

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA PASIEN DI PUSKESMAS BAHU

Ledis Defriantari Masuara¹, Wulan P. J. Kaunang², Eva M. Mantjoro³

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi, Manado^{1,2,3}

ledisdefriantarimasuara@gmail.com, wpjulia.kaunang@unsrat.ac.id

ABSTRACT

Gastritis is a disease in Indonesia that still has a high prevalence so that until now the incidence of gastritis is still one of the biggest disease problems in Indonesia. The incidence of gastritis in Indonesia can attack all levels of society from all ages. The incidence of gastritis has increased since 5 to 6 years and can affect all sexes due to poor diet and the habit of consuming alcohol and smoking. Generally, gastritis is more attacking in adolescents to adults so it needs special treatment because it will interfere with old age. The purpose of this study was to determine the relationship between diet and the incidence of gastritis in patients at the Bahu Health Center. The method used in this study was quantitative analytic with a cross-sectional design from July to November 2022 with a total sample of 85 patients at the Bahu Health Center. The measuring instrument used in this study was primary data sourced from questionnaires and secondary data sourced from doctor's diagnoses, the method of measuring variables used total sampling and for the analysis used were univariate and bivariate analysis. The results of the study in patients with a good eating pattern were 35 (41.2) and the poor category was 50 (58.8). The incidence of gastritis in patients with the acute category was 39 (45.9) and chronic was 46 (54.1) with the results of the study obtained that there was a relationship between diet and the incidence of gastritis with p value = <0.000 .

Keywords: Diet, Incidence of gastritis

ABSTRAK

Gastritis merupakan salah satu penyakit di Indonesia yang masih memiliki prevalensi yang tinggi sehingga sampai saat ini kejadian gastritis masih menjadi salah satu masalah penyakit terbesar di Indonesia. Kejadian gastritis di Indonesia dapat menyerang semua lapisan masyarakat dari semua lapisan umur. Kejadian penyakit gastritis meningkat sejak 5 sampai 6 tahun ini dan bisa menyerang semua jenis kelamin karena pola makan yang buruk dan kebiasaan mengkonsumsi alkohol dan merokok. Umumnya penyakit gastritis ini lebih menyerang kepada usia remaja sampai dewasa sehingga butuh perawatan khusus karena akan mengganggu masa tua. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada pasien di Puskesmas Bahu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain potong lintang (*cross sectional*) pada bulan juli hingga november 2022 dengan total sampel 85 pasien di Puskesmas Bahu. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer yang bersumber dari kuesioner dan data sekunder yang bersumber dari diagnosa dokter, cara pengukuran variabel menggunakan total sampling dan untuk analisis yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian pada pasien dengan pola makan kategori baik berjumlah 35 (41,2) dan kategori kurang berjumlah 50 (58,8). Kejadian gastritis pada pasien dengan kategori akut berjumlah 39 (45,9) dan kronis berjumlah 46 (54,1) dengan hasil penelitian yang didapatkan yaitu terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan p value = $<0,000$.

Kata kunci : Pola Makan, Kejadian Gastritis

PENDAHULUAN

Kejadian gastritis di Indonesia masih memiliki prevalensi yang tinggi. Kejadian gastritis di Indonesia dapat menyerang semua lapisan masyarakat. Sampai saat ini

kejadian gastritis masih menjadi salah satu masalah penyakit terbesar di Indonesia (Suwindri, Tiranda, dan Ningrum, 2021). Kejadian penyakit gastritis meningkat sejak 5 sampai 6 tahun ini dan bisa menyerang semua jenis kelamin karena pola makan

yang buruk dan kebiasaan mengkonsumsi alkohol dan merokok. Gaya hidup yang tidak sehat contohnya mengkonsumsi makanan yang dapat merangsang peningkatan asam lambung, contohnya asinan, cuka, sambal, serta kebiasaan merokok dan minum alkohol, dapat meningkatkan jumlah penderita gastritis (Iwan dan Udin, 2018).

Persentase penyakit gastritis di beberapa negara yaitu 69% di Afrika, 78% di Amerika Selatan, dan 51% di Asia. Kejadian penyakit gastritis didunia mencapai 1.8 juta hingga 2.1 juta penduduk setiap tahunnya (WHO, 2019). Kejadian gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya (Azer dan Akhondi, 2020). Profil kesehatan Indonesia tahun 2018, gastritis merupakan salah satu penyakit di dalam 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap dirumah sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%) (Gustin, 2018).

Data dari Badan Pusat Statistik Kota Manado tahun 2020 gastritis menempati urutan ke empat tertinggi yaitu dengan jumlah 7.846 kasus. Pada Puskesmas Bahu Kota Manado, gastritis menempati urutan ke 2 dari 20 penyakit terbanyak dengan jumlah 1845 pasien pada tahun 2020 (Profil Puskesmas, 2021). Survei awal yang dilakukan di Puskesmas Bahu pada tahun 2022 berjumlah 85 pasien.

Dari penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian gastritis didapatkan kesimpulan bahwa ada hubungan antara variabel usia, jenis kelamin, dan jenis makanan yang berpengaruh terhadap kejadian gastritis. Variabel yang tidak berhubungan dengan kejadian gastritis yaitu frekuensi makan dan porsi makan (Raintung, Kaunang & Malonda, 2019).

Tujuan umum pada penelitian untuk mengetahui Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien di Puskesmas Bahu. Sedangkan tujuan khusus penelitian ini untuk menggambarkan pola makan pada pasien di Puskesmas Bahu, untuk menggambarkan kejadian gastritis pada pasien di Puskesmas Bahu, dan untuk menganalisis hubungan antara pola makan

dengan kejadian gastritis pada pasien di Puskesmas Bahu.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif analitik dengan desain potong lintang (*cross sectional*) untuk menganalisis hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada pasien di Puskesmas Bahu. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Bahu pada bulan juli-november 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien gastritis yang berobat di Puskesmas Bahu tahun 2022 berjumlah 85 pasien dan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling. Variabel penelitian, yaitu variabel bebas (*independent variabel*) yaitu pola makan dan variabel terikat (*dependent variabel*) yaitu kejadian gastritis. Pengumpulan data menggunakan kuisioner penelitian tentang pola makan, dan kejadian gastritis berdasarkan data sekunder (*diagnosa dokter*). Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Umur

Umur Responden	N	%
>40 Tahun	15	17,6
20-40 Tahun	62	72,9
17-20 Tahun	8	9,4
Total	85	100

Berdasarkan distribusi responden berdasarkan umur didapatkan hasil bahwa kelompok umur yang banyak menderita gastritis adalah kelompok umur 20-40 tahun dengan jumlah 62 (72,9%).

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan Responden	N	%
PNS	11	12,9
Pensiunan PNS	2	2,4

Wiraswasta	9	10,6
Swasta	33	38,8
Pelajar/Mahasiswa	21	24,7
TNI/POLRI	3	3,5
Lainnya	6	7,1
Total	85	100

Pada tabel 2 distribusi responden berdasarkan pekerjaan didapatkan hasil bahwa pekerjaan yang terbanyak mengalami gastritis adalah pekerja swasta yaitu 33 responden dengan presentase 38,8%.

Tabel 3. Distribusi Responden berdasarkan Pendidikan

Pendidikan Responden	N	%
SD	6	7,1
SMP	15	17,6
SMA	53	62,4
D3/S1	9	10,6
S2	2	2,4
Total	85	100

Pada tabel 3 distribusi responden berdasarkan pendidikan didapatkan hasil tingkat pendidikan yang banyak mengalami

Tabel 6. Analisis Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis

Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		ρ Value
	Akut		Kronis		n	%	
	N	%	n	%			
Baik	24	28,2	11	12,9	35	41,2	0,000
Kurang	15	17,6	35	41,2	50	58,8	
Total	39	45,8	46	54,1	85	100	

Pada tabel 6 berdasarkan hasil analisis bivariat yang menggunakan uji korelasi chi square diperoleh nilai p-value antara variabel bebas dan variabel terikat yaitu 0,000 yang berarti menunjukkan arah korelasi positif yang menunjukkan berarti kedua variabel memiliki hubungan yang searah. Sehingga di dapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang kuat antara pola makan dengan kejadian gastritis.

gastritis yaitu SMA dengan presentase 53 (62,4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pola Makan

Pola Makan	N	%
Kurang	50	58,8
Baik	35	41,2
Total	85	100

Pada tabel 4 distribusi frekuensi berdasarkan pola makan didapatkan hasil bahwa responden memiliki pola makan yang kurang dengan presentase 50 (58,8%)

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kejadian Gastritis

Kejadian Gastritis	N	%
Akut	39	45,9
Kronis	46	54,1
Total	85	100

Pada tabel 5 distribusi frekuensi berdasarkan kejadian gastritis didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami gastritis kronis dengan presentase 46 (54,1%).

PEMBAHASAN

Pola makan ialah suatu cara untuk mengatur jenis ataupun jumlah makanan yang sesuai dengan proporsi kebutuhan tubuhnya guna mempertahankan kesehatan, kebutuhan nutrisi, dan mencegah terjadinya penyakit (Depkes RI, 2009). Secara umum, faktor yang mempengaruhi terbentuknya pola makan adalah faktor ekonomi, sosial

budaya, agama, pendidikan, dan lingkungan (Sulistyoningsih, 2011).

Responden pada penelitian ini memiliki pola makan yang baik yaitu 35 (41,2%), sedangkan responden yang memiliki pola makan yang kurang 50 (58,8%). Kebiasaan makan tidak teratur akan membuat lambung sulit beradaptasi. Tidak makan dalam waktu berlangsung lama, produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung dan dapat berlanjut menjadi tukak peptik. Bila seseorang telat makan sampai 2-3 jam, maka asam lambung yang diproduksi semakin banyak dan berlebih dapat mengiritasi mukosa lambung serta menimbulkan rasa nyeri di sekitar epigastrium. Selain keluarnya asam lambung, kontraksi lapar juga akan menghasilkan gerakan kontraksi yang kuat. Kontraksi ini sering terjadi bila lambung dalam kondisi kosong dalam waktu yang lama (Ismi dkk, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni dkk, 2017) yang memiliki pola makan baik sebanyak 43 responden (45,3%) dan kurang baik sebanyak 52 responden (54,7%) jadi sebagian besar remaja mengalami pola makan kurang baik. Secara teoritis menurut Smeltzer dan Bare (2013) 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 (Wahyuni dkk, 2017).

Responden yang menderita gastritis umumnya disebabkan karena jenis makanan yang kurang baik. Oleh karena itu, apabila responden tidak mengkonsumsi jenis makanan yang bervariasi dan memilih untuk terus mengkonsumsi jenis makanan yang dapat meningkatkan produksi asam lambung dan dapat menimbulkan iritasi pada mukosa lambung maka hal ini dapat mengakibatkan responden mudah untuk

terserang penyakit gastritis serta dapat mengakibatkan kekambuhan penyakit gastritis itu sendiri. Penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki kejadian gastritis akut sebanyak 39 responden (45,9%) Dan responden yang memiliki kejadian gastritis kronis sebanyak 46 responden (54,1%). Mengonsumsi makanan pedas atau asam akan merangsang sistem pencernaan, khususnya perut dan usus. mengonsumsi makanan pedas dan asam dalam jumlah berlebihan dapat mengakibatkan panas dan nyeri di ulu hati perut disertai mual dan muntah. Indikasi ini membuat penderita menurunkan nafsu makan mereka. Jika kebiasaan mengonsumsi makanan pedas dan asam ≥ 1 kali dalam 1 Minggu, selama 6 bulan dan Frekuensi makan <3 kali sehari bisa menyebabkan gastritis, seseorang akan terkena gastritis jika mereka terlambat makan dan mengonsumsi makanan pedas dan asam yang berlebihan (Lembong dkk, 2019).

Penelitian lainnya (Laurensia dkk, 2019) menunjukkan sebagian besar 23 (76,7%) responden mengalami kejadian gastritis kronik di Puskesmas Dinoyo. Responden yang mengalami gastritis akut sebesar 7 (23,3). Penelitian yang dilakukan (Indra dkk, 2020) didapatkan hasil bahwa penderita gastritis akut sebesar 38 (71,70%), dan penderita gastritis kronis 15 (28,30%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purbaningsih, 2020) bahwa kejadian gastritis terjadi karena perilaku makan yang kurang baik, akibatnya asam lambung mengiritasi mukosa lambung karena terjadinya peningkatan sekresi asam lambung. Karena adanya ketidakmampuan lambung (indegesti) produksi asam lambung yang berlebihan akibat ketidakseimbangan faktor defensif dan faktor agresif yang mengakibatkan produksi HCl meningkat akibat porsi makanan yang kurang atau bahkan berlebih, makanan yang merangsang seperti pedas, asam, dan waktu makan yang tidak teratur. Lambung yang mengalami inflamasi kronis dari tipe tertentu sehingga menyebabkan gastritis dari tipe yang

spesifik disebut gastritis kronis (Yatmi, 2017).

Responden yang menderita gastritis umumnya disebabkan karena responden memiliki porsi atau jumlah makanan yang dikonsumsi kurang baik atau tidak sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh. Apabila responden memiliki porsi makan yang berlebihan dapat menyebabkan refluks isi lambung sehingga kekuatan dinding lambung menurun dan akhirnya dapat menimbulkan iritasi pada mukosa lambung, dan apabila responden memiliki porsi makan kurang disertai dengan frekuensi makan yang tidak teratur dapat menimbulkan produksi asam lambung meningkat sehingga timbul rasa nyeri pada ulu hati.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada pasien di puskesmas Bahu dinyatakan bahwa responden memiliki pola makan dengan kategori kurang dan mengalami kejadian gastritis dengan kategori kronis. Berdasarkan pada uji chi-square diperoleh nilai p-value = 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan bermakna antara pola makan dengan kejadian gastritis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada semua belah pihak yang telah membantu penulis dalam proses penyusunan terutama untuk kedua orang tua, keluarga, dosen pembimbing dan dosen penguji, sahabat-sahabat, dan kepada responden dan juga tempat penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Gustin, R. K (2011). "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat Jalan Di Puskesmas Gulai Bancuh Kota Bukittinggi Tahun 2011". *Jurnal*

Penelitian

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2010). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2009*. Cetakan 1. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.

Lembong, E Kurniati, D Utama, G. L (2019). "Correlation Between Students Diet Towards Gastritis in Faculty of Agricultural Industrial Technology of Padjadjaran University". *Scientific Papers Series Management, Economic Engineering in Agriculture and Rural Development*. Vol. 19. Issue. 3.

Rantung, E. P Kaunang, W.P.J Malonda, N.S.H (2019). "Faktor-faktor yang Memengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado". *Jurnal e-Biomedik (eBm)*. Vol. 7. No. 2.

Smeltzer, S. C Bare, B. G (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8. Jakarta ECG.

Sinapoy, I. W. Jaya, E. F. P. Putri, L. A. R (2021). "Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Bagian Perlengkapan Rumah Tangga dan Protokoler Pemerintah Daerah Kabupaten Konawe Utara". *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*. Vol. 2. No. 1.

Shalahuddin, I Rosidin, U (2018). "Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan YBKP3 Garut". *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*. Vol. 18. No. 1.

Suwindri, Tiranda, Y. Ningrum, W. A. C (2021). "Faktor Penyebab Kejadian Gastritis di Indonesia: Literature Review". *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*. Vol. 1. No. 2.

Sartika. I Rositasari. S Bintoro. W (2020). "Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Pajang Surakarta". *JIKI*. Vol. 13. No. 2.

Sulistyoningsih, H (2011). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Graha Ilmu. Yogyakarta.

Uwa, L. F, Milwati, S, Sulasmini (2019). "Hubungan antara Stres dan Pola Makan

dengan Kejadian Gastritis yang Terjadi di Puskesmas Dinoyo". *Nursing News*. Vol. 4. No. 1.

Yatmin. F (2017). 'Pola Makan Mahasiswa dengan Gastritis yang Terlibat dalam Kegiatan Organisasi Kemahasiswaan di Universitas Islam Negeri Jakarta'. *Skrpsi*. Program Studi Ilmu Keperawatan. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.