

HUBUNGAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA DI KLINIK BHAKTI SEHAT PERSADA PAMULANG TANGERANG SELATAN TAHUN 2023

Annisa Noor Fadila¹, Susilawati^{2✉}, Hadi Nugroho³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ichsan Satya^{1,2,3}

ABSTRAK

Latar Belakang : Gastritis atau dyspepsia sering dikenal oleh masyarakat sebagai maag atau penyakit lambung yang artinya kumpulan gejala yang dirasakan dengan keluhan utamanya nyeri ulu hati. Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus, atau lokal. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan (2015) bahwa penyakit gastritis menduduki peringkat ke empat dengan jumlah kasus 19.492. pada Klinik Bhakti Sehat Persada terdapat 149 kasus penderita gastritis dibulan Juni dan Juli tahun 2023 dan 80 kasus diantaranya merupakan remaja yang menderita gastritis di bulan Juni dan Juli tahun 2023.**Tujuan :** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan. **Metode :** Metode penelitian yang digunakan yaitu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* dengan teknik *accidental sampling*. **Hasil Penelitian :** Hasil penelitian didapatkan hasil dengan pvalue <0,001 dengan derajat kemaknaan p< 0,05 yang artinya ada hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis. **Kesimpulan :** Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan pola makan responden dapat diperbaiki sehingga menurunkan resiko terkena gastritis.

Kata kunci : Gastritis, Pola Makan, Remaja

ABSTRACT

Background: *Gastritis or dyspepsia is often known by the public as ulcers or gastric diseases which means a collection of symptoms that are felt with the main complaint being heartburn. Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa that is acute, chronic, diffuse, or local. Based on data obtained from the South Tangerang City Health Office (2015), gastritis is ranked fourth with a total of 19,492 cases. At the Bhakti Sehat Persada Clinic, there were 149 cases of gastritis in June and July 2023 and 80 of them were adolescents who suffered from gastritis in June and July 2023.* **Objective:** *The purpose of this study is to determine the relationship between diet and the incidence of gastritis in adolescents at the Bhakti Sehat Persada Pamulang clinic, South Tangerang.* **Method:** *The research method used is using a quantitative approach with a cross sectional research design with an accidental sampling technique.* **Research Results:** *The results of the study were obtained with a pvalue of <0.001 with a degree of significance p< 0.05 which means that there is a significant relationship between diet and incidence of gastritis.* **Conclusion :** *The results of the study showed that there was a relationship between diet and the incidence of gastritis at the Bhakti Sehat Persada Pamulang Clinic, South Tangerang. Based on the results of the study, it is hoped that the respondents' diet can be improved so as to reduce the risk of developing gastritis.*

Keywords : *Gastritis, Diet, Adolescents*

1. PENDAHULUAN

Menurut (Suwindiri, Yulius Tiranda, 2021) Remaja adalah suatu tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Remaja akan melalui suatu tahap perkembangan yang bertujuan untuk mencapai kematangan sehingga dapat menentukan perkembangan selanjutnya. World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa rentang usia remaja adalah 10-19 tahun yang terbagi menjadi dua periode yaitu, remaja awal (usia 10-14 tahun) dan remaja akhir (usia 15-19 tahun).

Badan Pusat Statistik (BPS) memperkirakan bahwa pada tahun 2022, jumlah remaja di Indonesia mencapai 65,82 juta, yang setara dengan 24% dari total populasi negara tersebut sepanjang tahun tersebut. Jumlah remaja di Indonesia pada tahun tersebut mengalami peningkatan sebesar 1,39% dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Dari segi jenis kelamin, persentase remaja laki-laki mencapai 24,32%, lebih tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan yang mencapai 23,68%. Dalam hal distribusi usia, mayoritas pemuda Indonesia berada dalam kelompok usia 19-24 tahun, dengan persentase mencapai 40,10%. Sebanyak 39,56% remaja berusia antara 25-30 tahun, sementara 20,34% sisanya merupakan remaja berusia 16-18 tahun.

Menurut Astuti et al (2022) Masa remaja sering kali merupakan periode di mana individu sedang mencari jati diri, sehingga mereka memiliki dorongan untuk diterima oleh teman sebaya dan mulai tertarik pada lawan jenis, yang mengakibatkan mereka ingin terlihat sempurna, termasuk dalam pemilihan makanan dan frekuensi makan. Remaja sering kali khawatir tentang penampilan mereka, sehingga mereka cenderung menghindari makan sarapan dan makan siang, atau bahkan hanya makan sekali sehari, atau terkadang bahkan tidak 2 makan sama sekali, dan merasa puas hanya dengan makanan cepat saji. Selain itu, remaja cenderung aktif dan memilih makanan yang mudah didapat, yang dapat mengarah pada gaya hidup yang tidak sehat seperti sering mengonsumsi junk food, makanan pedas, merokok, minuman beralkohol, dan mengalami stres.

Remaja seringkali memiliki aktivitas yang padat dan tidak terkontrol disetiap harinya sehingga tidak memperhatikan pola makan tersebut, yang diantaranya suka menunda-nunda jam makan, mengabaikan sarapan, makan siang pada sore hari, makan malam larut malam, atau makan dengan terburu-buru serta kebiasaan mengkonsumsi makan makanan yang pedas secara berlebihan, itu akan merangsang sistem pencernaan terutama dalam lambung dan usus yang lama kelamaan akan menimbulkan masalah kesehatan yaitu gastritis.

Penelitian yang dilakukan oleh (Della Amelia Permana Putri et al., 2023) tentang Hubungan Antara Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa SMPN 14 Kelurahan Baros Kota Sukabumi menunjukkan bahwa usia remaja terbanyak adalah 14 tahun, dengan jumlah sebanyak 25 siswa (49,0%), diikuti oleh siswa berusia 15 tahun sebanyak 15 siswa (29,4%), kemudian siswa berusia 13 tahun sebanyak 9 siswa (17,6%), dan siswa berusia 16 tahun sebanyak 2 siswa (3,9%). Penelitian ini mengindikasikan bahwa siswa yang mengalami gastritis berjumlah 38 siswa (74,5%), sedangkan yang tidak mengalami gastritis sebanyak 13 siswa (25,5%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 3 nilai signifikansi alpha (α) sebesar 0,05. Oleh

karena itu, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dan kejadian gastritis pada remaja di SMP 14 Kota Sukabumi.

Oleh sebab itu gastritis masih menjadi masalah sosial dan kesehatan masyarakat baik di negara maju maupun berkembang. Hal ini menjadi penyebab dasar yang mempengaruhi status sosial ekonomi individu, perilaku kesehatan, dan standar hidup seperti gaya hidup, kondisi hidup, perilaku, dan kebiasaan. Secara global, 50,8% populasi dinegara berkembang menderita gastritis (Toscano et al., 2018). Gastritis adalah peradangan pada dinding lambung yang disebabkan oleh peningkatan kadar asam lambung, yang dapat disebabkan oleh infeksi virus dan bakteri patogen yang memasuki saluran pencernaan. Penyakit ini sering dikenal sebagai maag atau gangguan lambung, yang ditandai dengan gejala seperti nyeri ulu hati, seringnya mual, muntah, sensasi kembung, serta rasa tidak nyaman pada perut. Gastritis dapat terjadi dalam bentuk peradangan akut, kronis yang menyebar, atau local. (Pratama et al., 2022).

Menurut World Health Organization (WHO), penelitian mengenai prevalensi gastritis telah dilakukan di beberapa negara. Insiden kasus gastritis di Asia Tenggara adalah 583.635 orang dari total populasi, dimana 22% berada di Inggris, 31% di Cina, 14,5% di Jepang, 35% di Kanada, dan 29,5% di Perancis (Mustakim et al., 2022). Hasil dari Riskesdas (2018 dalam Cahyani, 2019) Angka terjadinya gastritis di Indonesia dalam berbagai daerah cukup tinggi 40,8% dengan prevalensi 274,396 kasus dari penduduk 238,452,952 jiwa. Beberapa kota dengan angka kejadian 4 gastritis yang relatif tinggi antara lain Surabaya (31,2%), Denpasar (46%), dan Medan (91,6%). Angka kejadian gastritis di Indonesia juga sangat tinggi di berbagai daerah, yaitu 274.396 kasus dari jumlah penduduk 238.452.952 jiwa atau 40,8%. Dari seluruh rumah sakit di Indonesia, 1 dari 10 pasien rawat inap memiliki kemungkinan besar menderita gastritis yaitu sebanyak 30.154 kasus (4,9%). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan (2015) bahwa penyakit gastritis menduduki peringkat ke empat dengan jumlah kasus 19.492.

Dikarenakan tingginya angka kejadian gastritis, perubahan gaya hidup menjadi suatu langkah penting dalam penanganan gastritis. Ini bisa mencakup menghentikan konsumsi alkohol, berhenti merokok, mengadaptasi pola makan dengan memilih makanan yang tidak merangsang lambung, dan mengelola stres dengan efektif. Jika perubahan gaya hidup tersebut tidak efektif dalam meredakan gejala, maka pertimbangan untuk memberikan obat perlu dipertimbangkan. Terapi untuk gastritis melibatkan penggunaan obat-obatan yang menurunkan produksi asam lambung, yang dipilih berdasarkan tingkat keparahan gejala. Jenis obat yang umum digunakan termasuk inhibitor pompa proton, blocker H₂, dan antasida. Jika gastritis disebabkan oleh infeksi Helicobacter pylori, penggunaan inhibitor pompa proton dapat dikombinasikan dengan antibiotik. Untuk kasus gastritis yang disebabkan oleh penggunaan NSAID (Non Steroidal Anti-Inflammatory Drugs), pertimbangan untuk mengganti obat penghilang rasa nyeri atau mengkombinasikannya dengan obat penurun asam lambung perlu dilakukan. Selain terapi farmakologis, terdapat juga alternatif nonfarmakologis dalam pengelolaan gastritis. Salah satu pendekatan ini

adalah penggunaan kompres hangat, yang telah terbukti dapat membantu meredakan rasa nyeri. Teknik relaksasi pernapasan dalam dan guided imagery juga merupakan opsi lain yang dapat membantu mengurangi gejala gastritis (Siti Padilah et al., 2022)

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti di Klinik Bhakti Sehat Persada Tangerang Selatan, Jl. Pamulang Permai 1 No.4, RT.1/RW.10, Pamulang Barat, Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten Tahun 2023 dengan melakukan wawancara pada Kepala Klinik Bhakti Sehat Persada, terdapat 149 kasus penderita gastritis di bulan Juni dan Juli 2023, 80 remaja di bulan Juni dan Juli 2023, 18 kasus penderita gastritis pada remaja di bulan Juni dan 37 kasus penderita gastritis pada remaja di bulan Juli 2023. Fenomena yang ditemukan bahwa naiknya kasus penderita gastritis selama satu bulan di Kinik Bhakti Sehat Persada.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional dengan teknik accidental sampling. Cross sectional merupakan jenis penelitian yang dilakukan dalam waktu tertentu yang relatif singkat dan di lokasi tertentu, melibatkan sejumlah objek dari berbagai tingkat atau kondisi yang berbeda.

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

- a. Waktu penelitian: Penelitian ini dilaksanakan pada Desember 2023.
- b. Tempat penelitian: Penelitian ini dilakukan di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan dengan membagikan lembar kuesioner dengan responden remaja usia 13-18 tahun.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi merupakan keseluruhan dari kumpulan elemen yang memiliki sejumlah karakteristik umum, yang terdiri dari bidang-bidang untuk diteliti. Dengan demikian, populasi merupakan seluruh kumpulan elemen yang dapat digunakan untuk membuat beberapa kesimpulan. Maka populasi target dalam penelitian ini yakni remaja yang datang ke Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan.
2. Sampel adalah sebagian dari populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Sampel penelitian merupakan objek yang diteliti dan dianggap untuk mewakili seluruh populasi.

C. Pengukuran dan pengumpulan data

Pengumpulan data adalah proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam penelitian.

D. Analisis Data

Analisis data bertujuan agar data yang didapatkan mempunyai arti yang berguna untuk memecahkan permasalahan pada penelitian tersebut. Ada dua analisis data saat melakukan penelitian, diantaranya yaitu:

a. Analisis Univariat

Analisis univariat ini digunakan responden berkarakteristik meliputi nama inisial responden, jenis kelamin, usia responden, pendidikan responsden. Serta digunakan untuk mengukur variable dependen (gastritis) dan independen (pola

makan). Untuk mengetahui analisa univariat, peneliti menggunakan table distribusi frekuensi dan presentase.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk memeriksa korelasi antara dua variabel. Dalam studi ini, analisis bivariat dilakukan untuk mengevaluasi kaitan antara pola makan dan gastritis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian yang mana umumnya analisa ini menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel.

a. Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Responden

Tabel 3.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia Pada Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

	Usia	Frekuensi (f)	%
1.	13-14 tahun	9	28.1
2.	15-16 tahun	8	25
3.	17-18 tahun	15	46.9
	Jumlah	32	100

Berdasarkan data pada tabel 3.1 dari 32 responden dapat dilihat usia remaja terbanyak di Klinik Bhakti Sehat Persada adalah 17-18 tahun yaitu sebanyak 15 orang (46.9%) lalu usia 13-14 tahun sebanyak 9 orang (28.1%) dan usia 15-16 tahun sebanyak 8 orang (25%).

b. Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin Responden

Tabel 3.2
Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin Pada Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	%
1.	Laki-laki	12	37.5
2.	Perempuan	20	62.5
	Jumlah	32	100

data Berdasarkan pada tabel 3.2

dari 32 responden dapat dilihat jenis kelamin terbanyak di Klinik Bhakti Sehat Persada adalah perempuan yaitu sebanyak 20 orang (62.5%) dan laki-laki sebanyak 12 orang (37.5%).

c. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendidikan Responden

Tabel 3.3

Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendidikan Pada Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

Berdasarkan data pada tabel 3.3 dari 32 responden dapat dilihat

Pendidikan	Frekuensi (f)	%
1. SLTP	13	40.6
2. SLTA	19	59.4
Jumlah	32	100

pendidikan terbanyak adalah SLTA yaitu 19 orang (59.4%) dan SLTP yaitu 13 orang (40.6%).

d. Distribusi Frekuensi Pola Makan Responden

Tabel 3.4

Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

Pola Makan	Frekuensi (f)	%
1. Baik	14	43.8
2. Kurang Baik	18	56.3
Jumlah	32	100

Berdasarkan data pada tabel 3.4 menunjukkan bahwa 32 responden diperoleh responden yang memiliki pola makan baik sebanyak 14 orang (43.8%) dan responden yang memiliki pola makan kurang baik sebanyak 18 orang (56.3%).

e. Distribusi Frekuensi Gastritis Responden

Tabel 3.5

Distribusi Frekuensi Gastritis Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

Gastritis	Frekuensi (f)	%
1. Tidak	11	34.4
2. Ya	21	65.6
Jumlah	32	100

Berdasarkan data pada tabel 3.5 menunjukkan bahwa 32 responden diperoleh responden yang menunjukkan tidak gastritis sebanyak 11 orang

(34.4%) dan responden yang menunjukkan gastritis sebanyak 21 orang (65.6%).

B. Hasil Analisis Bivariat

Analisis bivariat mengacu untuk melihat hubungan dua variable. Dalam penelitian ini analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan kejadian gastritis.

Tabel 3.6

Distribusi Frekuensi Silang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		p value	Nilai OR		
	Tidak Gastritis		Gastritis		f	%				
	f	%	f	%						
Baik	10	71.4	4	28.6	14	14.0	0.001	42.500 (4.150435.224)		
Kurang Baik	1	5.6	17	11.8	18	18.0				
Jumlah	11	34.4	21	65.6	32	100				
	11									

Berdasarkan tabel 3.6 diatas menunjukkan bahwa hasil tabulasi silang hubungan pola makan baik tidak gastritis 10 responden (71.4%), dan 4 responden (28.6%) dengan pola makan baik gastritis, sehingga didapatkan 14 responden (14.0%) pola makan baik dengan kejadian gastritis. Sedangkan 18 responden (18.0%) dengan pola makan kurang baik gastritis, diantaranya 17 responden (11.8%) memiliki pola makan kurang baik gastritis dan 1 responden (5.6%) memiliki pola makan kurang baik tidak gastritis.

4. Pembahasan

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

1) Usia

Berdasarkan tabel 3.1 Usia remaja seringkali menjadi waktu di mana individu sedang mencari identitas diri, sehingga mereka memiliki dorongan untuk diterima oleh teman sebaya dan mulai tertarik pada lawan jenis. Hal ini menyebabkan remaja ingin mencapai standar ideal, termasuk pemilihan makanan dan pola makan (Astuti et al 2022). Sedangkan menurut (Nor Laily, Umi Hanik, Yurike Septianingrum, 2023) faktor risiko terjadinya gastritis, terutama pada masa remaja adalah masa transisi dari ketergantungan pada orang tua menuju tanggung jawab dan kemandirian.

Permasalahan pola makan yang muncul pada masa remaja yang dapat memicu terjadinya gastritis, disebabkan oleh beberapa faktor. Salah satunya adalah kebiasaan remaja yang seringkali tidak sarapan, dan mereka terjebak dalam pola makan yang tidak sehat serta memiliki kecenderungan untuk tidak memiliki pola makan yang teratur.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Shalahuddin, 2018), remaja dengan usia tersebut rentan mengalami kejadian gastritis dikarenakan di usia tersebut seringkali tidak sarapan pagi hingga terlambat untuk makan.

2) Jenis Kelamin

Berdasarkan table 3.2 Menurut (Nor Laily, Umi Hanik, Yurike Septianingrum, 2023) Perempuan lebih beresiko mengalami gastritis karena perempuan lebih memperhatikan bentuk tubuh yang tidak gemuk sehingga perempuan mengurangi jumlah makannya tanpa memperhatikan pola makan yang sehat. Perempuan lebih cenderung memilih makanan *junk food* atau cemilan seperti bakso bakar, memilih makanan yang dominan dengan rasa pedas dan asam, memilih minuman yang berwarna dengan dominan rasa manis.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian (Apriyani et al., 2021), penelitian ini mencatat bahwa terdapat korelasi antara jenis kelamin dan gangguan lambung, dengan perempuan memiliki risiko tiga kali lebih tinggi mengalami gangguan lambung dibandingkan laki-laki. Penyebabnya adalah bahwa laki-laki mungkin lebih mampu menahan atau lebih toleran terhadap rasa sakit dan gejala gastritis daripada perempuan.

3) Pendidikan

Berdasarkan table 3.3 Pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pola makan karena salah satu pengetahuan yang di pelajari dan berpengaruh terhadap penelitian bahan makanan yang akan di makan dan pengetahuan tentang gizi yang akan diterima tubuh.

Berdasarkan penelitian Tussakinah et al (2018), dalam penelitiannya menyatakan bahwa tingkat pendidikan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang mengenai kebiasaan makan yang baik. Semakin tinggi Tingkat Pendidikan seseorang tidak akan mengurangi kejadian gastritis dan kekambuhan gastritis apabila individu tersebut tidak mengaplikasikan pengetahuannya.

4) Pola Makan

Berdasarkan table 3.4 dari respons kuesioner, sebagian besar responden cenderung makan kurang dari tiga kali sehari, dengan porsi makan yang bervariasi antara sedikit dan banyak. Mereka juga cenderung mengkonsumsi jenis makanan yang menyebabkan gastritis, seperti makanan pedas dan asam serta mengkonsumsi makanan siap saji dan minuman bersoda yang dapat meningkatkan produksi asam lambung, pada akhirnya dapat menyebabkan penurunan kekuatan dinding lambung dan menyebabkan nyeri pada bagian atas perut. Pola makan adalah perilaku dalam konsumsi makanan, yang tercermin dari jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Arianto & Aminah, 2024) pola makan yang tidak teratur, sering telat makan, serta konsumsi makanan pedas dan asam yang berlebihan dapat merangsang dinding lambung yang akhirnya menyebabkan penurunan kekuatan dinding lambung sehingga menyebabkan gastritis. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terlihat remaja seringkali bosan dengan suatu makanan dan memilih untuk lebih banyak memakan cemilan daripada nasi/pasta/roti/kentang.

Hal ini juga didukung oleh penelitian dari Khomalasari et al (2024), yang menjelaskan seseorang mempunyai kecenderungan untuk menyukai suatu makanan. Selain itu, makanan yang memiliki kecenderungan memicu gastritis, seperti makanan pedas, makanan asam, dan makanan instan. Makanan yang biasa dikonsumsi oleh remaja, khususnya mahasiswa, adalah jenis makanan junk food. Contohnya adalah mie instan, bakso, seblak, pizza, gorengan, burger, dan lain-lain. Hidangan ini praktis dan siap disajikan sehingga sangat digemari terutama di kalangan remaja. Selain rasa yang enak, variasi yang berlimpah membuat para remaja lebih tertarik untuk menyantap makanan tersebut tanpa memperhatikan nilai gizinya.

5) Gastritis

Berdasarkan table 5.5 Gastritis disebabkan oleh benigna atau maglina dari lambung atau oleh bakteri *Hlicobacter pylori* (*H.pylori*) menurut Smeltzer & Bare (2002 dalam Noviyanti, 2020). Pada lapisan lambung terdapat kelenjar yang berfungsi untuk menghasilkan asam lambung dan enzim pencernaan. Lapisan lambung tersebut dilindungi oleh lendir yang tebal sehingga tidak terjadi iritasi pada lapisan tersebut, dan saat lendir tersebut hilang maka lambung dapat mengalami iritasi (Makarim, 2022). Hal ini disebabkan remaja atau siswa/siswi yang sering terlambat makan, sering mengkonsumsi makanan instan, pedas dan asam. Selain itu remaja memiliki pola makan yang tidak teratur/kurang baik sehingga seringkali merasa nyeri pada ulu hati, mual dan muntah yang merupakan tanda dan gejala gastritis.

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023

Berdasarkan hasil analisis tabel silang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di Klinik Bhakti Sehat Persada pamulang Tangerang Selatan menunjukkan bahwa hasil tabulasi silang hubungan pola makan baik tidak gastritis 10 responden (71.4%), dan 4 responden (28.6%) dengan pola makan baik gastritis, sehingga didapatkan 14 responden (14.0%) pola makan baik dengan kejadian gastritis. Sedangkan 18 responden (18.0%) dengan pola makan kurang baik gastritis, diantaranya 17 responden (11.8%) memiliki pola makan kurang baik gastritis dan 1 responden (5.6%) memiliki pola makan kurang baik tidak gastritis. Dari analisis menyatakan bahwa pola makan yang kurang baik dapat menyebabkan gastritis.

Hasil penelitian ini menandakan bahwa pola makan sangat berpengaruh terhadap terjadinya gastritis. Terlihat bahwa 17 responden yang memiliki pola makan kurang baik gastritis, pola makan kurang baik pada remaja cenderung akan menyebabkan gejala seperti nyeri ulu hati, perut kembung, mual, hal tersebut terjadi karena kebiasaan siswa-siswi yang mengonsumsi makanan instan, asam, dan pedas serta didukung dengan kebiasaan makan yang tidak tepat waktu. Penelitian ini didukung oleh Diliyana et al (2020). Tentang “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri”.

Hasil analisis memperlihatkan bahwa kelompok kasus gastritis terdapat 64,7%

responden dengan pola makan tidak sehat dan pada kelompok control non gastritis terdapat 52,4% responden dengan pola makan tidak sehat. Pada hasil uji chi square didapatkan hasil p value sebesar 0,048 dengan taraf signifikan 0,05 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Putri et al (2023) tentang Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa Smkn 14 Kelurahan Baros Kota Sukabumi menyatakan bahwa usia remaja terbanyak yaitu 14 tahun sebanyak 25 remaja (49,0%), 15 tahun sebanyak 15 remaja (29,4%), remaja berusia 13 tahun sebanyak 9 remaja (17,6), dan remaja berusia 16 tahun sebanyak 2 remaja (3,9%). Penelitian ini menunjukkan siswa yang menderita gastritis sebanyak 38 remaja (74,5%), sedangkan yang tidak gastritis sebanyak 13 remaja (25,5%). Didapatkan hasil nilai pvalue sebesar $0,000 < a = 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja.

Hal ini sejalan dengan penelitian Uwa et al (2019), terjadinya gastritis yang disebabkan oleh pola makan yang tidak baik didasarkan oleh ketidak teraturan responden untuk makan dan mengkonsumsi terlalu banyak, pedas dan berlemak sehingga lambung menjadi sensitive menyebabkan asam lambung meningkat. Sehingga dalam menjaga pola makan agar tetap baik dengan makan tepat waktu, sesuai porsi dan mengkonsumsi makanan yang tidak bisa meningkatkan asam lambung.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan tentang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden dalam penelitian berusia 17-18 tahun sebanyak 15 orang (46.9%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (62.6%), dan menunjukkan sebagian besar responden berpendidikan SLTA sebanyak 19 orang (59.4%).

2. Berdasarkan data dalam penelitian ini, sebagian besar responden memiliki pola makan kurang baik yakni 18 responden (56.3%).
3. Berdasarkan data dalam penelitian ini, sebagian besar responden dengan gastritis sebanyak 21 responden (65.6%).
4. Pada analisa bivariat menunjukkan bahwa hasil tabulasi silang hubungan pola makan baik tidak gastritis 10 responden (71.4%), dan 4 responden (28.6%) dengan pola makan baik gastritis, sehingga didapatkan 14 responden (14.0%) pola makan baik dengan kejadian gastritis. Sedangkan 18 responden (18.0%) dengan pola makan kurang baik gastritis, diantaranya 17 responden (11.8%) memiliki pola makan kurang baik gastritis dan 1 responden (5.6%) memiliki pola makan kurang baik tidak gastritis. Hal ini dapat disimpulkan adanya hubungan pola makan dengan kejadian gastritis dengan nilai yang signifikan pvalue yaitu $p=<0.001 <a=0.5$.

B. Saran

Diharapkan petugas pelayanan berperan aktif dalam memberitahukan kepada penderita Gastritis agar menjaga pola makan dengan baik untuk mengurangi terjadinya gastritis melalui penyuluhan atau Pendidikan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani, L., L. M. W., & Puspitasari, I. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.986>
- Arianto, R., & Aminah, S. (2024). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja SMK Kelas XI dan XII di FAHD Islamic School. *Malahayati Nursing Journal*, 6(2), 480–493. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i2.10796>
- Astuti, W., Taharuddin, & Astuti, Z. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Kekambuhan Gastritis Pada Remaja : Literature Review. *Borneo Studies and Research*, 3(2), 1148–1156.
- Cahyani, A. P. A. (2019). *POLA MAKAN PASIEN GASTRITIS KRONIS PADA LANSIA DI DESA TAPAKREJO DUSUN MANGKUREJO KECAMATAN KESAMBEN KABUPATEN BLITAR* [Thesis, Universitas Muhammadiyah Malang]. <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/63184>
- Della Amelia Permana Putri, Hendri Hadiyanto, & Kartika Tarwati. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa Smpn 14 Kelurahan Baros Kota Sukabumi. *Jurnal Perawat Indonesia*, 2(1), 125–134. <https://publish.ojs-indonesia.com/index.php/SIKONTAN>
- Nor Laily, Umi Hanik, Yurike Septianingrum, S. N. H. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Puskesmas Wonokromo Surabaya. *Jurnal Biologi Dan Pendidikan Biolog*, 2(1), 21–30.

Pratama, P. H., Ghifary, H., Khairani, D. S., Syabil, S., & Amalia, R. (2022). Pengaruh Perbedaan Pola Makan Terhadap Penyebab Penyakit Gastritis Pada Remaja Laki-Laki Dan Perempuan: a Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2), 168–174. <https://doi.org/10.31004/jkt.v3i2.4488>

Shalahuddin, I. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan Ybkp3 Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi*, 18(1), 33. <https://doi.org/10.36465/jkbth.v18i1.303>

Siti Padilah, N., Suhanda, Nugraha, Y., & Fitriani, A. (2022). Intervensi Kompres Hangat Untuk Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Gastritis: Sebuah Studi Kasus. *Indogenius*, 1(1), 23–33. <https://doi.org/10.56359/igj.v1i1.58>

Suwindiri, Yulius Tiranda, W. A. C. N. (2021). FAKTOR PENYEBAB KEJADIAN GASTRITIS DI INDONESIA : LITERATURE REVIEW Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang , Sumatera Selatan , Indonesia IKesT Muhammadiyah Palembang , Sumatera Selatan , Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(November), 209–223.

Toscano, E. P., Madeira, F. F., Dutra-Rulli, M. P., Gonçalves, L. O. M., Proença, M. A., Borghi, V. S., Cadamuro, A. C. T., Mazzale, G. W., Acayaba, R., & Silva, A. E. (2018). Epidemiological and clinical-pathological aspects of helicobacter pylori infection in brazilian children and adults. *Gastroenterology Research and Practice*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/8454125>