

FAKTOR RISIKO GASTRITIS DI PUSKESMAS TOMBATU KABUPATEN MINAHASA TENGGARA: STUDI KASUS KONTROL

Oktaviany C. C. Tumbelaka^{1*}, Angela F. C. Kalesaran^{2*}, Grace D. Kandou^{3*}

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi^{1,2,3}

*Corresponding Author : oktavianytumbelaka08@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan penyakit yang memiliki jumlah kasus tinggi di Dunia dengan angka insiden mencapai 1,8 - 2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Indonesia, gastritis menempati urutan ke-6 dengan total kasus 33.580 pasien rawat inap di Rumah Sakit. Tahun 2022, gastritis menempati posisi ketiga di Kabupaten Minahasa Tenggara (4.731) dan di Puskesmas Tombatu (1.222). Berbagai faktor dapat berkontribusi terhadap munculnya gastritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor risiko gastritis di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara pada bulan Oktober sampai November tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif menggunakan metode observasional analitik dengan rancangan kasus kontrol. Penelitian ini mencakup populasi 186 pasien, dengan total sampel 136 dengan perbandingan 1:1 kelompok kasus dan kontrol yang diambil melalui teknik *purposive sampling*. Variabel bebas penelitian ini adalah kebiasaan makan, kebiasaan merokok, konsumsi kopi dan stres, dengan variabel terikatnya gastritis. Instrumen utama yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji *chi-square* yang menguji hubungan dan faktor risiko antara berbagai faktor dengan gastritis. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi kopi dengan gastritis, yang ditunjukkan dengan nilai p sebesar 0,008 dengan OR sebesar 3,073. Variabel pola makan (p-value: 0.610, OR: 3.092), kebiasaan merokok (p-value: 0.689, OR: 1.272), dan tingkat stres (p-value: 0.062, OR: 7.689) memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan gastritis. Kesimpulannya, terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi kopi dengan gastritis di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara. Namun tidak ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara variabel lainnya.

Kata kunci : Gastritis, Kebiasaan Makan, Kebiasaan Merokok, Konsumsi Kopi, Stres

ABSTRACT

Gastritis is a disease that has a high number of cases in the world with an incidence reaching 1.8 - 2.1 million of the population every year. In Indonesia, gastritis are in 6th place with a total of 33,580 cases of inpatients in hospitals. In 2022, gastritis will occupy third place in Southeast Minahasa Regency (4,731) and in Tombatu Health Center (1,222). Various factors can contribute to the appearance of gastritis. This research aims to determine the risk factors for gastritis at the Tombatu Community Health Center, Southeast Minahasa Regency from October to November 2023. The type of research used is quantitative using analytical observational methods with a case control design. This study included a population of 186 patients, with a total sample of 136 with a 1:1 ratio of case and control groups taken using a purposive sampling technique. The independent variables in this study are eating habits, smoking habits, coffee consumption and stress, with the dependent variable being stomach ulcers. The main instrument used was a questionnaire. Data analysis used the chi-square test which tests the relationship and risk factors between various factors and ulcer disease. The results of this study show that there is a relationship between coffee consumption and gastritis, which is indicated by a p value of 0.008 with an OR of 3.073. Dietary pattern variables (p-value: 0.610, OR: 3.092), smoking habits (p-value: 0.689, OR: 1.272), and stress levels (p-value: 0.062, OR: 7.689) have an insignificant relationship with disease. indigestion . In conclusion, there is a significant relationship between coffee consumption and gastritis at the Tombatu Community Health Center, Southeast Minahasa Regency. However, no significant relationship was found between other variables.

Keywords : Gastritis, Eating Habits, Smoking Habits, Coffe Consumption, Stress

PENDAHULUAN

Gastritis mempengaruhi sebagian besar populasi global, dengan perkiraan kejadian 1,8 – 2,1 juta kasus per tahun. Di Indonesia, penyakit maag menempati urutan keenam penyakit yang paling banyak ditemui menurut data Kementerian Kesehatan. Pada tahun 2017, rumah sakit mencatat total 33.580 kasus rawat inap, mencakup 60,86% dari seluruh kasus yang dilaporkan. Kabupaten Minahasa Tenggara merupakan wilayah yang paling banyak Data Dinas Kesehatan Kabupaten tahun 2022 mengungkapkan adanya penyakit maag pada individu yang mengalami penderitaan. Gastritis menduduki peringkat ketiga dari sepuluh besar penyakit di wilayah tersebut dengan jumlah kasus sebanyak 4.731 kasus. Lebih lanjut, Puskesmas Tombatu memperkirakan jumlah kasus maag pada tahun 2022 mencapai 1.222 kasus. Jumlah kasus tertinggi diperkirakan terjadi pada bulan Januari sebanyak 186 kasus, sedangkan terendah diperkirakan pada bulan Mei sebanyak 36 kasus.

Gastritis atau biasa disebut dengan maag merupakan salah satu penyakit yang termasuk dalam sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di Rumah Sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%) pada tahun 2018. (Kemenkes, 2017). Gastritis dapat menjadi penyakit seumur hidup serius dan berbahaya yang paling umum pada masyarakat dengan berbagai faktor penyebabnya. Keadaan lingkungan sekitar pun menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang memiliki penyakit gastritis.

Prevalensi gastritis, suatu kondisi kronis yang berpotensi parah dan berbahaya, paling tinggi terjadi di masyarakat dan Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kondisi ini, antara lain stres, kebiasaan makan yang tidak sehat, konsumsi kopi secara teratur, dan perilaku merokok (Artini dan Lestari, 2022). Kopi, meskipun mempunyai potensi kelemahan, mempunyai pengaruh yang signifikan di pasar dan menawarkan serangkaian keuntungan tersendiri. Di Indonesia, kopi diperdagangkan dalam berbagai bentuk, mulai dari biji utuh hingga pilihan sangrai, bubuk, dan instan, serta produk makanan lain yang mengandung kopi. Kehadiran kafein dalam kopi merupakan faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan penyakit maag (Suwindri et al, 2021).

Kebiasaan makan merupakan suatu usaha dalam mengatur jumlah, jenis, dan waktu untuk mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah sakit dan membantu dari kesembuhan penyakit. Konsumsi garam secara berlebihan dan infeksi *Helicobacter pylori* merupakan faktor risiko terhadap terbentuknya gastritis tahap awal. Pola diet pada individu mempengaruhi terjadinya karsinogenesis lambung melalui terjadinya gastritis. Makanan tinggi sodium makanan terfermentasi, karbohidrat olahan akan meningkatkan risiko terjadinya karsinogenesis lambung. Kebiasaan makan seseorang dalam pemilihan jenis makanan serta waktu makan yang kurang tepat menjadi penyebab terjadinya gastritis.

Merokok terbukti meningkatkan produksi asam lambung, sehingga menyebabkan perkembangan tukak lambung (gastritis) di kalangan perokok. Penggunaan rokok berpotensi memicu berbagai gangguan lambung. Biasanya, lambung memiliki kemampuan untuk menahan keasaman cairan lambung karena zat tertentu. Namun, nikotin mempunyai kemampuan untuk merusak zat-zat tersebut, khususnya bikarbonat, yang berperan penting dalam mengurangi keasaman (Suwindri dkk, 2021).

Paparan stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan peningkatan produksi asam lambung. Ketika dihadapkan pada keadaan yang ditandai dengan peningkatan tingkat stres, seperti beban kerja yang membebani, kecemasan, ketakutan, atau perasaan terdesak, produksi asam lambung dalam tubuh dapat terpengaruh akan meningkat. Peningkatan asam lambung ini dapat mengakibatkan rasa tidak nyaman pada lambung. Sistem pencernaan dipengaruhi oleh stres, karena stres yang parah dapat menghambat produksi air liur oleh kelenjar ludah. Peningkatan kadar asam lambung dapat menyebabkan gejala seperti keasaman, mual, dan timbulnya luka. Jika tidak diatasi dalam jangka waktu lama, kondisi

ini dapat berkembang menjadi penyakit maag (Suwindri et al., 2021).

Terletak di wilayah pegunungan Kabupaten Minahasa Tenggara, Sulawesi Utara, Indonesia, Desa Tombatu merupakan salah satu kecamatan yang perekonomiannya utamanya adalah pertanian. Penduduk setempat, yang sebagian besar adalah petani, mengandalkan tanaman seperti cengkeh, kopra, vanili, dan berbagai rempah-rempah untuk penghidupan mereka. Dengan suhu rata-rata antara 25-30 derajat Celcius, masyarakat Tombatu telah mengembangkan kebiasaan mengonsumsi kopi untuk menghangatkan tubuh dan menambah energi untuk beraktivitas sehari-hari. Selain itu, masyarakat dewasa, khususnya laki-laki, di Desa Tombatu merupakan hal yang lumrah untuk merokok sebagai cara untuk meningkatkan motivasi dan menghilangkan stres akibat pekerjaan. Faktor-faktor seperti beban kerja yang berlebihan dan hasil panen yang tidak mencukupi, serta kebutuhan keluarga, berkontribusi terhadap tingkat stres yang dialami penduduk desa (Wikipedia, 2022).

Wilayah kerja Puskesmas Tombatu merupakan wilayah kerja yang cukup besar yang melayani di Kecamatan Tombatu dengan 11 Desa. Angka kasus gastritis yang tinggi dengan faktor penyebab yang beragam dipengaruhi oleh kebiasaan dan kebutuhan, menyebabkan angka kasus yang terus bertambah. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisis berbagai faktor risiko yang berhubungan dengan terjadinya sakit maag di Puskesmas Tombatu yang terletak di Kabupaten Minahasa Tenggara.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode observasional analitis dan desain *case control*. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Tombatu pada bulan Oktober sampai dengan November 2023. Populasi sasaran adalah pasien gastritis yang sebelumnya pernah berobat di Puskesmas Tombatu pada bulan Januari yang berjumlah 186 orang. Untuk menentukan besar sampel digunakan rumus yang dikemukakan oleh Sujarweni (2015), khususnya rumus besar sampel *case control* Lemeshow. Perhitungan ini menghasilkan jumlah sampel sebanyak 68 orang, dengan menggunakan teknik purposive sampling, rasio seimbang 1:1 antara kelompok kasus dan kelompok kontrol dipertahankan, sehingga terpilih total 136 peserta. Variabel independen yang dinilai dalam penelitian ini meliputi kebiasaan makan, kebiasaan merokok, konsumsi kopi, dan stres, sedangkan variabel dependen difokuskan pada penyakit gastritis. Pengumpulan data mengandalkan kuesioner sebagai instrumen utama. Untuk menganalisis data hubungan dan identifikasi faktor risiko antara kebiasaan makan, kebiasaan merokok, konsumsi kopi, dan stres diperiksa menggunakan uji Chi-square, dan terjadinya penyakit gastritis.

HASIL

ANALISIS UNIVARIAT

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Penelitian

Karakteristik	Gastritis		Tidak Gastritis	
	n	%	n	%
Usia				
17-25 tahun	22	32,4	31	45,6
26-35 tahun	12	17,6	9	13,2
36-45 tahun	34	50,0	28	41,2

Pendidikan Terakhir				
SD	6	8,8	3	4,4
SMP	4	5,9	8	11,8
SMA	40	58,8	42	61,8
PT	18	26,5	15	22,1
Pekerjaan				
PNS/ABRI/TNI/POLRI/BUMN/BUMD	5	7,4	4	5,9
Pegawai Swasta	4	5,9	4	5,9
Wiraswasta	9	13,2	4	5,9
Buruh	6	8,8	7	10,3
Petani	2	2,9	0	0
Lainnya	42	61,84	49	72,1
Jenis Kelamin				
Laki-laki	24	35,3	24	35,3
Perempuan	44	64,7	44	64,7

Berdasarkan informasi pada tabel 1, sebaran tertinggi berdasarkan umur yang dikelompokkan berdasarkan kelompok umur terdapat pada kelompok maag, khususnya kelompok umur dewasa akhir 36-45 tahun, dengan jumlah responden 34 orang (50,0 %). Sebaliknya distribusi terendah terdapat pada kelompok tanpa penyakit gastritis yaitu kelompok usia dewasa awal 26-35 tahun sebanyak 9 responden (13,2%).

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel 1, terlihat bahwa sebagian besar responden yaitu sebesar 61,8% telah menyelesaikan pendidikan tamat Sekolah Menengah Atas (SMA), sedangkan persentase terkecil yaitu sebesar 4,4% responden, telah menyelesaikan pendidikannya pada tingkat akhir sekolah dasar (SD).

Berdasarkan analisis data yang disajikan pada tabel 1, terlihat bahwa sebagian besar responden merupakan kelompok non-gastritis, khususnya pada berbagai kategori pekerjaan lain seperti ibu rumah tangga (IRT) dan pelajar, yaitu sebanyak 49 responden (72,1%).). Sebaliknya, keterwakilan terendah terdapat pada kelompok tanpa penyakit gastritis, khususnya pada pekerjaan Petani, karena tidak ada sampel dari kelompok ini yang bekerja sebagai petani (0%).

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel 1, mayoritas responden adalah perempuan yaitu sebesar 64,7% dari total responden yang berjumlah 44 orang. Sebaliknya, responden laki-laki mencapai 35,3% dengan 24 peserta. Perlu dicatat bahwa jumlah laki-laki dan perempuan yang termasuk dalam kelompok penderita gastritis dan non-gastritis sama besarnya.

ANALISIS BIVARIAT

Hubungan Kebiasaan Makan dengan Gastritis

Tabel 2. Hubungan Kebiasaan Makan dengan Gastritis

Kebiasaan Makan	Kelompok				OR 95%CI	P value
	Gastritis		Tidak Gastritis			
	n	%	n	%		
Tidak Baik	67	98,5	65	95,6	3,092 (0,314-30,498)	0,610
Baik	13	1,5	3	4,4		
Total	68	100	68	100		

Di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara, Tabel 2 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara penyakit gastritis dengan kebiasaan makan.

Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gastritis**Tabel 3. Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gastritis**

Tabel 3. Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gastritis						
Kebiasaan Merokok	Kelompok				OR 95%CI	<i>P value</i>
	Gastritis		Tidak Gastritis			
	n	%	n	%		
Merokok	18	26,5	15	22,1	1,272 (0,579-2,793)	0,689
Tidak Merokok	50	73,5	53	77,9		
Total	68	100	68	100		

Berdasarkan data yang disajikan pada tabel, terlihat bahwa persentase individu pada kelompok penderita maag (26,5%) yang merupakan perokok lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok tanpa penyakit gastritis (22,1%). Namun setelah dilakukan uji chi square di Puskesmas Tombatu diketahui tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara kebiasaan merokok dengan adanya penyakit maag.

Hubungan Konsumsi Kopi dengan Gastritis**Tabel 4. Hubungan Konsumsi Kopi dengan Gastritis**

Tabel 4. Hubungan Konsumsi Kopi dengan Gastritis						
Konsumsi Kopi	Kelompok				OR 95% CI	P value
	Tidak Gastritis		Gastritis			
	n	%	n	%		
Konsumsi Kopi	41	60,3	56	82,4	3,073(1,394-6,774)	0,008
Tidak Konsumsi Kopi	27	39,7	12	17,6		
Total	68	100	68	100		

Temuan penelitian yang dilakukan untuk menguji hubungan asupan kopi dengan penyakit maag, seperti tersaji pada tabel 4, menunjukkan bahwa persentase peserta kelompok maag (82,4%) yang mengonsumsi kopi lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak menderita maag (60,3%). Dengan nilai P-value sebesar 0,008, hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi kopi, karena lebih kecil dari taraf signifikansi yang telah ditentukan yaitu 0,05 dengan penyakit gastritis di Puskesmas Tombatu. Lebih lanjut, perhitungan odds ratio menunjukkan bahwa individu yang mengonsumsi kopi memiliki kemungkinan 3,073 kali lebih besar terkena penyakit gastritis dibandingkan yang tidak mengonsumsi kopi (95% CI 1,394-6,774)

Hubungan Stres dengan Gastritis**Tabel 5. Hubungan Stres dengan Gastritis**

Tabel 3: Hubungan Stres dengan Gastritis							
Stres	Kelompok				OR 95% CI	<i>P value</i>	
	Tidak Gastritis		Gastritis				
	n	%	n	%			
Stres	61	89,7	67	98,5	7,689 (0,919-64,298))	0,062	
Tidak Stres	7	10,3	1	1,5			
Total	68	100	68	100			

Data pada tabel 5 menunjukkan bahwa persentase responden yang termasuk dalam kelompok maag (98,5%) lebih tinggi dibandingkan responden tanpa gastritis (89,7%) di antara mereka yang melaporkan status stresnya. Hasil uji chi-square menunjukkan tidak terdapat hubungan statistik yang bermakna antara stres dengan kejadian maag di Puskesmas Tombatu.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan temuan studi penelitian berbasis kuesioner, tingkat partisipasi terbesar terjadi pada responden kelompok usia dewasa akhir, khususnya yang berusia antara 36 dan 45 tahun, dengan total 34 responden (50,0%). Sebaliknya, angka partisipasi terendah terdapat pada kelompok tanpa penyakit maag, yaitu kelompok usia dewasa awal yaitu 26-35 tahun yang berjumlah 9 responden (13,2%). Hasil ini Temuan penelitian Puskesmas Tombatu menunjukkan kontradiksi dengan anggapan umum bahwa remaja lebih rentan terkena gastritis. Hal ini cukup mengejutkan untuk mengetahui bahwa populasi lansia menunjukkan kejadian tukak lambung yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih muda, sehingga menunjukkan bahwa kelompok usia dewasa akhir mempunyai distribusi tertinggi. Selain itu, beban kerja berat yang dialami responden ternyata menjadi faktor yang berkontribusi signifikan terhadap peningkatan risiko penyakit gastritis pada kelompok usia dewasa. Temuan ini sejalan dengan teori Soetjiningsih (2005) yang menyatakan bahwa orang yang lebih tua mempunyai kemungkinan lebih besar terkena penyakit maag dibandingkan dengan orang yang lebih muda. Telah diamati bahwa seiring bertambahnya usia, ketebalan mukosa lambung cenderung berkurang, membuat individu yang lebih muda lebih rentan terhadap infeksi *H. Pylori* atau gangguan autoimun. Sebaliknya, pada kelompok usia muda, hal ini sering dikaitkan dengan gaya hidup yang tidak sehat. Temuan ini sejalan dengan temuan penelitian Rahayu (2016) yang fokus utamanya adalah responden pada kelompok usia 36-45 tahun yang mencakup 36,60% sampel.

Dalam penelitian ini, salah satu faktor diteliti untuk mengetahui hubungan antara prevalensi penyakit gastritis dengan latar belakang pendidikan individu. Temuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden tanpa penyakit gastritis telah menyelesaikan pendidikannya hingga Sekolah Menengah Atas (SMA), yaitu sebesar 61,8% dari total peserta. Sebaliknya, kelompok penderita maag memiliki tingkat pendidikan paling rendah, yaitu hanya 4,4% responden yang menyelesaikan pendidikan tamat Sekolah Dasar (SD). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahayu (2016) yang juga menemukan bahwa responden yang berlatar belakang pendidikan SMA lebih banyak jumlahnya, yaitu sebesar 58,54%. Individu dengan pendidikan sekolah menengah atas cenderung memprioritaskan mencari pengobatan dan melakukan tindakan preventif untuk mengelola kesehatannya, termasuk mencegah penyakit menular dan komplikasinya. Masyarakat Tombatu, khususnya, cenderung memiliki proporsi penduduk berpendidikan sekolah menengah atas yang lebih tinggi karena ketergantungan ekonomi pada produk pertanian, sehingga memerlukan tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Selain itu, kecenderungan budaya terhadap pernikahan dini berkontribusi terhadap prevalensi individu dengan tingkat pendidikan sedang hingga tinggi. Perkembangan penyakit maag dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang berhubungan dengan pekerjaan, khususnya tingkat stres dan durasi kerja. Temuan penelitian menunjukkan bahwa individu dengan pekerjaan selain gastritis, seperti ibu rumah tangga (IRT) dan pelajar, merupakan mayoritas responden (72,1%). Sebaliknya, petani mempunyai keterwakilan terendah pada kelompok tanpa penyakit gastritis, karena tidak ada sampel dari pekerjaan ini (0%). Perlu dicatat bahwa ibu rumah tangga sering kali memiliki banyak tanggung jawab, sehingga menyebabkan pengabaian terhadap kesehatan mereka sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Hengkengbala (2021) yang mengidentifikasi pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebagai kategori yang paling banyak terjadi, yaitu sebesar 31,0% responden.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa jumlah partisipan perempuan lebih banyak, yaitu 44 responden (64,7%), dibandingkan dengan jumlah partisipan laki-laki yang lebih

sedikit, yakni 24 responden (35,3%), baik pada kelompok penderita gastritis maupun non-gastritis. Menurut teori Suwindri (2021), perempuan lebih rentan terkena penyakit maag karena perhatian mereka yang tinggi terhadap berat badan dan penampilan sehingga mendorong mereka untuk melakukan upaya penurunan berat badan. Penelitian lapangan yang dilakukan di Puskesmas Tombatu mendukung anggapan tersebut karena menunjukkan tingginya jumlah kunjungan perempuan dan menyoroti pola makan yang tidak teratur akibat peraturan konsumsi makanan yang tidak tepat. Selain itu, rata-rata responden penelitian memiliki tanggung jawab kekeluargaan sebagai istri dan ibu, sejalan dengan penelitian Rantung (2019) yang menunjukkan bahwa dari 124 peserta, 104 orang adalah perempuan, dengan rincian 66 orang (62,7%) menderita gastritis dan sisanya 38 orang (37,3 orang). %) tidak mengalami gastritis.

Hubungan Kebiasaan Makan Terhadap Gastritis

Pengaturan jumlah dan ragam pangan yang dikonsumsi dalam rangka menjaga kesehatan, mempertahankan status gizi, dan mencegah atau membantu pengobatan penyakit merupakan praktik mengkonsumsi makanan bergizi. Menyimpang dari rutinitas makan yang teratur dapat mengganggu proses metabolisme tubuh (Oetoro, 2018). Peneliti memanfaatkan kebiasaan makan sebagai alat ukur untuk menilai dampak penyakit maag di wilayah kerja Puskesmas Tombatu. Dalam penelitian ini, Food Frequency Questionnaire (FFQ) digunakan sebagai alat ukur yang terdiri dari total 70 bahan Southeastern untuk mengetahui apakah kebiasaan makan responden berisiko terkena gastritis.

Setelah dilakukan analisis bivariat dengan uji chi square diketahui tidak ada hubungan antara kebiasaan makan dengan penyakit gastritis di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara. Namun, individu dengan kebiasaan makan yang buruk ditemukan memiliki kemungkinan 3,092 kali lebih besar terkena sakit gastritis. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nirmalarumsari (2020) dengan judul “Faktor Resiko Terjadinya Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bantilang Tahun 2019” yang juga menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan dengan kejadian sakit gastritis. Dalam penelitian tersebut, responden memiliki risiko 1,006 kali lebih tinggi terkena sakit gastritis.

Di Puskesmas Tombatu, peneliti melakukan penelitian untuk menguji hubungan kebiasaan makan dengan risiko penyakit gastritis. Secara khusus, mereka fokus pada identifikasi penggunaan bahan makanan berisiko dalam penyajian makanan pedas, gorengan, dan asam. Melalui wawancara dengan partisipan, diketahui bahwa masyarakat umumnya memasukkan lauk hewani seperti ayam, babi, daging anjing, daging tikus, daging ular, dan malai ke dalam resep makanan pedasnya. Metode utama pengolahan bahan-bahan ini melibatkan penggunaan unsur pedas, khususnya cabai, yang berfungsi untuk menghilangkan bau tidak sedap dan meningkatkan rasa secara keseluruhan. Banyaknya konsumsi makanan pedas di daerah Tombatu berpotensi menimbulkan risiko terjadinya penyakit maag. Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa gorengan, antara lain ikan cakalang, ikan tuna, ikan tude, ikan niki, ikan roa, teri, ikan Malalugis, ikan nila, ikan gurami, udang, dan cumi-cumi, juga lazim diolah dan dikonsumsi oleh masyarakat. Responden sering memanfaatkan tempe dan tahu sebagai lauk sayur, serta pisang sepatu dan pisang goroho sebagai pilihan buah untuk membuat gorengan. Namun perlu diperhatikan bahwa menggoreng makanan dengan suhu tinggi dapat menyebabkan perubahan kandungan nutrisi, termasuk hilangnya kandungan air dan peningkatan lemak. Selain itu, makanan olahan komersial seperti kentang goreng, ayam goreng, burger, pizza, donat, dan nugget menimbulkan risiko maag karena cara pengolahannya. Semakin tinggi kandungan lemaknya, semakin merugikan kesehatan lambung, karena minyak berlebih pada gorengan dapat menyebabkan peningkatan kadar asam lambung dan meningkatkan reaksi peradangan

dalam tubuh. Selain itu, ada kekhawatiran khusus mengenai klasifikasi bahan makanan tertentu sebagai asam, seperti berbagai jenis mangga (misalnya mangga apel, mangga madu, mangga kweni, mangga telur, dan mangga dodol). Buah jeruk, nanas, dan langsung juga merupakan makanan asam yang bila dikonsumsi berlebihan dapat merangsang peningkatan asam lambung. Selain itu, kubis, tomat, dan brokoli berpotensi meningkatkan kadar asam lambung dan berkontribusi terhadap terjadinya gastritis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tombatu, diketahui bahwa meskipun konsumsi pangan masyarakatnya buruk, namun mereka mempunyai pilihan pangan yang beragam dan menerapkan teknik pengolahan pangan yang baik. Mereka juga jarang mengonsumsi makanan yang dapat memicu penyakit maag. Berdasarkan bukti yang ada, dapat disimpulkan bahwa konsumsi makanan tidak memiliki korelasi yang signifikan dengan faktor risiko penyakit gastritis di Puskesmas Tombatu. Gastritis bukanlah penyakit tunggal, melainkan mengacu pada peradangan pada lambung. Peradangan ini biasanya disebabkan oleh infeksi bakteri yang dapat menyebabkan sakit maag. Bakteri spesifik yang menyebabkan infeksi ini dikenal sebagai *Helicobacter Pylori*, yang merupakan satu-satunya bakteri yang berada di lambung (Shalahuddin, 2018).

Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Gastritis

Merokok merupakan kebiasaan sehari-hari yang tidak dapat dihindari bagi individu yang cenderung berperilaku tersebut (Kementerian Kesehatan, 2022). Dampak merokok terhadap kesehatan seseorang sudah terdokumentasi dengan baik. Pada penelitian khusus yang dilakukan di Puskesmas Tombatu ini, kebiasaan merokok diteliti sebagai variabel untuk mengetahui pengaruhnya terhadap penyakit maag. Melalui kuesioner dan wawancara kepada partisipan diketahui bahwa non-perokok sering terpapar asap rokok dalam 3-1 bulan terakhir. Paparan ini terjadi baik di tempat kerja, di ruang publik, maupun di rumah akibat adanya anggota keluarga yang merokok sehingga mengakibatkan terjadinya perokok pasif. Menurut Kementerian Kesehatan (2022), terdapat dua kategori perokok, yaitu perokok aktif yang dengan sengaja mengonsumsi produk tembakau dan menghirup asap yang dihembuskan, dan perokok pasif yang tanpa sengaja menghirup asap rokok orang lain.

Berdasarkan analisis bivariat dengan uji chi square untuk mengetahui pengaruh perilaku merokok terhadap penyakit maag di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara, diketahui bahwa kebiasaan merokok tidak menunjukkan hubungan yang bermakna dengan penyakit maag. Namun, individu yang merokok memiliki risiko 1,272 kali lebih tinggi terkena maag. Kurangnya korelasi tersebut Alasan di balik korelasi ini adalah karena penelitian ini terutama terdiri dari partisipan perempuan, sedangkan populasi laki-laki sebagian besar menunjukkan kebiasaan merokok. Penemuan ini selaras dengan penelitian Ananda (2023) yang berjudul “Analisis Faktor Penyakit Tidak Menular ‘Gastritis’ Pada Pasien Puskesmas” yang juga menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan substansial antara kebiasaan merokok dengan penyakit gastritis. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Syam (2020) yang juga gagal menemukan hubungan antara kebiasaan merokok dan sakit gastritis. Namun perlu diketahui bahwa penelitian ini berbeda dengan temuan Patonah (2023) yang melaporkan bahwa kebiasaan merokok memang mempunyai pengaruh terhadap penyakit gastritis dengan nilai p-value sebesar 0,001.

Hubungan Konsumsi Kopi Terhadap Gastritis

Uji chi-square yang dilakukan pada analisis bivariat faktor-faktor yang mempengaruhi penyakit gastritis di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara menghasilkan nilai P sebesar 0,008. Temuan signifikan ini menyimpulkan bahwa konsumsi kopi mempunyai dampak yang signifikan terhadap penyakit maag di puskesmas, dimana responden yang mengonsumsi kopi mempunyai risiko 3,073 kali lebih tinggi terkena penyakit maag.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulandari (2022) yang juga menemukan adanya hubungan signifikan antara konsumsi kopi dengan terjadinya sakit gastritis. Menurut penelitian Wulandari, individu yang rutin mengonsumsi kopi berisiko 2,937 kali lebih tinggi terkena penyakit ini ($p\text{-value} = 0,007$). Senada dengan Syafi'i dan Andriani (2019) yang melakukan penelitian yang mengungkapkan adanya hubungan antara konsumsi kopi dengan prevalensi sakit gastritis ($p\text{-value} = 0,036$) sehingga semakin mendukung hasil penelitian tersebut. Penelitian Hadinata (2020) juga memperkuat temuan tersebut dengan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi kopi dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,006. Namun kesimpulan penelitian Syam (2020) berbeda dengan penelitian di atas, karena tidak ada hubungan antara konsumsi kopi dengan sakit maag. Kesenjangan ini mungkin disebabkan oleh pengamatan bahwa individu yang rutin mengonsumsi kopi cenderung mengonsumsinya dalam jumlah lebih sedikit dan sering makan sebelum meminumnya, sehingga menghindari konsumsi kopi saat perut kosong.

Hasil yang diperoleh berdasarkan kuesioner yang disebarkan menunjukkan bahwa sebagian besar individu memiliki tradisi lama dalam memulai aktivitas mereka dengan secangkir kopi hangat, yang dapat menambah semangat dalam bekerja. Observasi di lapangan menunjukkan bahwa masyarakat sering mengonsumsi kopi dalam keadaan perut kosong pagi hari sehingga menimbulkan reaksi inflamasi yang semakin parah pada dinding mukosa lambung akibat tidak adanya konsumsi makanan lain. Temuan penelitian menunjukkan bahwa individu memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi kopi berkali-kali dalam sehari, dengan jumlah 42 responden pada kelompok maag dan 19 orang pada kelompok non gastritis. Hal ini menyoroti dampak konsumsi kopi terhadap individu di wilayah kerja Puskesmas Tombatu yang berisiko terkena penyakit gastritis. Konsumsi kopi yang berlebihan dan tidak tepat tentunya berdampak buruk bagi kesehatan secara keseluruhan. Untuk menghindari timbulnya maag, penting bagi individu untuk memperhatikan asupan kopi mereka dan berusaha membatasi jenis kopi yang mereka konsumsi.

Hubungan Stres Terhadap Gastritis

Pengalaman stres merupakan respons universal dan mekanisme penyesuaian. Hal ini melibatkan reaksi terhadap berbagai pemicu stres, baik yang berasal dari internal maupun eksternal, dan dapat bersifat asli atau dirasakan (Amelia, 2020). Amelia (2020) menegaskan bahwa stres memainkan peran penting, menyumbang 50 hingga 70 persen perkembangan berbagai penyakit, termasuk penyakit kardiovaskular, hipertensi, kanker, kondisi kulit, infeksi, serta gangguan metabolisme dan hormonal. Setelah dilakukan analisis bivariat faktor risiko penyakit gastritis di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara diketahui bahwa stres tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan penyakit gastritis. Namun responden yang mengalami stres ternyata memiliki risiko 7,689 kali lebih tinggi terkena penyakit gastritis. Penelitian yang dilakukan oleh Puri dan Suyanto (2012) sejalan dengan temuan ini, dan juga menyimpulkan bahwa tidak ada korelasi atau dampak yang signifikan antara stres dan gastritis. Dalam penelitiannya, responden yang mengalami stres memiliki risiko 2,53 kali lebih tinggi terkena penyakit gastritis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden tidak menunjukkan hubungan antara stres dan gastritis karena keyakinan mereka bahwa doa kepada Tuhan memberdayakan mereka untuk menghadapi beban apa pun yang mereka hadapi. Hasilnya, mereka mampu mengatasi stres meski dihadapkan pada tekanan. Kesimpulan tersebut semakin didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Anshari dan Suprayitno (2019) dengan menggunakan uji chi-square, tidak ditemukan adanya hubungan antara stres dan gastritis.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara untuk mengetahui adanya faktor risiko terjadinya penyakit gastritis, maka dapat disimpulkan bahwa kebiasaan makan, kebiasaan merokok, konsumsi kopi, dan stres tidak menimbulkan risiko terjadinya penyakit gastritis di Puskesmas Tombatu Kabupaten Minahasa Tenggara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bimbingan, dukungan, motivasi, dan masukan berharga yang diberikan oleh pembimbing skripsi patut kami sampaikan dengan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pimpinan dan civitas akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi atas sumbangsihnya yang sangat berarti dalam memperlancar upaya pendidikan penulis.. Selain itu, peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Tombatu yang menjadi tempat penelitian. Akhir kata, penghargaan setinggi-tingginya kami sampaikan kepada orang tua penulis, saudara kandung, sahabat-sahabat, dan seluruh pihak lain yang telah turut serta dalam pengumpulan data, mendukung proses penyusunan, dan mendoakan selama pengembangan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia R. 2020. *Faktor Stres dan Cara Mengatasi*. Pustaka Taman Ilmu. Gowa
- Ananda C., F., Adyas A., Setiaji B., & Pramudho K. 2023. Analisis Faktor Penyakit Tidak Menular “Gastritis” Pasien Puskesmas. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*. Vol. 14, No.1.
- Anshari S., N., & Suprayitno. 2019. Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Kelompok Umur 20-45 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda Tahun 2019. *Borneo Student Research*.
- Artini B., Prasetyo W., & Lestari M., P. 2022. Hubungan Pola Makan dan Stres terhadap Penyakit Gastritis: A Literature Review. *Nursing Sciences Journal*. Vol. 6 No. 1. (online), (<http://ojs.unik-kediri.ac.id/index.php/nsj/article/view/2634/2269> diakses 23 Januari 2023)
- Hardinata D. 2020. Hubungan Faktor Risiko dengan Kejadian Gastritis pada Pasien Berobat Rawat Jalan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rajagaluh Kabupaten Majalengka Tahun 2018. *Jurnal Kampus: STIKes YPIB Majalengka*. Vol8, No.1
- Hengkengbala O., Pongoh L. L., dan Mokoagow A. 2021. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Mubune Kecamatan Likupang Barat. *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA*. Vol.02, No.04. (online) (<https://ejurnal.unima.ac.id/index.php/epidemia/article/download/2169/2248/17863/> diakses 21 Desember 2023)
- Kemkes. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta. (online). (<https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf> diakses 12 Februari 2023)
- Kemkes. 2022. *Bahaya dan efek Paparan Rokok pada Anak dan Remaja*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (online) (https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1336/bahaya-dan-efek-pajanan-rokok-pada-anak-dan-remaja#:~:text=Sedangkan%20merokok%20adalah%20suatu%20kebiasaan,dibandingkan%20mereka%20yang%20tidak%20merokok. diakses 10 Desember 2023)
- Nirmalarumsari C., Tandipasang F. 2019, Faktor Risiko Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bantilang Tahun 2019. *Jurnal Ners dan Kebidanan*. Vol. 7 No. 2. (online)

- (<https://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk/article/download/507/496> diakses 28 Februari 2023)
- Oetoro S. 2018. *Smart Eating 1.000 Jurus Makan Pintar & Hidup Bugar*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Patonah S., Susanti D., & Dewi D., S., K. 2023. Hubungan Merokok Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Trucuk Kecamatan Trucuk Kabupaten Bojonegoro. *Journal Well Being*. Vol. 8, No. 1.
- Puri A., & Suyanto. 2012. Hubungan Faktor Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang. *Jurnal Keperawatan*. Vol. VII, No.1.
- Rahayu P., Ayu W. D., dan Rijai L. 2016. *Karakteristik dan Pengobatan Pasien Gastritis di Puskesmas Wonorejo Samarinda*. Prosiding Seminar Nasional Kefarmasian Ke-4. (online) (<https://prosiding.farmasi.unmul.ac.id/index.php/mpc/article/download/192/192> diakses 21 Desember 2023)
- Rantung E. P., Kaunang W. P. J., dan Malonda N. S. H. 2019. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*. Vol. 7, No.2. (online) (<https://media.neliti.com/media/publications/373397-none-b6c8f872.pdf>)
- Shalahuddin I., & Rosidin U. 2018. Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Ybkp3 Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas husada: Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisa Kesehatan dan Farmasi*. 18(1), 33-44.
- Soetjiningsih. 2005. *Usia Remaja di Tinjau dari Kebutuhan Aspek Zat Gizi*. Majalah Kesehatan Indonesia Depatemant Kesehatan AKZI.
- Sujarweni V, W. 2015. *Statistik Untuk Kesehatan*. Gava Media. Yogyakarta
- Suwindri., Tiranda Y., & Ningrum W., A., C. 2021. Faktor Penyebab Kejadian Gastritis di Indonesia: *Literature Review*. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, Vol. 1 No. 2. (online), (<https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jkm/article/view/1004/503> diakses 7 Januari 2023)
- Syam S., D., Arsin A., A., & Ansar J. 2020. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Biru Kabupaten Bone. Hasanuddin *Journal of Public Health*. Vol 1, Issue 2.
- Syafi'I M., & Andriani D. 2019. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)*. Vol.2, No.1.
- Wikipedia. 2022. *Kecamatan Tombatu*. (Online) (https://id.m.wikipedia.org/wiki/Tombatu_Tombat,_Tombatu,_Minahasa_Tenggara diakses 13 Juni 2023)
- Wulandari R. h., Kalsum., & Izhar M. D. 2022. *Determinan yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Pinang Kota Jambi*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*. (online) (<https://repository.unja.ac.id/39278/1/JURNAL%20RIZKY%20HARTATI%20WULANDARI.pdf> diakses 10 Januari 2024)