

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Tingkat II di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta

Rohani¹, Elfira Sri Futriani², Feva Tridiyawati³, Devia Maulana Putri⁴

¹STIKes Sismadi, Indonesia

^{2,3,4}Program Studi Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara, Indonesia
elfirasrifutriani21@gmail.com

Info Artikel	ABSTRACT
<p><i>Article history:</i> Dikirim 18 Januari, 2022 Direvisi 26 Maret, 2022 Diterima 10 Mei, 2022</p>	<p>Timbulnya suatu penyakit berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup dan pola konsumsi makanan yang merangsang peningkatan asam lambung seperti : asinan, cuka, sambal,serta kebiasaan merokok dan minum alkohol, sehingga banyak timbul masalah kesehatan, salah satunya gangguan pada lambung seperti gastritis. Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik, difus atau local, dengan karakteristik anoreksia, perasaan penuh diperut (tengah), tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah (Adriansyah, 2013). Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat 2 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta tahun 2018. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik yang bertujuan untuk melihat adanya hubungan dngan menggunakan metode “cross-sectional” yaitu jenis variabel sebab (independent) maupun variabel akibat (dependent) diukur dalam waktu bersamaan. Dari hasil cross tabulasi antara variabel pola makan dengan kejadian gastritis menunjukkan hasil statistic Continuity Correction diperoleh nilai $P= 0.073$ ($P.Value>0.05$) artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada hubungan antara variabel pola makan dengan kejadian gastritis. Diketahui dari 65 responden kejadian terbanyak terdapat pada kategori mahasiswa yang mengalami gastritis yaitu sebanyak 36 orang (55.4%) responden. Sedangkan responden yang tidak mengalami gastritis terdapat 29 orang (44.6%) responden. diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan atau referensi bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian serupa.</p>
<p><i>Kata Kunci: Pola Makan, Gastritis</i></p>	<p style="text-align: center;"><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> <div data-bbox="1157 1664 1380 1742" style="text-align: right;"></div>
<p><i>Corresponding Author:</i> Nama : Elfira Sri Futriani Address : Jl. Swadaya No.19, Jatibening, Kec. Pondokgede Kota Bekasi, Jawa Barat 17412, Indonesia Email : elfirasrifutriani21@gmail.com</p>	

1. PENDAHULUAN

Timbulnya suatu penyakit berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup dan pola konsumsi makanan yang merangsang peningkatan asam lambung seperti : asinan, cuka, sambal, serta kebiasaan merokok dan minum alkohol, sehingga banyak timbul masalah kesehatan, salah satunya gangguan pada lambung seperti gastritis. Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik, difus atau local, dengan karakteristik anoreksia, perasaan penuh diperut (tengah), tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah (Adriansyah, 2013).

Penyakit gastritis atau yang sering dikenal sebagai penyakit maag merupakan penyakit yang sangat mengganggu. Biasanya penyakit gastritis terjadi pada orang-orang yang mempunyai pola makan yang tidak teratur dan memakan makanan yang merangsang produksi asam lambung. Beberapa infeksi mikroorganisme juga dapat menyebabkan terjadinya gastritis. Gejala-gejala sakit gastritis selain nyeri didaerah ulu hati juga menimbulkan gejala seperti mual, muntah, lemas, kembung, terasa sesak, nafsu makan menurun, wajah pucat, suhu badan naik, keluar keringat dingin, pusing, selalu bersendawa dan pada kondisi yang lebih parah, bisa muntah darah (Wijoyo dalam Pratiwi, 2013).

Dampak dari penyakit gastritis dapat mengganggu aktifitas pasien sehari-hari karena munculnya beberapa keluhan seperti rasa sakit di ulu hati, rasa terbakar, mual, muntah, lemas, tidak nafsu makan dan keluhan-keluhan lainnya. Bila penyakit ini tidak ditangani secara optimal dan dibiarkan hingga kronis, gastritis akan berkembang menjadi ulkus peptikus yang pada akhirnya mengalami komplikasi perdarahan, perforasi gaster, peritonitis dan bahkan kematian (Valle dalam Jakaria, 2013).

Gastritis biasanya diawali oleh pola makan yang tidak teratur. Kebiasaan makan yang buruk dan mengonsumsi makanan yang tidak higien merupakan faktor terjadinya gastritis (Wahyu, 2013).

World Health Organization (WHO) mengadakan tinjauan terhadap beberapa negara dunia dan mendapatkan hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35% dan Perancis 29,5%. Di dunia, insiden gastritis sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahun. Insiden terjadinya gastritis di Asia Tenggara sekitar 583,635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Prevalensi gastritis yang dikonfirmasi melalui endoskopi pada populasi di Shanghai sekitar 17,2% yang secara substansial lebih tinggi dari pada populasi di Barat yang berkisar 4,1% dan bersifat asimtomatik. Gastritis biasanya dianggap sebagai suatu hal yang remeh namun gastritis merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat menyusahkannya.

Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,369 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk. Didapatkan bahwa di kota Surabaya angka kejadian gastritis sebesar 31,2% Denpasar 46%. Sedangkan di Jawa Tengah angka kejadian cukup tinggi sebesar 79,6% (Risksedes, 2013).

Dokter Spesialis Penyakit dalam konsultan penyakit Lambung dan pencernaan Dr Ari Fahrial Syam mengatakan angka kejadian sakit maag pada masyarakat, khususnya penduduk Jakarta memang cukup tinggi mencapai 58,1%. Penelitian dilakukan pada 1.645 responden penduduk Jakarta yang berasal dari 5 wilayah kota Jakarta (Fahrial Syam, 2014).

Gastritis yang terjadi pada pelajar karena tidak memperhatikan pola makan yang teratur, selain itu makan makanan pedas dan asam yang dapat merangsang dan meningkatkan asam lambung dan makanan tersebut paling beresiko meningkatkan gastritis. Orang yang memiliki pola

makan yang tidak teratur mudah terserang penyakit ini. Pada saat perut diisi, tapi dibiarkan kosong atau ditunda pengisian nya, asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung, sehingga timbul rasa nyeri. Pola makan yang baik terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, pola makan yang teratur merupakan salah satu dari pelaksanaan gastritis dan juga merupakan pencegah kekambuhan gastritis.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap mahasiswa Stikes Abdi Nusantara Jakarta, dari mahasiswa tingkat 3 didapatkan 25% mahasiswa yang memiliki riwayat penyakit gastritis, dan 75% mahasiswa yang pola makannya baik, sedangkan dari mahasiswa tingkat 2 didapatkan 45% mahasiswa yang memiliki riwayat penyakit gastritis, dan 50% mahasiswa yang memiliki pola makan buruk. Dari data tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat 2 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta tahun 2018.

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik yang bertujuan untuk melihat adanya hubungan

3. HASIL

Table 1. Distribusi frekuensi pola makan dan gastritis pada mahasiswa tingkat II Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta tahun 2018

No	Variabel	Jumlah	Persentasi (%)
1.	Pola Makan		
	Kurang Baik	27	41.5%
	Baik	38	58.5%
2.	Gastritis		
	Tidak	29	44.6%
	Iya	36	55.4%

Table 2. Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat II Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta tahun 2018

Pola Makan	Tidak Gastritis	Frekuensi	Ya Gastritis	Frekuensi	Total	P Value	OR
Kurang Baik	8	29.6%	19	70.4%	27	0.073	341
Baik	21	55.3%	17	44.7%	38		
					100.0%		

4. PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta Tahun 2018, diketahui dari jumlah total 65 responden yang memiliki pola makan kurang baik ada 27 orang (41.5%), responden yang memiliki pola makan baik ada 38 orang (58.5%).

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta Tahun 2018, diketahui dari jumlah total 65 responden yang tidak mengalami gastritis ada 29 orang (44.6%), responden yang mengalami ya gastritis ada 36 orang (55.4%).

Dari hasil cross tabulasi antarvariabel pola makan dengan kejadian gastritis menunjukkan hasil statistic *Contonuity Correction* diperoleh nilai P Value = 0.073 (P.Value>0.05) artinya HA ditolak dan HO diterima, yang berarti tidak ada hubungan antara variabel pola makan dengan kejadian gastritis.

Dari hasil uji odds rasio menunjukkan (odds Eatio = Value 341) dapat diketahui bahwa mahasiswa yang pola maknnya tidak baik 3 kali beresiko terkena penyakit gastritis dibandingkan dengan mahasiswa yang pola makannya baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ilyas Permana dengan judul “ Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat 1 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta Tahun 2017”. Jenis penelitian yang digunakan survey analisis, dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian sebanyak 60 orang dengan teknik pengambilan Random Sampling. Dari hasil penelitian didapatkan 34 responden yang memiliki pola makan baik dengan presentase 43.3% dan 26 responden yang pola makan buruk dengan hasil presentase 56.7% dan kejadian gastritis dari 60 responden yang diteliti terdapat 29 responden yang tidak mengalami gastritis dengan presentase 48.3% dan 31 responden yang gastritis dengan presentase 51.7%. Dari hasil penelitian ada hubungan yang bermakna (P=0,000) Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis.

Menurut Brunner & Suddart (2013) salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis adalah pola makan yang tidak baik, terlambat makan, kebiasaan merokok, mengonsumsi makanan dan minuman seperti cabe, cuka, asam, kopi, alkohol dan faktor psikologis (stress psikis dan stress fisik).

Kebiasaan tidak makan pagi dan malas minum air putih. Gadis remaja sering terjebak dengan pola makan tak sehat, menginginkan penurunan berat badan secara drastis bahkan sampai gangguan pola makan; kebiasaan ngemil makanan cemilan yang rendah gizi (kurang kalori, protein, vitamin dan mineral) seperti makanan ringan, kerupuk an chips; kebiasaan makan makanan siap saji (fast food) komposisi gizinya tidak seimbang yaitu terlalu kandungan energinya, seperti pasta, fired chicken, dan biasanya juga disertai dengan mengonsumsi minuman bersoda yang berlebihan (Sari, 2013).

Dalam hal ini peneliti berasumsi bahwa tingkat kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat 2 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta tahun 2018, yang mengalami penyakit gastritis mengalami penurunan dan terdapat tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis. Oleh karena itu peneliti berasumsi, mahasiswa harus lebih tahu bagaimana cara mempertahankan pola makan yang baik, sehingga dengan berpola makan baik diharapkan dapat terhindar dari penyakit gastritis.

5. KESIMPULAN

Diketahui dari 65 responden kejadian terbanyak terdapat pada kategori mahasiswa yang mengalami gastritis yaitu sebanyak 36 orang (55.4%) responden. Sedangkan responden yang tidak mengalami gastritis terdapat 29 orang (44.6%) responden. Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat 2 di Sekola Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi

Nusantara. Hasil uji *Continuity Correction* diperoleh nilai P-Value 0.073 ($P > 0.05$). Nilai Odds Ratio menunjukkan (oddsEatio = Value 341) dapat diketahui bahwa mahasiswa yang pola maknnya tidak baik 3 kali beresiko terkena penyakit gastritis dibandingkan dengan mahasiswa yang pola makannya baik. Diketahui dari hasil study banding antara tahun 2017 – 2018 terjadi penurunan kejadian gastritis pada mahasiswa STIKes Abdi Nusantara Jakarta. Berarti mahasiswa masih harus mempertahankan dan memahami tentang kebiasaan pola makan yang sehat dan baik.

ACKNOWLEDGMENT

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta yang telah mengikuti studi ini dan terima kasih kepada STIKes Abdi Nusantara yang telah memberikan dana.

REFERENCES

- Adriansyah, 2013. *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis*. Poltekes. Jakarta: Depkes.
- Iskak Zanur, 2013. *Gastritis Akut dan Gastritis Kronis*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Kurnia Yahya, 2015. *Pola Makan Dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan*, Skripsi. Jakarta: Universitas Esa Unggul Fakultas Ilmu Kesehatan Ilmu Gizi.
- Lestari Bunga, 2014. *Gambaran Pola Makan Pada Mahasiswa*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Negri Syarif Hidayatullah. <http://etd.repository.ugm.ac.id/index.php?mod=opac&sub=Opac&act=view&typ=html&se lf=1&op=opac>.
- Pratiwi Wahyu, 2013. *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Pondok Pesantren Daar EL-Qolam Gintung, Jayanti, Tangerang*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negri Syarif Hidayatulla.
- Pratiwi Eka, 2015. *Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan Remaja*. Skripsi. Jakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah. Riskesdas, 2103. Angka Kejadian Gastritis Pada Beberapa Daerah Di Indonesia. Percetakan Depkes, Jakarta.
- WHO, 2013. *Tahapan Perkembangan remaja*. Departemen Kesehatan RI. Jakarta.
- WHO, 2013. *Penomena Kejadian Gastritis*. Riskesdas. Jakarta. <http://WHO+gastritis=repository.unhas.ac.id&oq=who+Kejadian+gastritis+repository.unhas.ac.id &aqs=mobile-gws-lite>
- Notoatmodjo, 2013. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.