70	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami *self management* buruk sebanyak 56 responden dengan presentase (77,8%). Berdasarkan hasil penelitian diatas mayoritas responden memiliki self

management yang buruk. Hal ini berarti sebagian besar responden bahwa perilaku ataupun dukungan sosial dalam mengatur dirinya kurang bisa menerapkan pengaturan diri dalam menjalani hidup dengan kondisi penyakitnya, dari faktor





(intrinsik) berupa motivasi atau dorongan untuk berperilaku seseorang atau faktor (ekstrinsik) yaitu dukungan sosial seperti orang tua, teman, dan masyarakat sebagian besar masih kurang baik.

Menurut penelitian Isnaini & Taufik (2015) bahwa faktor yang mempengaruhi *self management* yaitu dukungan sosial dan kesiapan untuk berubah, dukungan sosial melibatkan orang lain, dukungan sosial yang bermanfaat sebagai bagian dari *self management* karena keterlibatan orang lain dapat membuat manajemen diri lebih baik. Namun pada kenyataannya, masih terdapat individu yang belum menyadari akan

pentingnya *self management* bagi kesehatan. *Self management* yang dimiliki oleh para remaja dalam kaitannya dengan pengalaman penyakit dan masalah spesifik tentang kesehatan mereka. *Self management* dapat dilakukan remaja dengan baik untuk mendukung pencegahan kekambuhan ulang gastritis. Remaja harus memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan kekambuhan tersebut sehingga mahasiswa dapat mengelola penyakitnya diri sendiri, seperti *self management* pemakaian obat-obatan, *self management* pola makan, *self management* aktivitas dan *self management* stres yang dihadapinya.

c. Tingkat nyeri epigastrium mahasiswa yang mengalami gastritis

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Tingkat Nyeri Epigastrium Pada Mahasiswa
Semester IV STIKES Telogorejo Semarang
Bulan April –Mei 2023

Tingkat nyeri epigastrium	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak nyeri	0	0%
Nyeri ringan	40	55,6%
Nyeri sedang	30	41,7%
Nyeri berat terkontrol	0	0%
Nyeri berat tidak terkontrol	0	0%
Total	70	100





Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa banyak mengalami nyeri ringan sebanyak 40 responden (55,6%). Menurut penelitian Novariska (2022) salah satu penyebab timbulnya peradangan pada lambung atau yang dikenal sebagai penyakit gastritis yaitu rasa nyeri, umumnya pada pemeriksaan fisik pasien gastritis ditemukan keluhan

nyeri tekan di daerah epigastrium atau nyeri pada daerah ulu hati. Ketika kondisi lambung dibiarkan kosong, maka akan terjadi gerakan peristaltik lambung bertambah intensif yang akan merangsang peningkatan produksi asam lambung sehingga dapat timbul rasa nyeri di ulu hati.

2. Analisis Bivariat

- a. Hubungan *self management* dan tingkat nyeri epigastrium pada Mahasiswa yang Mengalami Gastritis.

Tabel 4.4
Hubungan *Self Management* Dan Tingkat Nyeri Epigastrium Pada Mahasiswa Yang Mengalami Gastritis
Bulan April – Mei 2023

<i>Self management</i>	Tingkat nyeri epigastrium		<i>P Value</i>	Koefisien Korelasi
	Nyeri ringan	Nyeri sedang		
Baik	8	6	0,553	-0,072
Buruk	33	23		
Total	41	29		

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil *p-value* 0.553. Sehingga dapat disimpulkan H_0 diterima dan H_a ditolak artinya tidak terdapat hubungan antara *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis. Maka angka koefisien korelasi

diatas arah hubungan variabelnya bernilai negatif. Penelitian ini menggunakan uji *Spearman Rank* karena ingin mengetahui adanya hubungan antar 2 variabel, uji *spearman rank* didapatkan nilai tingkat signifikan yang digunakan adalah 0,05.





Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis didapatkan nilai p value sebesar 0.553 (>0.05) dengan koefisiensi nilai korelasi -0.072. Hasil tersebut disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis. Maka angka koefisien korelasi diatas arah hubungan variabelnya bernilai negatif, dikarenakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dari hasil variabel tersebut.

Hasil penelitian Rosiani *et al.*, (2020) bahwa faktor yang menyebabkan gejala gastritis juga disebabkan perilaku yang kurang baik sehingga seseorang mudah memiliki perilaku yang kurang baik atau

menejemen diri seperti pola makan tidak teratur dikarenakan aktivitas kuliah, dukungan sosial sehingga mengalami gastritis dan lambung akan terus memproduksi asam lambung setiap waktu dalam jumlah yang kecil, setelah 4 sampai dengan 5 jam sesudah makan biasanya kadar glukosa dalam darah telah teresap dan terpakai sehingga tubuh akan merasakan lapar dan pada saat itu jumlah asam lambung terstimulasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktavina (2022) tentang hubungan manajemen diri dengan keluhan gejala gastritis yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self management* dengan kejadian gastritis. Maka hal ini manajemen diri tidak baik dapat mempengaruhi mahasiswa terhadap terjadinya gejala gastritis dan apabila manajemen diri baik maka tidak mempengaruhi mahasiswa terhadap gejala gastritis.

PENUTUP

Kesimpulan

Pada kategori karakteristik responden menunjukkan mayoritas mahasiswa yang

mengalami gastritis lebih banyak berjenis kelamin perempuan yaitu 60 responden (83,3%), dan mayoritas usia yang mengalami gastritis yaitu 68





responden (94,4%) berusia 17 – 19 tahun, mayoritas responden dari prodi S1 Keperawatan sebanyak 18 responden (25,0%). Distribusi frekuensi terhadap *self management* pada mahasiswa yang mengalami gastritis dalam kategori *self management* mayoritas buruk sebanyak 56 responden dengan presentase (77,8%). Penelitian terhadap tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis dengan menggunakan skala ukur NRS mayoritas mahasiswa mengalami nyeri ringan sebanyak 40 responden dengan presentase (55,6%). Penelitian terhadap hubungan *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis menunjukkan uji statistik menggunakan uji *spearman rank* didapatkan nilai *p-value* $0.553 > 0,05$ dengan kekuatan korelasi $-0,072$, hal ini menunjukkan H_0 diterima dan H_a ditolak. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara 2 variabel yaitu *self*

management dengan tingkat nyeri epigastrium pada mahasiswa yang mengalami gastritis. Maka angka koefisien korelasi diatas arah hubungan variabelnya bernilai negatif.

Saran

Bagi Mahasiswa Kesehatan, diharapkan mahasiswa mampu mengelola diri mereka sendiri terkait perilaku dalam mengatur dirinya, agar bisa menerapkan *self management* yang baik dalam menjalani hidup dengan kondisi penyakitnya. Bagi Institusi Pendidikan, diharapkan perlu meningkatkan pengetahuan mahasiswa sehingga dapat melakukan *self management* yang baik pada kejadian gastritis. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan untuk lebih banyak mendapatkan sumber ataupun referensi yang terkait dengan *self management* dengan tingkat nyeri epigastrium yang mengalami gastritis untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

REFERENCE

Adiputra, I. M. S., Oktaviani, Wiwik, N. W. T. N. P., Munthe, Asnawati, S., Hulu, V.T., Budiastutik, I., Faridi, Ahmad Ramdan, R., Fitriani, R. J., Rahmiati, P.
O. A. T. B. F., Susilawaty, S. A. L. A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (R. Watrionthos & J. Simarmata (ed.)). Yayasan Kita Menulis. <http://repositori.uin>

alauddin.ac.id/id/eprint/19810 .
Diakses pada 13 Januari 2022.

Afriani Nuari, N. *et al.* (2021) Peningkatan Self Management Penyakit Gastritis Melalui Gastroeduweb Pada Remaja. *The Indonesian Journal of Health Science*. 13(2). at: <https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i2.5826>. Diakses pada 30 Desember 2021.

Aini, S. N., Suyadi, & Harjayanti, A. D. (2019). Relaksasi Otot





- Progresif Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Gastritis. *Jurnal Keperawatan CARE*. 9(1). <http://ejurnal.akperyappi.ac.id/index.php/files/article/view/92>. Diakses 23 Januari 2019.
- Amir, M.D., & Nuraeni, P. (2018). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Fraktur. *Jurnal Kesehatan*, Vol 9 No 2. Diakses 2018.
- Antony, C. *et al.* (2022) Hubungan antara Faktor Stress dengan Penyakit Gastritis pada Mahasiswa Universitas Prima Indonesia. 45(3). pp. 278–283. at: <http://jurnal.mka.fk.unand.ac.id>. Diakses Juli 2022
- Ardiani, H. (2019) Tingginya Tingkat Stres dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis pada Mahasiswa dalam Penyusunan Tugas Akhir di STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun. 2-TRIK: tunas-tunas riset Kesehatan. 9(1). p. 8. at: <https://doi.org/10.33846/2trik9102>. Diakses tahun 2019.
- Bangun, I. M. (2018). *Pengaruh Self – Autonomy dan Manajemen Stres Terhadap Kinerja Perawat Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara*. Skripsi. Ekonomi dan Bisnis. Manajemen Ekstensi. Universitas Sumatera Utara. Medan. <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/9466>. Diakses tahun 2018.
- Dinkes Kota Semarang (2021) *Tim Penyusun*. Kota Semarang. at: www.dinkes.semarangkota.go.id. Diakses tahun 2021.
- Dwi Utami, A. and Rahmayunia Kartika, I. (2018) Terapi Komplementer Guna Menurunkan Nyeri Pasien Gastritis: *Literatur Review, REAL in Nursing Journal (RNJ)*. at: <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/Nursing/index>. Diakses Desember 2018.
- Eka Novitayanti. (2023). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Skala Nyeri Pada Pasien Gastritis. Diakses tahun 2023.
- Elizabeth, Wulan P.J & Nancy S. H. (2019) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. Diakses tahun 2019.
- Endah Sari Purbaningsih. (2020). Analisis Faktor Gaya Hidup Yang Berhubungan Dengan Resiko kejadian Gastritis Berulang. 2, 1-11. Diakses tahun 2020.
- Faridah, U., Rosiana, A. and Mahmudah, S. (2020) *Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir S1 Keperawatan Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Sebagai Syarat Kelulusan Wisuda di Universitas Muhammadiyah*. \Kudus. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/1178>. Diakses tahun 2020.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Regulasi Emosi Pada Remaja Laki-laki dan Perempuan. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama dan Jender*, 18(1), 87-95.
- Isnaini, F., & taufik. (2015). Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar. *Penelitian Humaniora*, 16, 33-42. Diakses (2015).
- Kasron. (2018). *Buku Ajar Anatomi Fisiologi Dan Gangguan Sistem Pencernaan*. Jakarta Timur : CV. Trans Info Media.
- Mappagerang, R., & Hasnah. (2017)





- Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Diruang Rawat Inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. *Jikp Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 6 (1), 59-64. Diakses 2017.
- Nian A. N & Dhina W. (2021) Peningkatan Self Management Penyakit Gastritis Melalui Gastroeduweb Pada Remaja. *Journal of Health Science*. <http://jurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/TIJHS/article/5826/3649>. Diakses 2021.
- Nirmalarumsari, C. and Tandipasang, F. (2020). Faktor Risiko Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bantilang Tahun 2019. *Jurnal Ners dan Kebidanan. (Journal of Ners and Midwifery)*. 7(2). pp. 196–202. at: <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.art.p196-202>. Diakses tahun 2019
- Nursalam. (2016). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (Edisi 2)*. Jakarta : Penerbit Salemba Medika.
- Oktavina, C., Kadrianti, E. and Alam, A. (2022) Pengaruh Manajemen Diri Terhadap Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v1i5.678>. Diakses 11 Febuari 2022
- PPNI. (2016). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia ; Definisi dan Indikator Diagnostik (1st ed.; T. P. S. D. PPNI, Ed.). Jakarta : PPI.
- Priyoto. (2015). *Perubahan Dalam Perilaku Kesehatan Konsep Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2015.
- Rifa'i. (2019). *Asuhan keperawatan pada klien gastritis dengan nyeri akut di ruang agate atas rsud dr. slamet garut*. Universitas Bhakti Kencana Bandung. <http://repository.bku.ac.id/xmlui/handle/123456789/1482>. Diakses 8 April 2019.
- Rizky, I.I. et al. (2019) Hubungan Penanganan Awal Gastritis Dengan Skala Nyeri Pasien UGD Rumah Sakit Gmim. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/download/24335/24003>. Diakses 1 Mei 2019.
- Rosiani, N., Bayhakki, & Indra, R. L. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Gastritis Dengan Motivasi Untuk mencegah Kekambuhan Gastritis. 9, 10-18. Diakses 2020.
- Santoso, R., B. (2015) *Stop Nyeri Sekarang*. Jogjakarta: Talenta Indonesia Mandiri. Diakses 2015.
- Sastria, A. (2019) Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis. *Jurnal Kesehatan*. Online. at: <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>. Diakses 2019
- Sepdianto, T.C., Abiddin, A.H. and Kurnia, T. (2022) Asuhan Keperawatan pada Pasien Gastritis di RS Wonolangan Probolinggo: Studi Kasus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, pp. 220–225. at: <https://doi.org/10.35816/jiskh.v1i11.734>. Diakses 1 Juni 2022.
- Shaviatul Bayti, C., Kholiza Priani, N. and Jayanthi, S. (2021) Gambaran Pola Hidup Mahasiswa Perantauan terhadap Kejadian Gastritis di Universitas Samudra Aceh. *Jurnal Biologi Edukasi Edisi*. <https://jurnal.unsyiah.ac.id/JBE/article/view/21841>. Diakses pada 2021.





- Siallagan, E. D. (2021). *Tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis pada mahasiswa fakultas kedokteran usu tahun 2020*. Medan, Universitas Sumatera Utara.
<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/30724>. Diakses 2021.
- Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid II edisi V. Jakarta: Interna Publishing; 2013.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit PT Alfabet.
- Swarjana, K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi)* Ed. II. Yogyakarta : penerbit ANDI.
- Sulistyo (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*. Yogyakarta : Penerbit AR-RUZZ MEDIA, 2013.
- Tine Donsu, J. D. (2020). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Pustaka Baru Press. Jakarta Selatan : Penerbit Salemba Medika.
- Zahroh, C., & Faiza, K. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Pada Penderita Penyakit Arthritis Gout. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 5(3), 182-187.
<http://repository.unusa.ac.id/5657/1>. Diakses 2018.

