



Hubungan Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Masyarakat Usia Produktif di Desa Pulau Birandang

Junaidah Nur¹, Dewi Anggriani Harahap², Yenny Safitri³

^{1,2,3}Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Riau, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: Januari, 30, 2024
Revised: Januari, 31, 2024
Available online: Februari, 01, 2024

KEYWORDS

Stres, Pola Makan, Gastritis

CORRESPONDENCE

E-mail: junaidahnur348@gmail.com

A B S T R A C T

Gastritis is disease occurs in people who experience stress and have poor eating patterns. The prevalence of gastritis in Kampar Regency always increases every year. Gastritis over a long period of time can cause bleeding, stomach ulcers, stomach cancer and even death. The aim of this research is to determine the relationship between stress and eating patterns with the incidence of gastritis in Pulau Birandang Village, the working area of the Kampa Health Center in 2022. This type of research is quantitative with a cross sectional design. This research was conducted on October 10 – October 13 2022 with a sample size of 81 people obtained using random sampling techniques. The research population was people of productive age (17-35 years) in Birandang Island Village. Data collection techniques use questionnaires. The data analysis used was univariate analysis and bivariate analysis with the Chi Square test. The research results showed that there was a relationship between stress and eating patterns with the incidence of gastritis in people of productive age with stress values ($p = 0.000$) and eating patterns ($p = 0.000$). The conclusion is that there is a relationship between stress and diet and the incidence of gastritis in Pulau Birandang Village, the working area of the Kampa Health Center in 2022.

A B S T R A K

Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut maupun kronis. Manifestasi klinis berupa nyeri, epogostrium, mual, kembung, muntah, nafsu makan menurun. Penyakit ini terjadi pada orang-orang yang mengalami stres dan memiliki pola makan yang tidak baik. Prevalensi kejadian gastritis di Kabupaten Kampar selalu mengalami peningkatan disetiap tahun. Gastritis dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan terjadinya perdarahan, tukak lambung, kanker lambung bahkan kematian. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan stres dan pola makan dengan kejadian gastritis di Desa Pulau Birandang wilayah kerja Puskesmas Kampa tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Oktober – 13 Oktober 2022 dengan jumlah sampel 81 orang diperoleh menggunakan tehnik random sampling. Populasi penelitian ini masyarakat usia produktif (17-35 tahun) di Desa Pulau Birandang. Tehnik pengumpulan data menggunakan kuisioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan analisa bivariat dengan uji Chi Square. Hasil penelitian didapatkan adanya hubungan stres dan pola makan dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif dengan nilai stres ($p = 0,000$) dan pola makan ($p= 0,000$). Kesimpulan terdapat hubungan stres dan pola makan dengan kejadian gastritis di Desa Pulau Birandang wilayah kerja Puskesmas Kampa tahun 2022.

PENDAHULUAN

Gastritis adalah gangguan kesehatan proses pencernaan makanan terutama pada lambung. Dinding lambung tersusun dari jaringan penghasil enzim pencernaan, asam lambung, dan penghasil lendir (mukus) yang berguna untuk melindungi lapisan lambung dari kerusakan akibat asam lambung. Gastritis terjadi disebabkan oleh bermacam-macam faktor, tergantung pada jenis gastritis itu sendiri. Kondisi ini umumnya ditandai dengan nyeri di bagian ulu hati. Lambung bisa mengalami kerusakan karena proses peremasan yang terjadi secara terus menerus dalam keadaan sering kosong, hal ini dapat menyebabkan dinding lambung lecet dan luka, sehingga mengalami proses inflamasi yang disebut gastritis, (Eka Novitayanti, 2020).

Berdasarkan World Health Organization (WHO) tahun 2020, prevalensi kejadian gastritis tertinggi di dunia diantaranya yaitu Kanada 35%, China 31%, Perancis 29.5%, Inggris 22%, dan Jepang 14.5% dan insiden kejadian di Asia Tenggara 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2019, Indonesia menempati urutan ketiga kasus gastritis tertinggi di Asia setelah negara India dan Thailand, dengan prevalensi gastritis yang cukup tinggi yaitu 274.396 kasus atau sebesar 40% dari 238.452.952 jiwa penduduk (Mustakim, 2021).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Riau penyakit gastritis pada tahun 2018 dengan jumlah sebesar 13.471 kasus (3,7%). Pada tahun 2019 gastritis masih termasuk kedalam 10 penyakit terbanyak di Provinsi Riau, yaitu menempati urutan ke-4 dengan jumlah penderita sebanyak 91.522 kasus atau sekitar 8,2%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan (Dinkes)

Kampar tahun 2018, penyakit gastritis menempati urutan ke 5 dari 10 masalah kesehatan terbesar di Kabupaten Kampar dengan jumlah kasus sebesar 10.514 orang. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2020, kejadian gastritis masih cukup tinggi, yaitu 2.667 kasus. Pada tahun 2021 gastritis menempati urutan ke 6 dari 10 penyakit terbanyak, yaitu 5.661 atau sebesar 7%. Wilayah Kabupaten Kampar pada tahun 2021 yaitu 6.343 kasus. Pada tahun ini Puskesmas Kampa berada pada urutan ke tiga kasus gastritis tertinggi dengan jumlah 886 kasus. Wilayah kerja Puskesmas Kampa tahun 2021 adalah Desa Pulau Birandang dengan jumlah kasus sebanyak 192 kasus. Berdasarkan data Puskesmas Kampa bulan Januari hingga Juni 2022 terdapat 98 kasus gastritis dari 430 orang jumlah masyarakat di Desa Pulau Birandang dengan usia 17-35 tahun (Safitri & Nurman, 2020).

Penyakit gastritis dapat menyerang semua tingkat usia maupun jenis kelamin, namun dari data survei menunjukkan bahwa gastritis paling sering menyerang usia produktif yaitu usia 15 – 46 tahun. Gastritis dapat disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu: faktor iritasi, infeksi, pola makan tidak teratur, dan faktor stres atau tekanan emosional yang berlebihan pada seseorang.

Stres adalah reaksi seseorang dalam menghadapi tekanan terhadap respon psikososial (mental, fisik maupun emosional) dalam memenuhi kebutuhannya. Stres dapat menyebabkan gastritis karena pada saat stres terjadi perubahan hormon yang dapat mengakibatkan lambung memproduksi asam secara berlebihan sehingga menimbulkan rasa perih, nyeri, dan kembung pada lambung. Selain tingkat stres, pola makan juga mempengaruhi terjadinya penyakit gastritis karena pola makan yang tidak sesuai dan tidak teratur atau tidak

makan apapun dalam waktu relatif lama akan mengakibatkan kadar asam lambung naik dan terjadi pengikisan dinding lambung hingga menimbulkan tukak. Jika terjadi pengikisan pada lambung hal ini dapat menyebabkan terjadinya feses berdarah (Mappagerang & Hasnah, 2017).

Pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran macam dan model bahan makanan yang di konsumsi setiap hari, yang meliputi: jenis makanan, frekuensi makan, jadwal makan, dan porsi makan. Contoh pola makan yang tidak baik yang dapat memicu terjadinya gastritis adalah seperti jadwal makan yang tidak teratur, mengkonsumsi makanan yang memiliki nilai gizi rendah, serta jumlah makanan yang terlalu banyak dan juga terlalu sedikit (Siagian, 2021).

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 25 Juli 2022 kepada 10 orang masyarakat Pulau Birandang, berdasarkan hasil wawancara 8 orang diantaranya menderita penyakit gastritis karena stres akibat masalah keluarga dan pekerjaan, serta mempunyai pola makan yang kurang sehat, ada yang tidak sarapan sebelum beaktivitas ada juga yang mengkonsumsi makanan yang pedas, ada juga yang makan tidak tepat waktu.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan secara Cross sectional, dimana variabel independen (stres dan pola makan) dan variabel dependen (kejadian gastritis pada masyarakat gastritis). Populasi dalam penelitian ini yaitu masyarakat usia produktif (17-35 tahun) sebanyak 81 orang di Desa Pulau Birandang wilayah kerja UPT. Puskesmas Kampa. Pengambilan sampling

menggunakan teknik Sempel Random Sampling, dengan kriteria inklusi bersedia menjadi responden, rentang usia 17 - 35 tahun, dan bisa membaca dan menulis. Sedangkan yang menjadi kriteria eksklusi yaitu warga yang sudah pindah, dan warga yang tidak bersedia menjadi responden. Jumlah responden yang memenuhi kriteria sebanyak 81 orang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Oktober – 13 Oktober tahun 2022.

Pengumpulan data menggunakan instrumen berupa kuosioner, Pengukuran stres menggunakan modifikasi kuesioner **Perceived Stress Scale** yang terdiri dari 10 item pernyataan sedangkan angka kejadian gastritis diukur dengan menjawab kuesioner yang terdiri dari 17 pertanyaan yang berkaitan dengan masalah gastritis dan paling utama pertanyaan apakah mengalami gastritis atau tidak. Proses pengambilan data pada setiap responden dilakukan secara bersamaan. Sebelum kuesioner diisi, terlebih dahulu diberikan surat pengantar kepada responden yang berisikan maksud dan tujuan penelitian serta membuat kontrak kerja dengan memberikan informed concent. Setelah mendapat izin dari responden, peneliti mulai melakukan wawancara dengan menggunakan kuesioner.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Stres Pada Masyarakat Usia Produktif Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2022

No	Tingkat Stres	Jumlah	Persentase
1	Ya	51	63
2	Tidak	30	37
	Jumlah	81	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 81 jumlah responden masyarakat usia produktif, terdapat sebanyak 51 responden (63%) yang mengalami stres.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Masyarakat Usia Produktif Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2022

No	Pola Makan	Jumlah	Persentase
1	Buruk	58	71,6
2	Baik	23	28,4
Total		81	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 81 jumlah responden masyarakat usia produktif terdapat sebanyak 58 responden (71,6%) kategori pola makan yang buruk mengalami gastritis.

Analisa Bivariat

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Masyarakat Usia Produktif Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2022

No	Tingkat Stres	Kejadian Gastritis				Total	P Value	POR
		Ya		Tidak				
		n	%	N	%			
1	Ya	49	96,1	2	3,9	51	100	0,000 49.000
2	Tidak	10	33,3	20	66,7	30	100	
Total		59	72,8	22	27,2	81	100	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 51 responden yang mengalami stres terdapat sebanyak 2 responden (3,9%) tidak mengalami gastritis, sedangkan dari 30 responden tidak stres terdapat sebanyak 10 responden (33,3%) mengalami gastritis. Uji Chi Square diperoleh nilai $P = 0,000 < \alpha = 0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan ada hubungan stres dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif di Desa Pulau Birandang wilayah kerja UPT Puskesmas Kampa tahun 2022. Berdasarkan nilai prevalensi Odds Ratio yaitu 49.000 yang artinya responden yang mengalami stres berisiko 49.000 kali untuk

mengalami gastritis dibandingkan dengan responden tidak stres.

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Masyarakat Usia Produktif Di Desa Pulau Birandang Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kampa Tahun 2022

No	Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		P Value	POR
		Ya		Tidak					
		N	%	N	%	N	%		
1	Buruk	56	96,6	2	3,4	58	100	0,000 186.667	
2	Baik	3	13	20	87	23	100		
Total		59	71,6	22	28,4	81	100		

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 58 responden dengan pola makan buruk terdapat 2 responden (3,4%) tidak mengalami gastritis, sedangkan dari 23 responden dengan pola makan baik terdapat sebanyak 3 responden (13%) mengalami gastritis. Uji Chi Square diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif di Desa Pulau Birandang wilayah kerja UPT Puskesmas Kampa tahun 2022. Berdasarkan nilai prevalensi Odds Ratio yaitu 186.667 yang artinya responden pola makan buruk berisiko 186.667 kali untuk mengalami gastritis dibandingkan dengan responden pola makan baik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 51 responden yang mengalami stres terdapat sebanyak 2 responden (3,9%) tidak mengalami gastritis, sedangkan dari 30 responden tidak stres terdapat sebanyak 10 responden (33,3%) mengalami gastritis. Berdasarkan hasil uji Chi Square diperoleh nilai p value 0,000 ($< 0,05$), dengan demikian dapat disimpulkan ada hubungan stres dengan kejadian gastritis pada

masyarakat usia produktif di Desa Pulau Birandang wilayah kerja UPT Puskesmas Kampa.

Menurut asumsi peneliti responden yang mengalami stres lebih tinggi rasiko terjadinya gastritis dibandingkan dengan responden mengalami stres tetapi tidak mengalami gastritis, hal ini dibuktikan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti yaitu dari 51 responden yang mengalami stres terdapat sebanyak 2 responden (3,9%) tidak mengalami gastritis.

Stres dapat marangsang peningkatan produksi asam lambang dan gerakan peristaltik lambung, stres juga dapat mendorong terjadinya gesekan antara makanan dan dinding lambung menjadi bertambah kuat. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya peradangan dilambung. Stres seseorang sangat dipengaruhi oleh tingkat kematangan berfikir, tingkat pendidikan dan kemampuan adaptasi terhadap lingkungan, saat seseorang mengalami stres terjadi respon pada saluran pencernaan seperti mulut menjadi kering, mual dan muntah (Rukmana, 2019).

Ketika stres, hati akan memproduksi glukosa untuk meningkatkan kebutuhan energi. Glukosa yang tidak terpakai oleh tubuh akan kembali diserap oleh tubuh. Jika mengalami stres berkepanjangan, hal ini sangat berbahaya bagi tubuh, karena dapat menyebabkan tubuh tidak mampu lagi menyimpan glukosa yang berlebih yang mengakibatkan seseorang beresiko mengalami penyakit diabetes tipe 2. Selain itu juga dapat menyebabkan terganggunya aliran hormon, pernapasan cepat, dan terjadinya peningkatan denyut jantung yang dapat mengganggu sistem pencernaan sehingga mengakibatkan peningkatan asam lambung menjadi gastritis (Ulfa & Fahzira, 2019).

Sedangkan dari 30 responden tidak stres terdapat sebanyak 10 responden (33,3%)

mengalami gastritis. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, responden tidak stres tetapi mengalami gastritis disebabkan karena pengaruh dari faktor pola makan yang buruk, kebiasaan konsumsi minuman bersoda.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 58 responden dengan pola makan buruk terdapat 2 responden (3,4%) tidak mengalami gastritis, sedangkan dari 23 responden dengan pola makan baik terdapat sebanyak 3 responden (13%) mengalami gastritis. Uji Chi Square diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif di Desa Pulau Birandang wilayah kerja UPT Puskesmas Kampa.

Menurut Suharjo dalam Pratiwi (2013), pola makan yang baik yaitu 3 kali makan utama dengan 1 kali makanan selingan, dan dinilai kurang bila pola makan setiap harinya 2 kali makan utama atau kurang sehingga beresiko terjadinya kekambuhan gastritis.

Sedangkan menurut Pasaribu (2014), terjadinya gastritis disebabkan karena frekuensi makan seseorang, selain itu gastritis juga bisa disebabkan karena faktor-faktor lain, seperti kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi responden, infeksi *Helicobacter pylori*, maupun stres, bahan makanan yang tersedia, serta mudah untuk mendapatkannya dan harga bahan makanan yang cukup terjangkau oleh responden, membuat sebagian besar responden memiliki frekuensi makan baik.

Menurut teori (Rantung & Malonda, 2019) gastritis terjadi karena adanya peradangan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi akibat lambung yang harusnya diisi tetapi dibiarkan kosong atau ditunda pengisiannya maka asam lambung akan meningkat dan mencerna

lapisan mukosa lambung dan menimbulkan rasa nyeri. Kerena responden memiliki kebiasaan makan tepat waktu dan sering ngemil, sehingga lambung tidak pernah kosong dan sehingga kejadian gastritis dapat dicegah.

Sedangkan dari 23 responden pola makan baik terdapat sebanyak 3 responden (13%) mengalami gastritis. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, responden dengan pola makan baik tetapi mengalami gastritis, hal ini disebabkan karena dipicu oleh faktor stres berat, dan ketergantungan konsumsi obat anti nyeri. Menurut asumsi peneliti, responden mengalami gastritis disebabkan karena adanya riwayat pemakaian obat anti nyeri pada responden dalam jangka waktu yang panjang dan akibat terinfeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Selain itu, faktor stres berat yang dialami responden juga mengakibatkan responden mengalami gastritis.

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 81 jumlah responden, terdapat 59 responden (72,8 %) mengalami gastritis, 56 responden dengan pola makan buruk mengalami gastritis dan 3 responden dengan pola makan baik tetapi mengalami gastritis.

Semakin buruk kebiasaan pola makan seseorang maka akan semakin tinggi pula risiko terjadinya gastritis. Pola makan yang buruk seperti kebiasaan makan tidak teratur atau tidak makan apapun dalam waktu relatif lama, konsumsi obat-obatan, dan alkohol dapat menyebabkan terjadinya iritasi pada mukosa lambung. Bila mukosa lambung rusak maka akan inflamasi terus menerus dan dapat menyebabkan terjadinya gastritis.

SIMPULAN

Hasil penelitian yang didapatkan disimpulkan:

1. Distribusi frekuensi stres dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif sebagian besar mengalami gastritis.
2. Distribusi frekuensi pola makan dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif sebagian besar mengalami gastritis.
3. Ada hubungan yang bermakna antara stres dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif
4. Ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian gastritis pada masyarakat usia produktif

SARAN

1. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman peneliti terkait hubungan stress dan pola makan dengan kejadian gastritis.

2. Bagi Tempat Peneliti

Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini kepada pemerintah desa untuk dapat memberikan penyuluhan kepada masyarakatnya tentang pentingnya mengolah stres dan pola makan agar dapat menekan angka kejadian gastritis.

3. Bagi Institut Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan dan menjadi referensi bahan bacaan di perpustakaan dalam pendidikan keperawatan serta dijadikan perbandingan penelitian selanjutnya terkait dengan kesehatan pencernaan mengenai gastritis.

REFERENSI

- Al-bahmi, U. S. (2018). Hubungan Tingkat Stress Dengan Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa Pre-klinik Semester 1 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Tahun 2017. *Skripsi*, 1–46.
- Antony, C., Chistine, Suhartina, & Nasutiaon, S. L. R. (2022). Hubungan Antara Faktor Stress Dengan Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa Universitas Prima Indonesia Relationship Between Stress Factors and Gastritis in Students of Prima Indonesia Univercity. *Jurnal Ilmu Dan Penelitian Kesehatan*, 4(1), 371–378.
- Cookson, M. D., & Stirk, P. M. R. (2019). Tingkat Stres Remaja Dalam Menghadapi Pembelajaran Daring Akibat Pandemi Covid-19. *2014*, 13–29.
- Eka Novitayanti. (2020). Identifikasi Kejadian Gastritis Pada Siswa Smu Muhammadiyah 3 Masaran. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 18–22.
- Engel. (2014). Dokumen Keperawatan. *Paper Knowledge Toward a Media History of Documents*, 3(1), 5.
- Fitri, R., Sri, R., Henny, C., & Haris, S. (2020). (2018). 3 . 1 Desain Penelitian Penelitian ini adalah penelitian deskriptif , Menurut Notoatmodjo (2018) penelitian deskriptif adalah penelitian yang diarahkan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan didalam suatu komunitas atau masyarakat . Peneli. 39–53.
- Fitria. (2013). Penelitian Universitas Malang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Handayani, 2020. (2018). Metodologi penelitian. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2020, 10–27.
- Hardi, & H. (2015). Asuhan Keperawatan Pada Ny. R Dengan Masalah Gastritisdi Puskesmas Rawat Inap Kampar Kiri.
- Hoesny, R., & Nurcahaya, N. (2019). Stres Dan Gastritis: Studi Crss Sectional Pada Pasien Di Ruang Rawat Inap Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bone-Bone Tahun 2018. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(2), 302–308.
- Imayani, S., CH, M., & Aritonang, J. (2019). Gastritis Dan Faktor-Faktor Yang Berpengaruh (Studi Kasus Kontrol) Di Wilayah Kerja Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2017. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1(2), 132–144. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v1i2.81>
- Luis, F., & Moncayo, G. (2017). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Kota Padang tahun2017. 3.
- M. Nur Ali Ramadhan. (2013). Asuhan Keperawatan pada Pasien Gastritis dengan Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang dari Kebutuhan Tubuh. X, 1–21.
- Malik, H. A. (2012). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Gastritis Pada Orang Dewasa Di Ruang Ra1 Dan Ra2 Rsup H.Adam Malik Medan. *Kementerian Kesehatan*, 1–5.
- 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.
- Mediaperawat. (2021). Alat Ukur Tingkat Stres. In *Www.Mediaperawat.Id*. <https://mediaperawat.id/alat-ukur-tingkat-stres/>
- Mohammadi, D. (2017). Gambaran Pola Makan Pasien Gastritis Kronik. *Universitas Muhammadiyah Malang. Advanced Drug Delivery Reviews*, 135(January 2006), 989–1011.
- Mustakim, D. (2021). Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS): Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 1–4.
- Nur, L., & Mugi, H. (2021). Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi. *Ilmu Manajemen*, 18(1), 20–30.
- Rantung, E. P., & Malonda, N. S. H. (2019). Faktor-faktor yang Memengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 130–136.
- Restiana, D. E. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas X Di Ma Walisongo Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun Tahun 2019. *Skripsi Penelitian Dan Evaluasi*, 8(5), 55.
- RI No. 43 20Permenkes19. (2019). Aplikasi Pemberian Jus Buah Pepaya (Carica Papaya) Terhadap Nyeri Kronis Pada Keluarga Dengan Gastritis. *Karya Tulis Ilmiah*, 2, 1–13.

- RSUD, B. (2022). Data Kasus Penyakit Anemia, Kanker Lambung dan Tukak Lambung Di RSUD Bangkinang (pp. 5–6).
- Rukmana, L. N. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kekambuhan Gastritis Di SMA N 1 Ngaglik. Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Hal 1-86.
- Safitri, D., & Nurman, M. (2020). Pengaruh Konsumsi Perasan Air Kunyit Terhadap Rasa Nyeri Pada Penderita Gastritis Akut Usia 45-54 Tahun Di Desa Kampung Pinang Wilayah Kerja Puskesmas Perhentian Raja. *Jurnal Ners*, 4(2), 130–138.
- Samsudin, C. M. 2020. (2019). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Samsudin, C. M. 2020. (2019). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Bank Bni Cabang Semarang. 16–38. *Dap Kinerja Karyawan Pada Bank Bni Cabang Semarang*. 16–38.
- Sari, S. amelia. (2017). Klasifikasi Gastritis (Vol. 549, pp. 40–42).
- Sholihin, M. I. (2018). Pengaruh Penyeluhan Kesehatan Terhadap Sikap Santri Dalam Pencegahan Gastritis. Program Studi S-1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Media Jombang, 1–91.
- Siagian, M. S. (2021). Karya tulis ilmiah literature review: hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja 2021.
- Taufiq, L. O. M., Taswin, Subhan, M., & Marjani, N. K. (2019). Hubungan dan pengaruh stres dan pola makan dengan kejadian kekambuhan gastritis. *Jurnal Kesehatan*, 1–7.
- Ulfa, L., & Fahzira, M. R. (2019). Faktor Penyebab Stress dan Dampaknya Bagi Kesehatan. *Psikologi Kesehatan*, 1–5.
- Wicaksana, A. (2016). Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas Xi Ipa Di Sma Negeri 9 Manado Mareyke. *Jurnal Kesehatan*, 05. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Wulandari, F. eka. (2014). Tingkat Stress. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 8–24.
- Zabala, J. (2017). Pola Makan Mahasiswa Dengan Gastritis Yang Terlibat Dalam Kegiatan Organisasi Kemahasiswaan Di Universitas Islam Negeri Jakarta. In *Manajemen Asuhan Kebidanan Pada Bayi Dengan Caput Succedaneum Di Rsd Syekh Yusuf Gowa Tahun (Vol. 4)*.
- Zannah, M. (2013). Gangguan stres pasca trauma gagal untuk menikah: Studi fenomenologi terhadap seorang perempuan yang mengalami stres pasca trauma gagal untuk menikah. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 69-78,87-97. <http://etheses.uin-malang.ac.id/1829/>.