

HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DAN POLA MAKAN DENGAN GASTRITIS PADA SISWA (I) KELAS X

M. Sani Badriansyah¹, Maria Adelheid Ensia², Suryagustina³

Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKES Eka Harap Palangka Raya^{1,2,3}

*Corresponding Author : mhmmmsany02@gmail.com

ABSTRAK

Konsumsi kopi dan pola makan merupakan faktor penting yang memengaruhi kesehatan saluran pencernaan, khususnya kejadian gastritis. Kebiasaan mengonsumsi kopi secara berlebihan serta pola makan yang kurang sehat dapat memicu peradangan pada mukosa lambung, yang pada gilirannya menimbulkan ketidaknyamanan dan gangguan pencernaan lainnya. Data di SMA Negeri 4 Kota Palangkaraya, ditemukan beberapa siswa kelas X yang mengalami keluhan terkait gangguan lambung seperti *gastritis*. Mengidentifikasi hubungan antara konsumsi kopi dan pola makan dengan kasus gastritis pada siswa X di SMA Negeri 4 Kota Palangkaraya pada tahun 2025. Metode kuantitatif dengan desain cross-sectional digunakan dalam penelitian ini. Penelitian melibatkan 48 siswa kelas X di SMA Negeri 4 Kota Palangkaraya dengan metode total sampling. Instrumen pengumpulan data adalah kuesioner dan uji Chi Square digunakan untuk menganalisis data. Hasil uji chi square pada variabel konsumsi kopi dan gastritis menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$), yang menunjukkan bahwa H1 diterima dan menunjukkan hubungan signifikan. Sementara itu, pada variabel pola makan dan gastritis diperoleh nilai $p = 0,002$ ($p \leq 0,05$), sehingga H2 juga diterima dengan hasil bahwa ada korelasi yang signifikan antara gejala gastritis dan pola makan seseorang. Siswa kelas X di SMA Negeri 4 Palangkaraya yang mengalami gejala gastritis, berhubungan dengan kebiasaan minum kopi dan pola makan mereka.

Kata kunci : *gastritis*, konsumsi kopi, pola makan, remaja

ABSTRACT

Consumption of coffee and dietary patterns are important factors affecting digestive health, particularly the incidence of gastritis. Excessive coffee intake and unhealthy eating habits can trigger inflammation of the gastric mucosa, leading to discomfort and other digestive problems. Data from Senior High School 4 Palangkaraya found that several tenth-grade students experienced stomach problems such as gastritis. To identify the association between coffee drinking habits and dietary behavior with the prevalence of gastritis among tenth-grade students at Public Senior High School 4 Palangkaraya. This study used a cross-sectional design and a quantitative approach. 48 tenth graders from Public Senior High School 4 Palangkaraya were chosen using a complete sample technique to make up the population. Data was collected using a questionnaire, and analysis was done using the Chi-square test. The results indicated a significant relationship between coffee consumption and gastritis, with a p-value of 0.000 ($p \leq 0.05$), leading to the acceptance of H1. Additionally, the relationship between dietary patterns and gastritis was also significant, with a p-value of 0.002 ($p \leq 0.05$), supporting H2. These findings suggest that the incidence of gastritis among 10th-grade students at SMA Negeri 4 Palangkaraya is associated with their coffee consumption habits and dietary patterns. Coffee intake, food habits, and gastritis are significantly correlated among Public Senior High School 4 Palangkaraya tenth graders.

Keywords : *adolescents, coffee consumption, diet, gastritis*

PENDAHULUAN

Gastritis atau *gastroenteritis* adalah kondisi infeksi atau perdarahan pada lapisan lambung yang dapat dipicu karena iritasi, luka, maupun kebiasaan makan yang tidak teratur. Faktor penyebab antara lain kebiasaan terlambat makan, porsi makan yang terlalu sedikit atau berlebihan, makan dengan terburu-buru, konsumsi makanan berbumbu kuat, makanan pedas,

asupan protein tinggi, serta kebiasaan minum kopi secara berlebihan (Safii & Andriani, 2019). Kopi mengandung berbagai senyawa kimia, di antaranya karbohidrat, lemak, asam amino, mineral, vitamin, dan fenol. Kandungan kafein dalam kopi dapat meningkatkan produksi asam lambung, sehingga menciptakan kondisi yang lebih asam dan mengikis lapisan mukosa lambung. Hal ini berpotensi menimbulkan gastritis, dengan gejala seperti perut kembung akibat produksi gas berlebih. Jika mengosumsi kopi berlebihan berlangsung dalam jangka panjang, maka inflamasi pada lambung dapat terus terjadi, menyebabkan hilangnya lapisan mukosa lambung dan atrofi sel mukosa lambung (Ernawati, et al., 2021). Pola kebiasaan makan adalah pengaturan banyak macam, seberapa sering serta seberapa banyak makanan yang dikonsumsi seseorang dalam kurun waktu tertentu. Gastritis umumnya berawal dari pola makan yang buruk dan tidak teratur, sehingga mengakibatkan lambung lebih sensitif ketika produksi asam meningkat (Bela, et al., 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO), angka kejadian *gastritis* di beberapa negara menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi. Negara-negara tersebut antara lain Amerika Serikat sebanyak 47%, India sebanyak 43%, Kanada sebanyak 35%, Tiongkok sebanyak 31%, Prancis sebanyak 29,5%, Inggris sebanyak 22%, Jepang sebanyak 14,5%, dan Indonesia sebanyak 40,8% (Bela, et al., 2022). Di Indonesia, dengan prevalensi 40,8%, penyakit yang menempati urutan ke 4 (empat) adalah *gastritis* dengan jumlah 274.396 kasus dari populasi 238.452.952 jiwa (Meylia, 2022). Depkes RI mengungkapkan bahwa prevalensi gastritis di berbagai kota di Indonesia bervariasi, dengan Medan menempati posisi tertinggi yaitu 91,6%, sementara di kota lain angkanya lebih rendah, misalnya Surabaya sebanyak 31,2%, Denpasar sebanyak 46%, Jakarta sebanyak 50%, Bandung sebanyak 32,5%, Palembang sebanyak 35,5%, Aceh sebanyak 31,7%, dan Pontianak sebanyak 31,2% (Maidartati, et al., 2021). Adapun data dari Dinas Kesehatan Kota Palangkaraya menunjukkan bahwa pada tahun 2023, terdapat 8.862 kasus *gastritis*, menempatkannya sebagai salah satu dari 10 penyakit terbanyak di kota tersebut (Dinkes Kota Palangkaraya, 2023).

Remaja merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap pengaruh gaya hidup modern, termasuk dalam kebiasaan minum kopi. Konsumsi kopi di kalangan remaja tidak lagi sekadar tren, tetapi juga dapat menjadi faktor risiko kesehatan, terutama pada saluran pencernaan. Seiring meningkatnya akses ke kopi instan maupun kedai kopi, tekanan sosial dan identitas sosial sering mendorong remaja untuk mengonsumsi kopi dalam frekuensi yang cukup tinggi (Anisman, Syarif Hamidi, & Sudiarti, 2025). Gaya hidup remaja yang sibuk, pola makan tidak teratur, dan stres akademik juga turut memperkuat kecenderungan ini (Dewi, Carwadi, Sabaruddin, & Aini, 2023). Berbagai penelitian di Indonesia menunjukkan adanya hubungan kuat antara konsumsi kopi dan kejadian gastritis (peradangan mukosa lambung). Sebuah studi cross-sectional di MAN 14 B Jakarta Timur menemukan bahwa konsumsi kopi pada remaja berkorelasi secara signifikan dengan kejadian gastritis, bersama faktor-faktor lain seperti pengetahuan, pola makan, dan stres (Dewi, Carwadi, Sabaruddin, & Aini, 2023).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian literatur yang menunjukkan bahwa kopi, terutama kafeinnya, dapat merangsang produksi asam lambung dan iritasi pada mukosa lambung, sehingga meningkatkan risiko gastritis (Azharani & Harwanto, 2024). Pada penelitian di Universitas Muhammadiyah Parepare melaporkan bahwa mahasiswa yang sering mengonsumsi kopi memiliki risiko 3,57 kali lebih tinggi mengalami gastritis dibandingkan dengan yang tidak rutin minum kopi (Ilham, Haniarti, & Usman, 2019). Fenomena ini tidak hanya terbatas pada mahasiswa, tetapi juga pada pasien umum: di Puskesmas Makmur Kabupaten Bireuen, pola konsumsi kopi pada penderita gastritis terbukti sangat signifikan berhubungan dengan kejadian gastritis (Maulidya, Suryawati, & Marlina, 2023).

Selain asam lambung, frekuensi makan juga menjadi faktor penting. Penelitian di Samarinda menunjukkan bahwa frekuensi makan yang rendah, konsumsi kopi tinggi, dan stres secara simultan berkorelasi dengan gejala gastritis pada penduduk lokal (Musrah & Hanifah,

2021). Studi lain pada mahasiswa Universitas Hang Tuah Pekanbaru juga menemukan bahwa selain pola makan yang tidak sehat, konsumsi kopi berlebihan dan kualitas tidur rendah secara bersama-sama meningkatkan risiko munculnya gejala gastritis (Isnani, Tambunan, & Baringbing, 2025).

Gastritis sering dipandang sebagai kondisi ringan, padahal dapat menjadi awal mula dari penyakit yang berpotensi mengurangi kualitas hidup individu (Saluy, 2022). Berdasarkan tingginya prevalensi gastritis yang dipicu oleh pola makan tidak teratur dan kebiasaan konsumsi kopi berlebihan, terutama di kalangan remaja, peran perawat sangat penting dalam melakukan edukasi kesehatan melalui penyuluhan mengenai pola makan sehat dan bahaya konsumsi kafein yang berlebihan, serta membentuk kesadaran sejak dini tentang gastritis. Perawat juga dapat berperan dalam deteksi dini gejala gastritis di sekolah, melakukan pemantauan kesehatan secara berkala, serta menjadi fasilitator antara siswa, pihak sekolah, dan layanan kesehatan. Solusi yang dapat diterapkan meliputi peningkatan penyuluhan rutin di lingkungan pendidikan, pengembangan program sarapan sehat di sekolah, pembatasan konsumsi kopi, serta pembentukan duta kesehatan remaja untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan lambung. Upaya ini bertujuan untuk menurunkan angka kejadian gastritis dan meningkatkan produktivitas serta kualitas hidup remaja secara menyeluruh. Latar belakang yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa gastritis dapat dipicu oleh beberapa faktor, termasuk konsumsi makanan pedas dan minuman tinggi kafein.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Hubungan Mengonsumsi Kopi dan Pola Makan dengan Kejadian *Gastritis* pada Siswa (I) Kelas X di SMA Negeri 4 Kota Palangkaraya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis korelasional. Desain penelitian yang digunakan menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu pengumpulan data dilakukan dalam satu waktu. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret hingga Juni 2025 di SMA Negeri 4 Palangkaraya. Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup, yaitu pada variabel telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa (I) Kelas X-7 di SMA Negeri 4 Kota Palangkaraya sebanyak 40 Responden, dan 36 dijadikan sampel melalui teknik *total sampling*. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi Square* untuk melihat hubungan antara variabel nominal atau ordinal.

HASIL

Tabel 1. Identifikasi Responden Berdasarkan Variabel Konsumsi Kopi, Pola Makan dan Gejala Gastritis di SMAN 4 Palangkaraya Tahun 2025 (n=37)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Konsumsi Kopi		
Konsumsi Kopi Ringan	10	27,1
Konsumsi Kopi Sedang	16	43,2
Konsumsi Kopi Berat	11	29,7
Pola Makan		
Pola Makan Tidak Sehat	13	35,0
Pola Makan Sehat	24	65,0
Gejala Gastritis		
Tidak Ada gejala	21	56,8
Ada Gejala	16	43,2

Berdasarkan tabel 1, dari 37 responden (100%) didominasi yang mengonsumsi kopi dalam jumlah sedang 16 responden (43,24%), pola makan sehat sebanyak 24 responden (35,14%) dan tanpa gejala *gastritis* sebanyak 21 responden (56,76%).

Tabel 2. Analisis Uji *Chi Square* Variabel Konsumsi Kopi dengan Gejala *Gastritis* Siswa (i) di SMAN 4 Palangkaraya Tahun 2025 (n=37)

	<i>Value</i>	<i>df</i>	<i>Asymptotic Significance (2-sided)</i>
<i>Pearson Chi-Square</i>	18,017 ^a	2	0,000
<i>Likelihood Ratio</i>	22,743	1	0,000
<i>Linear-by-Linear Association</i>	17,302	1	0,000
<i>N of Valid Cases</i>	37		

Berdasarkan hasil analisa uji statistik *Chi Square* didapatkan hasil nilai $\rho = 0,000$ dengan signifikan $\rho \leq 0,05$. Hasil ini mengindikasikan bahwa H1 diterima, sehingga kebiasaan minum kopi memiliki hubungan dengan munculnya gejala gastritis pada siswa kelas X di SMAN 4 Palangkaraya.

Tabel 3. Analisis Uji *Chi Square* Variable Pola Makan dengan Gejala *Gastritis* Siswa (i) di SMAN 4 Palangkaraya Tahun 2025 (n=37)

	<i>Value</i>	<i>df</i>	<i>Asymptotic Significance (2-sided)</i>
<i>Pearson Chi-Square</i>	9,263 ^a	1	0,002
<i>Continuity Correction^b</i>	7,268	1	0,007
<i>Likelihood Ratio</i>	9,578	1	0,002
<i>Linear-by-Linear Association</i>	9,012	1	0,003
<i>N of Valid Cases</i>	37		

Berdasarkan hasil analisa uji statistik *Chi Square* didapatkan hasil nilai *Asymptotic Significance (2-sided)* atau nilai $\rho = 0,002$ dengan signifikan $\rho \leq 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa H2 terbukti, sehingga pola makan memiliki keterkaitan dengan timbulnya gejala gastritis pada siswa kelas X SMAN 4 Palangkaraya.

PEMBAHASAN

Analisis Hubungan antara Konsumsi Kopi dan Gejala Gastritis pada Peserta Didik Kelas X SMAN 4 Palangkaraya

Analisis data menggunakan uji *Chi Square* memperlihatkan bahwa nilai *Asymptotic Significance (2-sided)* sebesar $\rho = 0,000$, sehingga dianggap signifikan ($\rho \leq 0,05$). Berdasarkan temuan ini, hipotesis H1 dinyatakan diterima, sehingga diartikan bahwa konsumsi kopi berkorelasi secara signifikan dengan gejala gastritis pada siswa kelas X SMAN 4 Palangkaraya. Kopi adalah biji yang berasal dari tanaman genus *Coffea*, yang tergolong dalam famili *Rubiaceae*, subfamili *Ixoroideae*, serta suku *Coffeae* (Wahyuni, et al., 2017). Gejala *gastritis* dapat berupa anoreksia, rasa penuh di perut (*bloating*), ketidak nyamanan pada epigastrium dan muntah (Hanna, 2022).

Temuan penelitian ini tidak menunjukkan adanya kesenjangan dengan teori yang ada, melainkan memperkuat bukti adanya hubungan signifikan antara konsumsi kopi dan gejala gastritis. Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa meskipun kopi dikonsumsi untuk mengurangi rasa kantuk, kebiasaan tersebut dapat memengaruhi kondisi kesehatan lambung (Sihotang, 2019). Peneliti berpendapat bahwa hubungan antara konsumsi kopi dengan gejala gastritis pada siswa(i) kelas X di SMAN 4 Palangkaraya. Hal ini dipicu oleh kandungan kafein dalam kopi yang berfungsi sebagai stimulan sistem saraf pusat serta mampu merangsang peningkatan produksi asam lambung bila dikonsumsi secara berlebihan.

Analisis Hubungan antara Pola Makan dan Kejadian Gastritis pada Siswa Kelas X SMAN 4 Palangkaraya

Analisis statistik menggunakan uji *Chi Square* menghasilkan nilai *Asymptotic Significance (2-sided)* $\rho = 0,002$ pada variabel pola makan dan gejala gastritis. Nilai ini menunjukkan

signifikansi karena lebih kecil dari 0,05, sehingga hipotesis H2 diterima dan dapat diartikan bahwa adanya korelasi bermakna antara pola makan dengan gastritis. Asupan harian seseorang dapat diuraikan melalui pola makan yang mencakup frekuensi, variasi jenis, serta porsi makanan. Gastritis didefinisikan sebagai inflamasi pada mukosa lambung yang berdampak pada aktivitas pencernaan, sekresi, dan motilitas. Beberapa faktor risiko gastritis antara lain pola kebiasaan makan yang tidak teratur, merokok, konsumsi kopi, infeksi *Helicobacter pylori*, konsumsi alkohol, serta stres baik fisik maupun psikologis (Hanna, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian ini, tidak terdapat kesenjangan antara fakta dan teori yang ada. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola makan dan gejala *gastritis*, sejalan dengan teori dan beberapa penelitian terdahulu. Penelitian ini sejalan dengan teori yang menegaskan bahwa pola makan yang kurang baik, termasuk melewatkan waktu sarapan dan sering mengonsumsi makanan pedas, asam, maupun berlemak, mampu meningkatkan sekresi asam lambung, yang pada akhirnya dapat mengiritasi mukosa lambung dan memunculkan gejala gastritis. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menilai bahwa pola makan yang buruk berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gangguan lambung, termasuk gastritis, terbukti dari mayoritas responden dengan pola makan kurang sehat mengalami gejala tersebut.

Hasil Analisis Hubungan Konsumsi Kopi dan Pola Makan dengan Gejala *Gastritis* Siswa (i) Kelas X di SMAN 4 Palangkaraya

Berdasarkan hasil analisis, pola makan terbukti memiliki hubungan signifikan dengan gejala gastritis pada siswa kelas X SMAN 4 Palangkaraya tahun 2025. Uji Chi Square menghasilkan nilai $p = 0,002$, yang berada di bawah ambang batas 0,05, sehingga hipotesis H2 diterima. Sejalan dengan itu, kebiasaan konsumsi kopi juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian gastritis, ditunjukkan oleh nilai uji Chi Square sebesar $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$), sehingga hipotesis H1 diterima. Orang Indonesia dikenal minum kopi sudah sejak lama (Sihotang, 2019). Gender mempengaruhi perilaku konsumsi kopi, terutama pada frekuensi dan jenis kopi yang diminum setiap hari (Sawitri & Yuziani, 2021). Secara umum, pola makan mencerminkan keteraturan konsumsi harian yang meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan. Apabila pola tersebut tidak sehat maupun tidak teratur, maka risiko seseorang mengalami masalah kesehatan, seperti gastritis cenderung lebih tinggi.

Hasil penelitian ini menunjukkan kesesuaian antara fakta di lapangan dan teori yang ada, di mana konsumsi kopi terbukti memiliki hubungan signifikan dengan gejala gastritis. Temuan ini sejalan dengan teori serta penelitian terdahulu. Peneliti menilai bahwa keterkaitan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh kandungan kafein dalam kopi yang berfungsi sebagai stimulan sistem saraf pusat dan dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung ketika dikonsumsi berlebihan. Penelitian ini sejalan dengan Maidartati et al (2021), terdapat hubungan antara kopi dengan kejadian gastritis, yang mana pada penelitian tersebut dihasilkan pvalue 0.024 (Maidartati et al., 2021). Kafein pada kopi dapat meningkatkan aktivitas asam lambung dengan merangsang sekresi hormon gastrin. Hal tersebut dapat menjadi faktor utama penyebab gastritis. Konsumsi kopi secara berlebihan yang mengandung kafein dan chlorogenic yang bisa meningkatkan sekresi asam pada lambung yang berpotensi menjadi sebab iritasi dan peradangan pada mukosa lambung (Azmi & Alnur, 2024). Berdasarkan temuan penelitian yang menunjukkan hubungan signifikan antara konsumsi kopi dan gejala gastritis, perawat memiliki peran penting dalam pencegahan, edukasi, dan intervensi. Perawat dapat melakukan edukasi, konseling, dan pemantauan gejala gastritis pada remaja untuk mengurangi risiko akibat konsumsi kopi berlebihan, serta mendorong pola makan sehat dan manajemen stres. Selain itu, perawat dapat bekerja sama dengan sekolah dan orang tua untuk membentuk lingkungan yang mendukung perilaku konsumsi kopi yang aman dan pencegahan gangguan lambung.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa H1 diterima, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara konsumsi kopi dengan gejala gastritis pada siswa kelas X SMAN 4 Palangkaraya ($\rho = 0,000$). Selain itu, H2 juga diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa pola makan memiliki hubungan signifikan dengan gejala gastritis pada siswa kelas X SMAN 4 Palangkaraya ($\rho = 0,002$).

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada pihak institusi pendidikan STIKES Eka Harap, tempat penelitian SMAN 4 Palangkaraya, serta seluruh siswa(i) kelas XI SMAN 4 Palangkaraya yang telah bersedia menjadi responden yang telah membantu pelaksanaan kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisman, I. W., Syarif Hamidi, N., & Sudiarti, P. E. (2025). Hubungan konsumsi makanan pedas dan minuman tinggi kafein dengan kejadian gastritis pada remaja di Desa Lubuk Sakat. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 2(1), 515–521.
- Azharani, T., & Harwanto, F. (2024). Hubungan pola konsumsi kopi terhadap penderita gastritis di Indonesia: tinjauan pustaka. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 32479.
- Azmi, A. & Alnur, R.D. (2024). Hubungan Pola Makan, Pola Konsumsi Kopi dan Status Merokok dengan Gejala Gastritis pada Remaja di Kecamatan Bekasi Utara tahun 2024. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)*. Vol. 3 No. 4 (Oktober 2024) 747-756
- Badan Pusat Statistik Kota Palangka Raya. (2025). *Jumlah Kasus 10 Penyakit Terbanyak di Kota Palangka Raya, 2020*. <https://palangkakota.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTU2lzl=/jumlah-kasus-10-penyakit-terbanyak-di-kota-palangka-raja.html>
- Bela, N. K. S., Widajati, E., & Adelina, R. (2022). Hubungan Konsumsi Lemak Hewani, Makanan Pedas, dan Minuman Tinggi Kafein Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang. *Jurnal Nutriture*, 1(2), 21–28.
- Black JM dan Jane HH. 2021. Perawatan medikal bedah: gangguan system pencernaan edisi 9. Elsevier, Singapura.
- Dewi, F. R., Carwadi, C., Sabaruddin, E. E., & Aini, N. (2023). Hubungan pengetahuan, pola makan, stres, dan konsumsi kopi dengan kejadian gastritis pada remaja di MAN 14 B Jakarta Timur tahun 2023. *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan*
- Dinkes Kota Palangkaraya. (2023). Statistik Dinas Kesehatan Kota Palangkaraya Tahun 2023. Palangkaraya: Dinkes Kota Palangkaraya
- Ernawati, Y., Sari, D. K., & Suratih, K. (2021). Gambaran Kebiasaan Merokok dan Pola Makan Penderita Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Manahan Kota Surakarta. *Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing*, 2, 1–6.
- Hanna, R.F. (2022). Hubungan Pola Makan dan Stress dengan Gejala Gastritis Pada Remaja di MA Ibnul Quyyim Putri Sleman
- Ilham, M. I., Haniarti, & Usman. (2019). Hubungan pola konsumsi kopi terhadap kejadian gastritis pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 2(3), 189.
- Isnani, A., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2025). Faktor-faktor yang berhubungan dengan gejala gastritis pada mahasiswa fakultas kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah*,

- Lonah, Arieselia, Z., Vitria Kurniawan, S., Hananta, L., Setiawan, J., Surjono, E., Santosa, M., Ulina Margareta Situmorang, E., Fan, T. F., Yuliana, & Budiyaniti, E. (2024). Assessing the Correlation between Spicy Food Consumption and Dyspepsia Symptoms in Medical and Health Students at Atma Jaya Catholic University of Indonesia. *Journal of Urban Health Research*, 2(3), 18–25. <https://doi.org/10.25170/juhr.v2i3.5463>
- Kanzulli, M. H., Suharmanto, & Rudiyanto, W. (2024). Hubungan konsumsi kopi dengan kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) pada remaja. *Journal of Language and Health*, 5(3).
- Maidartati, Ningrum, T., & Fauzia, P. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Bandung. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 3(1).
- Maulidya, R., Suryawati, I., & Marlina. (2023). Hubungan pola konsumsi kopi dengan kejadian gastritis pada penderita gastritis di Poli Umum Puskesmas Makmur Kabupaten Bireuen. *Jurnal Assyifa: Jurnal Ilmu Kesehatan Lhokseumawe*, 8(1), 64.
- Meylia, M. P. (2022). Hubungan Faktor Sosiodemografi Dengan Kerasionalan Penggunaan Obat Gastritis Secara Swamedikasi Pada Pelajar SMK PGRI 3 Malang. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12
- Musrah, A. S., & Hanifah, R. (2021). Hubungan frekuensi makan, konsumsi kopi dan stres terhadap gejala gastritis di wilayah kerja RT.21 Kelurahan Sungai Kapih, Samarinda. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1),
- Nababan, H. R. (2018). Kebiasaan Makan, Aktivitas Fisik dan Keluhan Gastritis pada Mahasiswa Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Sumatera Utara. *Skripsi*, 1–89. <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/24814/151000527.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Safii, M., & Andriani, D. (2019). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 2(1), 52–60. <https://doi.org/10.35451/jkf.v2il.281>
- Saluy, P. M. (2022). Relationship of Diet with Gastritis in Nursing Students of Universitas Klabat. *8 Actas Del ISC: Allied Health*, 122–133.
- Sawitri, H., & Yuziani. (2021). Gender dan Kebiasaan Minum Kopi pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Malikussaleh. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 16, 168–172.
- Sihotang, V.A. (2019) Hubungan Kebiasaan Minum Kopi Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Masyarakat Di Desa Ponjian Pegagan Julu X Sumbul Kabupaten Dairi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
- Wahyuni, S. D., Rumpiati, & Lesta Riningsih, R. E. M. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Global Health Science*, 2(2), 149–154. <http://jurnal.csdforum.com/index.php/ghs>
- Wahyuni, S., Putri, Y. A., Salsabila, C. T., Aprilla, A. R., & Rihami, S. (2025). Hubungan pola konsumsi kopi dengan kejadian gastritis pada pasien. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(1).