

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN
UPAYA SWAMEDIKASI GASTRITIS
PADA MAHASISWA KOST
DI KELURAHAN
BUKIT LAMA**

KARYA TULIS ILMIAH



**OLEH :
BENEDICTA ARDEA KATRI ROSARI
PO.71.39.1.23.076**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
PROGRAM STUDI FARMASI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
2026**

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis adalah peradangan pada lapisan lambung yang dapat menyebabkan pendarahan internal. Kondisi ini diklasifikasikan berdasarkan waktu kemunculannya (akut atau kronis) dan penyebarannya (terbatas atau luas). Masyarakat umum sering menyebut gastritis sebagai sakit maag atau nyeri ulu hati, dan ini merupakan kasus yang sering ditemui di fasilitas kesehatan karena diagnosis biasanya didasarkan pada keluhan pasien (Price dan Wilson, 2006).

Data nasional menunjukkan bahwa gastritis terjadi pada 40,8% dari total populasi Indonesia, dengan prevalensi 35,5% di kalangan dewasa di Sumatera Selatan. Gastritis menempati peringkat ke-10 sebagai penyakit paling umum dengan angka prevalensi 60,8% pada kalangan remaja (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Palembang, tercatat bahwa pada tahun 2021 terdapat 49.115 kasus penyakit gastritis dari jumlah penduduk sebanyak 1.668.848 jiwa (Dinkes, 2022). Angka-angka ini menunjukkan bahwa gastritis merupakan masalah yang cukup mempengaruhi kesehatan di tingkat nasional dan regional

Tekanan emosional atau stres diidentifikasi sebagai salah satu faktor penyebab gastritis. Kondisi ini khususnya relevan bagi mahasiswa, terutama mereka yang tinggal secara mandiri di tempat kost atau fasilitas asrama.

Berbagai sumber tekanan akademik yang mereka hadapi meliputi beban tugas akademik yang berat, ujian yang menegangkan, prestasi akademik yang ketat, serta tantangan dalam beradaptasi dengan lingkungan dan rutinitas baru yang berbeda dari kehidupan sebelumnya (Saraswati, Suyasa, dan Wulandari, 2022).

Stres akademik terjadi ketika tuntutan kuliah melebihi kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi, menyebabkan ketidakseimbangan psikologis. Mahasiswa yang tinggal di kost menghadapi tantangan khusus seperti pola makan yang tidak teratur, keterbatasan finansial, dan *homesick* yang mereka alami. Kombinasi faktor-faktor ini meningkatkan stres, yang berdampak pada kesehatan fisik, terutama sistem pencernaan (Rusmayani dan Agustina, 2023).

Stres akademik yang terus menumpuk dapat berkembang menjadi gangguan kesehatan mental yang lebih serius. Kondisi ini juga dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan *burnout* yang berdampak pada kesehatan mental dan kualitas hidup mahasiswa.

Menurut Indonesia *National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS), lebih dari sepertiga remaja Indonesia (34,9%) mengalami suatu masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir (Center for Reproductive Health dkk., 2022). Meskipun data spesifik untuk mahasiswa belum tersedia, beberapa studi lokal menegaskan mahasiswa rentan terhadap stres akademik. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Zamroni yang melaporkan bahwa

16,2% mahasiswa mengalami stres tinggi, 70,5% stres sedang, dan 13,3% stres rendah (Zamroni, 2015).

Mahasiswa kost yang menderita gastritis akibat stres akademik seringkali mengonsumsi obat-obatan bebas resep secara mandiri karena lebih praktis dan terjangkau. Namun, praktik ini berisiko menimbulkan masalah seperti dosis yang tidak tepat, interaksi obat yang berbahaya, dan kurangnya informasi tentang penggunaan obat yang benar. Penelitian Mufida, Putri, dan Sutanto menunjukkan mayoritas mahasiswa memiliki pengetahuan swamedikasi kategori sedang (Mufida dkk., 2022).

Penelitian Noprizon, Rahajeng, dan Duvadilan di Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Bhakti Pertiwi Palembang menemukan hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan upaya swamedikasi, menandakan adanya kesenjangan pengetahuan mahasiswa dalam penggunaan obat yang tepat (Noprizon dkk., 2022). Literatur internasional juga melaporkan bahwa mahasiswa melakukan *self-medication* sebagai respons terhadap stres akademik (Mufarrihah dkk., 2023).

Prevalensi yang tinggi dari stres akademik, gastritis dan banyaknya melakukan pengobatan secara mandiri di kalangan mahasiswa kost menunjukkan hubungan yang kompleks yang belum sepenuhnya diteliti. Penelitian ini penting dalam memberikan gambaran yang jelas dan menjadi dasar bagi masyarakat, tenaga kesehatan, dan lingkungan akademik perguruan tinggi dalam mengembangkan suasana akademik yang seimbang atau tidak menimbulkan tekanan berlebihan, serta memperkuat adanya

promosi kesehatan untuk meminimalisir dan mencegah berbagai risiko yang ditimbulkan.

B. Rumusan Masalah

Mahasiswa kost sering mengalami stres akademik akibat beban tugas dan ujian, yang diduga memengaruhi upaya swamedikasi gastritis. Meskipun prevalensi gastritis dan praktik swamedikasi tinggi, masih sedikit penelitian yang meneliti hubungan keduanya. Oleh karena itu, penulis ingin menganalisis apakah terdapat hubungan antara stres akademik dengan upaya swamedikasi gastritis pada mahasiswa kost di Kelurahan Bukit Lama?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Stres Akademik dengan Upaya Swamedikasi Gastritis pada Mahasiswa Kost di Kelurahan Bukit Lama

2. Tujuan Khusus

- a) Mengukur Stres Akademik pada Mahasiswa Kost di Kelurahan Bukit Lama berdasarkan Skala yang Valid dan Reliabel.
- b) Mengidentifikasi Proporsi Mahasiswa Kost di Kelurahan Bukit Lama yang Melakukan Upaya Swamedikasi Gastritis.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan suasana akademik yang seimbang dan tidak menimbulkan tekanan berlebihan. Selain itu, hasil studi ini dapat meningkatkan pengetahuan bagi pembaca tentang strategi manajemen stres akademik dan upaya swamedikasi gastritis pada mahasiswa kost di kelurahan Bukit Lama, serta mendukung program edukasi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, `Alya Dwi, dan Hidayati, D. S. (2024). Dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi dengan stres akademik pada mahasiswa rantau tahun pertama. *Cognicia*, 12(1), 15–24.
<https://doi.org/10.22219/cognicia.v12i1.29740>
- Antony, C., Suhartina, C., dan Nasution, S. L. R. (2022). Hubungan Antara Faktor Stress Dengan Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa Universitas Prima Indonesia. *Jurnal Majalah Kedokteran Andalas*, 45(3), 278–283.
- Bedewy, D., dan Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students : The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*, 1–9.
<https://doi.org/10.1177/2055102915596714>
- Desi K. N. Dimu, Petrus Romeo, dan Eryc z. Haba Bunga. (2025). Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Swamedikasi Gastritis di Kelurahan Bello Kecamatan Maulafa Kota Kupang. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 175–187.
<https://doi.org/10.55123/sehatmas.v4i1.4490>
- Dewi, N. P. N. S., Saputra1, I. K., dan Juniarta1, I. G. N. (2025). Gambaran Tingkat dan Tuntutan Stres Akademik Mahasiswa Baru Tahun Pertama PSSKPPN dalam Menjalani Semester Awal. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 13(1), 110–118.
- Dinas Kesehatan Kota Palembang. (2022). *Profil Kesehatan Kota Palembang Tahun 2022*. Palembang: Dinas Kesehatan Kota Palembang.
- Gisela, E. S., Kinkie, E. A., Sabbilla, A., dan Subroto, U. (2025). Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus. *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), 331–341.
<https://doi.org/10.37481/jmh.v5i1.1179>
- Hakim, A. H., Pratiwi, C., Ramulan, F., Putriani, P., Mutia, I., dan Amna, Z. (2024). Hubungan Antara Stres Akademik dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa. *Syiah Kuala Psychology Journal*, 2(1), 58–67.
<https://doi.org/10.24815/skpj.v2i1.28833>

Handayani, D. T., Sudarso, dan Kusuma, A. M. (2013). Swamedikasi pada Mahasiswa Kesehatan Dan Non Kesehatan. *Manajemen Dan Pelayanan Farmasi*, 3(3), 197–202.

Health, C. for R., Queensland, U. of, dan Health, J. B. H. S. of P. (2022). *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS): Laporan Penelitian* (Edisi Pert; A. E. Wahdi & A. A. Kuntoro, Eds.). DI Yogyakarta: Pusat Kesehatan Reproduksi.

Janz, N. K., dan Becker, M. H. (1984). The Health Belief Model: A Decade Later. *Health Education & Behavior*, 11(1), 1–47. <https://doi.org/10.1177/109019818401100101>

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riskesdas*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kishbuallah, F. R., Muhith, A., Hasina, S. N., dan Budury, S. (2024). Hubungan Stres Akademik Dan Minat Belajar Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 387–396.

Lazarus, R. S., dan Folkman, S. (1984). *Stress Appraisal, and Coping* (Vol. 17). New York: Springer Publishing Company, Inc.

Marselina. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Penggunaan Antasida Rasional Dalam Swamedikasi. *Jurnal Farmasi*, 5(2), 132–140.

Marselina, M. (2024). Pendampingan Mahasiswa Penderita Gastritis dalam Meningkatkan Perilaku Penggunaan Antasida Rasional pada Swamedikasi. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 205–209. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v5i1.340>

Mufarrihah, M., Yuda, A., Paramanandana, A., Retnowati, D., Maulidya, D., Sari, R., dan Miatmoko, A. (2023). Self-medication profiles in school-age adolescents in Surabaya city , Indonesia. *Journal of Public Health in Africa*, 14(1), 45–52. <https://doi.org/10.4081/jphia.2023.2530>

Mufida, A. N., Putri, Y. H., dan Sutanto, T. D. (2022). Tingkat Pengetahuan Swamedikasi Obat pada Mahasiswa Kota Bengkulu. *Bencoolen Journal of Pharmacy*, 2 (1), 2–5.

- Murdiana, H. E. (2022). *Swamedikasi I* (T. Redaksi, Ed.). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Noprizon, E. M., Rahajeng, V. N., dan Duvadilan, V. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi Diare pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Bhakti Pertiwi Palembang. *Jurnal Ilmiah Bakti Farmasi*, 7(1), 1–6.
- Oetomo, P. F., Yuwanto, L., dan Rahaju, S. (2019). Faktor Penentu Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Baru Emerging Adulthood Tahun Pertama dan Tahun Kedua. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 8(02), 67–77. <https://doi.org/10.35814/mindset.v8i02.325>
- Price, S. A., dan Wilson, L. M. (2006). *Patofisiologis Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit* (6th ed.). Jakarta.
- Riyanto, S., dan Hatmawan, A. A. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan, dan Eksperimen*. Deepublish.
- Rusmayani, A., dan Agustina, M. W. (2023). Adversity Quotient Pada Stress Akademik Mahasiswa Rantau Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Journal of Clinical, Industrial, Social and Educational Psychology*, 7 (2)(2614–8072), 1–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.32492/idea.v7i2.7201>
- Saraswati, P. A., Suyasa, I. G. P. D., dan Wulandari, I. A. (2022). Hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15(2), 207–216.
- Sari, R. D. T., Anggeny, Y., & Lita. (2024). Hubungan Stres Akademik dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang*, 14(1), 10–16.
- Siregar, I. M., Sinarsi, dan Tobing, L. (2020). Sosialisasi Dan Penanggulangan Stres Akademik Pada Mahasiswa Farmasi USM Indonesia. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(1), 311–317.
- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Retrieved from <https://archive.org/details/buku-metode-penelitian-sugiyono/page/n3/mode/2up>

- Sukma, F. J., Hidayati, I. R., dan Pristianty, L. (2021). Behavioral factor analysis of the accuracy in using gastritis drugs at the Puskesmas Arjuno in Malang City with the Health Belief Model (HBM) approach. *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kesehatan*, 6(1), 28–42.
<https://doi.org/10.22219/farmasains.v5i2.14173>
- Suyu-Tattao, L. (2016). Living Arrangement Problems, Academic Performance and Coping Strategies of First Year College Students. *The Online Journal of New Horizons in Education*, 6(4), 132–135. Retrieved from <http://www.simplypsychology.org/emotion->
- Widyayanti, E. (2018). *Gambaran Swamedikasi Penggunaan Obat Gastritis di Apotek Kimia Farma Sutoyo Malang*. Retrieved from <http://repository.pimedu.ac.id/id/eprint/279/>
- World Health Organization. (2022). WHO guideline on self-care interventions for health and well-being, 2022 revision. *Geneva: World Health Organization*, pp. 1–186.
- Zamroni. (2015). Prevalensi stres akademik mahasiswa di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 12(2), 51–57.