

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN RISIKO KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA KEPERAWATAN DI KOTA TOMOHON

Peekie Rondonuwu¹, Sofietje Pangkerego², Fitri Oftidelsin Baring³

¹Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

²⁻³Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon
peekirondonuwu@gmail.com

Abstract—Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa that is acute, chronic, diffuse, or local. Characteristics of this inflammation are anorexia, a feeling of fullness or discomfort in the epigastrium, nausea, and vomiting. The purpose of this study was to determine the correlation between dietary habit seen from the regularity of eating frequency, meal portions, and types of food. The research method used in this research was an analytic survey with a cross sectional approach with a total sampling of 124 respondents from 2nd and 4th semester students at Sariputra Indonesia University, Tomohon. The instrument used was questionnaires. The independent variable is dietary habit and the dependent variable is the risk of gastritis. The results showed that there was a correlation between dietary habits and the risk of gastritis using the chi square test with a significant level of $\alpha = 0.05$, p value = 0.002, which means this value is smaller than 0.05. These results indicate that H_1 is accepted and H_0 is rejected. The conclusion in this study is that there is a correlation between dietary habits and the risk of gastritis in nursing students at Sariputra Indonesia University, Tomohon, which is in the fair category.

Keywords: dietary habit, risk of gastritis, college students

Abstrak—Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus, atau lokal. Karakteristik dari peradangan ini antarlain anoreksia, rasa penuh atau tidak nyaman pada epigastrium, mual, muntah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola makan dilihat dari keteraturan frekuensi makan, porsi makan, dan jenis makanan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional dengan total sampling 124 responden dari mahasiswa semester 2 dan 4 Universitas Sariputra Indonesia Tomohon. Instrumen yang digunakan adalah angket. Variabel bebas adalah pola makan dan variabel terikat adalah risiko gastritis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan risiko gastritis menggunakan uji chi square dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$, p value = 0,002 yang berarti nilai ini lebih kecil dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak. kesimpulan dalam penelitian ini terdapat hubungan pola makan dengan resiko kejadian gastritis pada mahasiswa Keperawatan di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon yang berada dalam kategori Cukup.

Kata kunci: pola makan, risiko maag, mahasiswa

PENDAHULUAN

Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus, atau lokal. Karakteristik dari peradangan ini antara lain anoreksia, rasa penuh atau tidak nyaman pada epigastrium, mual, muntah. Peradangan lokal pada mukosa lambung ini akan berkembang bila mekanisme protektif mukosa dipenuhi dengan bakteri atau bahan iritasi lainnya. (Iena.MardeIda 2017).

Penyakit gastritis atau sering dikenal sebagai penyakit maag merupakan penyakit yang sangat mengganggu. Biasanya penyakit gastritis terjadi pada orang-orang

yang memiliki pola makan yang tidak teratur dan memakan makanan yang merangsang produksi asam lambung. Beberapa mikroorganisme juga dapat menyebabkan gastritis. Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, pola makan merupakan sebagian informasi yang memberi gambaran macam dan model bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari yang meliputi frekuensi makan jenis

makanan dan porsi makan (Rizkiana & Tanuwijaya, 2021)

Badan penelitian kesehatan dunia 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%. Didunia, 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 daripada populasi di barat yang berkisar 4,1% dan bersifat asimtomatik.

Angka kejadian gastritis di Indonesia cukup tinggi, dalam hitungan ada 100 ribu orang gastritis dan di Indonesia mempengaruhi kematian 4 sampai 12 orang. Penyakit ini juga mempengaruhi kesehatan masyarakat sebanyak 41% dengan presentase perempuan lebih banyak dari laki-laki. Sebagian masyarakat mengatakan penyakit pada sistem pencernaan (gastritis) ini disebabkan oleh kebiasaan makan yang salah atau tidak teratur. (Maharani et al., 2021). Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk di Indonesia gastritis adalah satu dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit dengan jumlah 30,154 kasus (4,9%) pada tahun 2016. Gastritis biasa dialami oleh kalangan muda yang disebabkan oleh gaya hidup, pola makan serta meningkatnya stres akibat perkuliahan sehingga mahasiswa tidak sempat mengatur pola makannya (Nurdiant et al, 2019).

Di Provinsi Sulawesi Utara sendiri sakit ulu hati atau maag yang biasa dikenal oleh masyarakat ternyata menduduki peringkat kedua dari 10 penyakit berdasarkan laporan kunjungan kerja komisi IX DPR RI ke Provinsi Sulawesi Utara penyakit gastritis ini paling banyak dikeluhkan di warga kabupaten Bolaang Mongondow utara

(Bolut). Data Dinas Kesehatan (Dinkes) Bolut sebanyak 4.317 kasus penyakit yang disebut gastritis dalam istilah kedokteran. Penyakit gastritis lebih banyak karena pola makan tidak teratur walaupun ada penyebab-penyebab lainnya: maag bisa saja terjadi karena stres. Karena pikiran membuat metabolisme tubuh terganggu. Hal tersebut bisa memicu asam lambung meningkat. Rasa sakit di ulu hatipun dirasakan penderitanya.

Mahasiswa yang merupakan bagian dari dinamika akademisi kampus dan sebagai generasi penerus bangsa tidak luput dari aktifitas yang tinggi mulai dari tugas perkuliahan, berorganisasi dan kehidupan sosial yang dimiliki. Aktifitas yang padat serta kehidupan sosial pada mahasiswa mempengaruhi perilaku hidup sehatnya, khususnya pada pola makannya sehari-hari. Pola makan sehari-hari mahasiswa cenderung tidak memiliki jadwal makan teratur, seperti: terlambat makan, menunda waktu makan, tidak sarapan pagi sehingga perut mengalami kekosongan dalam jangka waktu lama.

Berdasarkan penelitian Syamsu (2017) tentang kejadian gastritis yang disebabkan oleh pola makan di dapatkan hasil bahwa dari 95 responden yang diteliti, responden yang memiliki pola makan kurang baik sebanyak 52 mahasiswa (54,7%), yang terdiri dari 21 responden (22,1%) memiliki frekuensi makan < 2 kali sehari, 48 responden (50,5%) menyukai jenis makanan yang berisiko dapat menimbulkan gastritis dan 72 responden (75,8%) mempunyai porsi makan yang tidak sesuai dengan anjuran makan bagi mahasiswa. Dengan demikian dijelaskan bahwa gastritis banyak disebabkan karena pola makan yang tidak teratur seperti kebanyakan mahasiswa makan hanya 1-2 kali sehari bahkan ada juga mahasiswa makan hanya 1 kali sehari dengan porsi makan yang banyak. Disamping itu jumlah kandungan karbohidrat, protein, vitamin dan mineral dalam makanan yang dikonsumsi tidak seimbang. Gastritis yang terjadi pada mahasiswa 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 tidak teratur lebih mudah terserang penyakit ini. Pada saat perut diisi tapi dibiarkan kosong atau ditunda pengisiannya asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung, sehingga timbul rasa nyeri.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 15 mahasiswa terdapat 6 orang mengalami gastritis 3 orang sering merasa nyeri pada uluh hati, dan 6 orang lainnya sering makan kurang dari 3x sehari. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai "Hubungan pola makan dengan resiko kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan Universitas Sariputra Indonesia Tomohon Tahun 2022

TUJUAN PENELITIAN

Untuk mengetahui hubungan Pola Makan Dengan Resiko Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi berjumlah 180 Mahasiswa. Teknik sampling yaitu purposif sampling dengan sampel 124 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner. Analisa yang digunakan analisa univariat (jenis kelamin, umur,) dan analisa bivariat menggunakan *ujichisquare*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik responden berdasarkan umur di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon Tahun 2022

Umur	Frekuensi	%
17-20 Tahun	100	80,6
21-25 Tahun	24	19,4
Total	124	100,0

Berdasarkan tabel 1 Berdasarkan data hasil penelitian, diperoleh data karakteristik responden menurut umur pada mahasiswa semester II dan IV Fakultas keperawatan dapat dilihat bahwa responden terbanyak adalah 17-20 tahun berjumlah 100 responden (80,6%).

Tabel 2. Deskripsi Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon Tahun 2022

Jenis kelamin	Frkuensi	%
Perempuan	84	67,7
Laki-laki	40	32,3
Total	124	100,0

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwakarakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan responden terbanyak adalah perempuan berjumlah 84 responden (67,7%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pola makan Mahasiswa di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon Tahun 2022.

Pola makan	Frekuensi	%
Kurang	36	29,0
Cukup	82	66,1
Baik	6	4,8
Total	124	100,0

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 124 responden, 6 orang (4,8%) pola makan baik, 82 orang (66,1%) pola makan cukup, 36 orang (29,0%) pola makan kurang.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Risiko Kejadian Gastritis Mahasiswa di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon Tahun 2022

Risiko kejadian gastritis	Frekuensi	%
TIDAK	61	49,2
YA	63	50,8
Total	124	100,0

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa 124 responden, 61 (49,2%) mahasiswa tidak memiliki resiko kejadian gastritis, 63 (50,8%) mahasiswa memiliki resiko kejadian gastritis.

2. Analisis Bivariat

Tabel 5. Tabulasi silang Hubungan pola makan dengan risiko kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon Tahun 2022.

Pola makan	Resiko kejadian gastritis					
	tidak		ya		total	
	n	%	n	%	n	%
Kurang	9	7,3%	27	21,8%	36	29,0%
Cukup	49	39,5%	33	26,6%	82	66,1%
Baik	3	2,4%	3	2,4%	6	4,8%
Total	61	49,2%	63	50,8%	124	100,0%

Berdasarkan tabel 5 tabulasi silang hubungan pola makan dengan risiko kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon menunjukkan bahwa dari 124 responden yang paling besar persentasenya yaitu pola makan dengan kategori cukup yakni 82 orang dengan persentase (66,1%), sementara yang paling sedikit yaitu responden pola makan Baik yakni 6 orang dengan persentase (4,8%), sedangkan resiko kejadian gastritis yang paling banyak kategori YA 63 orang dengan nilai persentasenya (50,8%), dan yang paling sedikit dari resiko kejadian gastritis yaitu kategori TIDAK dengan jumlah 61 orang persentasenya (49,2%). Hasil analisis kedua variabel diatas menggunakan statistik chi square pada SPSS di peroleh nilai signifikan (p)=0,002 yang menunjukkan nilai tersebut <0,05 r tabel 0,230, artinya pola makan berhubungan dengan resiko kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon dengan tingkat hubungan berada pada kategori cukup, sehingga dapat ditarik kesimpulan H0 ditolak dan H1 diterima

B. PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini menunjukkan dari 124 responden dengan kurang waktu kurang lebih 30 hari, di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon, melalui pengujian data pada program SPSS dengan menggunakan uji *chi square* dengan taraf signifikan 0,05, diperoleh nilai p=0,002 yang artinya nilai ini lebih kecil dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak yang berarti pola makan memiliki resiko kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan semester II dan IV di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon.

Pola makan merupakan berbagai informasi yang memberi gambaran macam dan model bahan makanan yang di konsumsi setiap hari. Yang meliputi frekuensi makan jenis makanan dan porsi makan < 2 kali sehari sehingga beresiko menimbulkan terjadinya gastritis. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa frekuensi makan dikatakan baik bila frekuensi makan setiap harinya 3 kali makanan utama atau 2 kali makanan utama dengan 1 kali makanan salingan, dan dinilai kurang bila frekuensi makan setiap harinya 2 kali makanan utama atau kurang (hudha dalam pratiwi, 2013).

Hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar responden menyukai jenis makanan yang birisiko dapat menimbulkan gastritis, maka tidak heran banyak responden yang mengalami gastritis hal ini sesuai dengan pernyataan dari (smeltzer dan bare 2006) menyatakan bahwa jenis makanan yang sembarangan seperti makanan yang pedas dan asam-asam akan merangsang dinding lambung untuk mengeluarkan asam lambung, pada akhirnya kekuatan dinding lambung akan menurun, tidak jarang kondisi ini akan menimbulkan luka pada dinding lambung sehingga dapat menimbulkan terjadinya gastritis.

Peneliti berasumsi bawa ketidak teraturan pola makan dan kebiasaan dalam memilih makanan yang birisiko gastritis pada mahasiswa khususnya semester II dan

IV, sehingga terdapat mahasiswa yang memiliki resiko kejadian gastriti yang cukup tinggi, adapun beberapa faktor seperti frekuensi makan, jenis makanan porsi makan ini harus diperhatikan dalam mengatur pola makan yang baik.

Penelitian ini sesuai dengan yang di gambarkan oleh penelitian (fitri, yusuf, dan yuliana 2013) tentang gambaran pola makan penderita gastritis di dapatkan hasil angka resiko gastritis pada mahasiswa masih cukup tinggi.

Didapatkan hasil penelitian bahwa dari 124 responden yang di teliti jumlah responden yang beresiko terjadi gastritis sebanyak 63 responden (50,8%)

Penelitian ini sesuai dengan penelitian rahma, Ansar, dan rismayati (2013) bahwa gambaran dari resiko gastritis di sebabkan karena responden sering mengkonsumsi jenis makanan yang beresiko seperti makanan yang pedas, bersantan, dan mengandung gas, memiliki frekuensi makan yang tidak tepat, mengkonsumsi kafein, dan OAINS.

Peneliti melihat bahwa kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan semester II dan IV di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon ini banyak disebabkan karena pola makan yang tidak teratur seperti kebanyakan mahasiswa yang makan kurang dari 3x sehari bahkan ada juga mahasiswa yang makan 1x sehari dengan porsi makan yang banyak disamping itu jumlah kandungan karbohidrat, protein, vitamin dan mineral dalam makanan yang di konsumsi tidak seimbang

SIMPULAN

1. Pola makan pada mahasiswa keperawatan semester II dan IV yang bersedia di teliti di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon berada di kategori cukup
2. Resiko kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan semester II dan IV di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon berada di kategori YA
3. Terdapat hubungan pola makan dengan resiko kejadian gastritis pada mahasiswa

keperawatan semester II dan IV di Universitas Sariputra Indonesia Tomohon

REFERENSI

- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi 2010*. Jakarta : Rineka Cipta
- Diatsa, B., Muhlisin, A., Kep, M., Yulian, V., & Kep, S. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di Pondok AL-Hikmah, Trayon, Karanggede, Boyolali.
- Fika Diliyana, Y., Utami Program Studi Keperawatan, Y., & Bhakti Husada Mulia Madiun, S. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri (The Relationship Of Dietary Habit With Incidence Of Gastritis Teenage In The Health Centers Of Balowerti Kediri). In *Journal of Nursing Care & Biomolecular* (Vol. 5, Issue 1).
- Fitri, R., Yusuf, L., & Yuliana. 2013. Deskripsi pola makan penderita maag pada mahasiswa. Skripsi. FKIK Universitas Negeri Padang. Sumatera Barat. [internet]. Bersumber dari <http://ejournal.unp.ac.id/>
- Futriani, S. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat Ii Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta Tahun 2018. In *Jurnal Antara Keperawatan* (Vol. 3, Issue 1).
- Mardalena. Ida. 2017. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Pencernaan*. Yogyakarta : PT Pustaka Baru
- Maharani, R., Alhidayati, A., Syukaisih, S., & Rahayu, E. P. (2021). Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa Kesehatan di STIKes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Global*, 4(2), 75–83. <https://doi.org/10.33085/jkg.v4i2.4791>
- Pratiwi, Wahyu. 2013. Hubungan Pola makan dengan Gastritis pada Remaja di

- Pondok Pesantren Daar El-Qolam Gintung, Jayanit, Tangerang. Skripsi FKIK Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta. [internet].
- Rizkiana, N., & Tanuwijaya, R. R. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan dan Faktor Stress dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Larangan Utara Kota Tangerang. *UrnalJ Dunia Gizi*, 4(1), 30–35. <https://doi.org/10.33085/jdg.v4i1.4966>
- Saputra, W. A. (2017). Faktor Resiko Kejadian Gastritis Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Karya Tulis Ilmiah*. http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/308/1/KTI_WAWAN_ADI_SAPUTRA.pdf
- Sri Fitriani, E., Tridiyawati, F., Maulana Putri, D., Keperawatan, J., Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta, S., & Kebidanan, J. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat Ii Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta Tahun 2018. In *Jurnal Antara Keperawatan* (Vol. 3, Issue 1).
- Saryono (2011). Metodologi Penelitian Keperawatan. Purwokerto : UPT. Percetakan dan Penerbitan Unsoed
- Syamsu. 2017. Hubungan Pola Makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa (online) <http://jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/view/100>
- Sugiyono (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&d. Bandung:Alfabeta.
- Wahyudi, A., Kusuma, F. H. D., & Andinawati, M. (2018). Hubungan antara kebiasaan mengkonsumsi minuman keras (alkohol) dengan kejadian gastritis pada remaja akhir (18-21 tahun) di asrama putra papua kota malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(1), 686–696.
- Yusfar. (2018). Pola Hubungan Makan Dengan Pencegahan Gastritis dari SMKAntartika