

## KEJADIAN *GASTRITIS* DITENTUKAN OLEH PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG POLA MAKAN DI DESA X

Grace Irene Viodyta Watung<sup>1</sup>, Ake Royke Calvin Langingi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika Kotamobagu

<sup>2</sup>STIKES Gunung Maria Tomohon

Alamat Korespondensi: Jl. AKD, RSI Moonow, Lt.II, Kel. Mongkonai Barat, Kota Kotamobagu

E-mail: [gracewatung04@gmail.com](mailto:gracewatung04@gmail.com)

### ABSTRAK

*Gastritis* menjadi masalah kesehatan bagi masyarakat di Indonesia dewasa ini. Penyakit *gastritis* biasanya diawali dengan pola makan yang tidak teratur sehingga lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat. Penyakit *Refluks Gastroesofagus* (PRGE) atau *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) atau kelainan peradangan yang terjadi di bagian mukosa lambung yang bisa disebut *gastritis*. Tujuan dari penelitian ini adalah teranalisisnya hubungan pengetahuan masyarakat tentang pola makan dengan kejadian *gastritis* di Desa X. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 50 orang yang berkunjung di Puskesmas Tareran Kabupaten Minahasa Selatan dari populasi 120 orang. Berdasarkan hasil uji *chi square* didapatkan nilai  $p = 0,003$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa kejadian *gastritis* di Desa X ditentukan oleh pola makan. Analisa univariat, kejadian *gastritis* dominan *gastritis* akut dan pola makan umumnya baik. Kejadian *gastritis* di Desa X ditentukan oleh pola makan. Diharapkan pihak puskesmas atau pemegang program Penyakit Tidak Menular (PTM) agar lebih giat melaksanakan penyuluhan terlebih khusus pada masyarakat yang rentan dengan penyakit *gastritis* karena pola makan yang tidak teratur.

Kata Kunci: *Gastritis*, Pengetahuan, Pola Makan.

### ABSTRACT

*Gastritis* is a health problem for people in Indonesia today. *Gastritis* usually begins with irregular eating patterns so that the stomach becomes sensitive when stomach acid increases. *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) or *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) or an inflammatory disorder that occurs in the gastric mucosa which can be called *Gastritis*. Objective: To analyze the relationship between public knowledge about diet and the incidence of *gastritis* in X Village. This is the purpose of this research. This type of research is a quantitative study with a cross sectional design. The number of samples was 50 people who visited the Tareran Health Center, South Minahasa Regency from a population of 120 people. Based on the results of statistical tests,  $p$  value = 0.003, so it can be concluded that the incidence of *gastritis* in X Village is determined by dietary habit. The incidence of *gastritis* is dominant in acute *gastritis* and the diet is generally good. The incidence of *gastritis* in X Village is determined by dietary habit. For the puskesmas or non-communicable disease program holders to be more active in carrying out counseling, especially for people who are vulnerable to *gastritis* due to irregular dietary habit.

Keywords: *Gastritis*, Knowledge, Dietary Habit.

## PENDAHULUAN

*Gastritis* merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus atau lokal, dengan karakteristik anoreksia, perasaan penuh di perut (begah), tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah (Mahaji Putri et al., 2010). Penyakit *Gastritis* biasanya diawali dengan pola makan yang tidak teratur sehingga lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat. Penyakit *Refluks Gastroesofagus* (PRGE) atau *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) atau kelainan peradangan yang terjadi di bagian mukosa lambung yang bisa disebut *Gastritis* (Nage et al., 2018).

Menurut data *World Health Organization*, yang mengadakan tinjauan terhadap beberapa negara di dunia dan mendapatkan hasil presentase dari angka kejadian diseluruh dunia, diantaranya Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Perancis 29,5%. Di dunia, insiden *gastritis* sekitar sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahun. Insiden terjadinya *gastritis* di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Prevelensi *gastritis* yang dikonfirmasi melalui endoskopi pada populasi di negara barat berkisar 4,1% dan bersifat *asimptomatik* (Kishikawa et al., 2019).

Presentase dari angka kejadian *gastritis* di Indonesia menurut WHO tahun 2016 adalah 40,8%. Angka kejadian *gastritis* pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari

238,452,952 jiwa penduduk, untuk Kota Surabaya angka kejadian *Gastritis* sebesar 31,2%, Denpasar 46%, sedangkan di Medan angka kejadian infeksi cukup tinggi yaitu sebesar 91,6% (Arafah & Michiko, 2018).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Minahasa Selatan tahun 2019, menyebutkan bahwa *gastritis* menempati urutan ke-5 dari 10 penyakit terbanyak dengan jumlah 2.194 kasus (10%) dan pada 2019 meningkat menjadi 3.874 kasus (10,35%). Berdasarkan data yang diperoleh di Wilayah Kerja Puskesmas Puskesmas Tareran, diperoleh data yang menderita *gastritis* pada bulan Januari hingga April 2019 berjumlah 168 orang yang menderita *gastritis* dan dominan diderita oleh kategori remaja akhir dan dewasa awal (Dinas Kesehatan Kabupaten Minahasa Selatan, 2019).

Penyakit akibat aliran balik (*refluks*) atau naiknya asam lambung beserta makanan yang diurainya dari lambung hingga ke kerongkongan dalam dunia kedokteran dikenal dengan istilah asam lambung yang beredar di tubuh memang bisa berbahaya dan menjadi masalah bagi kesehatan jika tidak memiliki lapisan pelindung yang bertugas melindungi dinding lambung dari cairan asam dalam lambung. Agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular terkait gizi, maka pola makan masyarakat perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang. Keadaan gizi yang baik dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat (Andika et al., 2011).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rantung & Malonda (2019), menyatakan bahwa terdapat hubungan kebiasaan makan dengan pencegahan *gastritis* pada masyarakat di Puskesmas Ranotana Weru Manado. Kebiasaan makan buruk merupakan salah satu gambaran atau tindakan tidak melakukan upaya pencegahan *gastritis*. Seseorang dengan kebiasaan makan makanan yang digoreng, dikeringkan, mengandung santan dan lemak hewani dapat memicu terjadinya *gastritis*.

Menu seimbang perlu dimulai dari sekarang dan dikenal dengan baik sehingga akan terbentuk kebiasaan makan makanan seimbang dikemudian hari (Fatimah & Fitri, 2016). Pola makan merupakan berbagai informasi yang memberikan gambaran macam dan model bahan makanan dan porsi makan. Pola makan yang baik dan teratur merupakan salah satu dari penatalaksanaan *gastritis* dan juga merupakan tindakan preventif dalam mencegah kekambuhan *gastritis*. Penyembuhan *gastritis* memerlukan pengaturan makanan sebagai upaya untuk memperbaiki kondisi pencernaan. Pola makan atau pola konsumsi pangan adalah susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu (Diatsa et al., 2016).

Kualitas hidup dari seseorang dapat dipengaruhi oleh kesehatannya, sedangkan kesehatan dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor predisposisi (pengetahuan, sikap dan kepercayaan terhadap apa yang dilakukan, serta beberapa faktor sosial demografi seperti

umur, jenis kelamin, status perkawinan, status sosial dan ekonomi), *enabling* faktor (ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan), dan *reinforcing* faktor (dukungan dari lingkungan sosialnya). Dimana ketiga faktor tersebut secara bersamaan mempengaruhi perilaku.

Survei awal yang dilakukan peneliti di Desa X, ditemukan 15 penderita *gastritis* yang berkunjung di Puskesmas Wuwuk. Hasil wawancara dengan penderita *gastritis* tersebut ditemukan keterangan bahwa 10 orang yang terdiri atas dewasa muda dan lanjut usia itu kurang memahami pola makan yang baik dan sehat. Kebiasaan makan makanan yang digoreng, dikeringkan, mengandung santan dan lemak hewani sehingga memicu terjadinya *gastritis*.

Data awal yang diperoleh dari 15 pasien yang merupakan masyarakat Desa X ini dinilai 10 orang masih kurang dalam hal pengetahuan tentang pola makan sehingga memicu terjadinya *gastritis*. Umumnya menyatakan bahwa faktor ketidaktahuan sumber penyebab penyakit *gastritis* atau yang disebut maag yang menjadi penyebab. Pola makan masyarakat yang umumnya sering mengkonsumsi makanan yang asam, pedas dan mengandung santan yang dikonsumsi rutin oleh masyarakat yang menjadi pemicu terjadinya *gastritis*. Masyarakat juga memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol dan merokok yang merupakan faktor pemicu terjadinya *gastritis*.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Berlandaskan Umur Responden.

Umur Responden	n	(%)
17-25 Tahun	6	12
26-35 Tahun	40	80
36-45 Tahun	4	8
Total	50	100

Sumber data : Data primer (2020)

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Berlandaskan Pendidikan Responden.

Pendidikan Responden	n	(%)
SMP	1	2
SMA	41	82
D3	4	8
S1	4	8
Total	50	100

Sumber data : Data primer (2020)

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Berlandaskan Pekerjaan Responden.

Pekerjaan Responden	n	(%)
IRT	28	56
Swasta	11	22
PNS	4	8
Nelayan	7	14
Total	50	100

Sumber data : Data primer (2020)

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Berlandaskan Jenis Kelamin Responden.

Jenis Kelamin	N	(%)
Laki-Laki	22	44
Perempuan	28	56
Total	50	100

Sumber data : Data primer (2020)

**Tabel 5.** Distribusi Frekuensi Analisis Bivariat antara Variabel Independen dan Dependen.

Pengetahuan Masyarakat	Kejadian <i>Gastritis</i>		Tot	P	OR
	Kronik	Akut			
Kurang Baik	26	22	48	.003	9,061
	13%	11%	48,5%		
Baik	6	46	52		
	3%	23%	26%		
	32	68	50		
	16%	34%	100%		

Sumber data : Data primer (2020).

**Pengetahuan Masyarakat Tentang Pola Makan Dengan Kejadian *Gastritis***

Dari hasil penelitian dengan jumlah responden 50 responden, ternyata pengetahuan tentang pola makan kurang baik ada 13 responden (26%) dari 24 responden dan mengalami *gastritis* kronik 13 responden. Sedangkan dari 26 responden dengan pola makan yang baik, terdapat 3 responden (6%) yang mengalami *gastritis* kronik dan 23 responden (46%) mengalami *gastritis* akut. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai hasil penelitian (nilai p) 0,003 dimana nilai ini lebih kecil dari nilai  $\alpha$  (0,05) sehingga dapat dikatakan terdapat hubungan antara pengetahuan masyarakat tentang pola makan dengan kejadian *gastritis* atau dengan kata lain hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima.

Dari hasil penelitian ini juga dapat dianalisis bahwa dari total 26 responden dengan kategori pengetahuan tentang pola makan yang baik, sebanyak 3 responden mengalami *gastritis* akut, sedangkan 23 responden mengalami *gastritis* kronik. Demikian juga dengan kategori pengetahuan masyarakat yang kurang baik, dari 24 responden, terdapat 13 responden (26%) mengalami *gastritis* kronik sedangkan 11 responden (22%) mengalami *gastritis* akut.

Berdasarkan hasil penelitian ini juga diperoleh nilai *odds ratio* sebesar 9,061. Angka tersebut berarti bahwa semakin tinggi pengetahuan masyarakat tentang pola makan maka akan berpeluang 9 kali penderita mengalami *gastritis* akut. Demikian pula

sebaliknya, semakin kurang pengetahuan masyarakat maka akan berpeluang 9 kali penderita mengalami *gastritis* kronik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Bryan Kevin Mawey, Adeleida Kaawoan, 2014) dimana dalam hasil penelitiannya dikatakan bahwa pengetahuan sangat penting bagi siswa kelas X di SMA Negeri 1 Likupang. Pengetahuan yang baik diyakini bisa merubah kebiasaan makan sehingga terhindar dari *gastritis*. Pengetahuan yang baik menjadi pegangan untuk berperilaku baik dalam mencegah *gastritis* untuk peningkatan derajat kesehatan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Diatsa et al., 2016) dimana dalam penelitiannya yang berjudul hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja di Pondok Al-Hikmah, Trayon, Karanggede, Boyolali. Dalam penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian *gastritis*. Bila seseorang terlambat makan sampai 2-3 jam, maka asam lambung yang diproduksi semakin banyak dan berlebih sehingga dapat mengiritasi mukosa lambung serta menimbulkan rasa nyeri di sekitar epigastrium. Pola makan yang baik dipengaruhi oleh pengetahuan individu tentang *gastritis*, semakin tinggi pengetahuan maka semakin tinggi pula motivasi untuk menjaga kesehatan.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Sumbara, 2020) yang menyatakan bahwa pola makan dilihat dari keteraturan frekuensi makan, porsi makan, jenis makanan dan minuman berhubungan dengan kejadian

*gastritis* di Desa Cinunuk wilayah kerja Puskesmas Cinunuk. Kebiasaan makan yang teratur dalam hal frekuensi dan jenis makanan menentukan kejadian *gastritis*.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

1. Teridentifikasi pengetahuan masyarakat tentang pola makan di Desa X Wilayah Kerja Puskesmas Tareran Kabupaten Minahasa Selatan pada umumnya baik.
2. Teridentifikasi kejadian *gastritis* di Desa Wuwuk Wilayah Kerja Puskesmas Tareran Kabupaten Minahasa Selatan pada umumnya mengalami *gastritis* akut.
3. Terdapat hubungan pengetahuan masyarakat tentang pola makan dengan kejadian *gastritis* di Desa X Wilayah Kerja Puskesmas Tareran Kabupaten Minahasa Selatan.

### **Saran.**

1. Bagi Profesi Keperawatan  
Hasil penelitian ini kiranya menjadi panduan dalam memberikan penyuluhan tentang *gastritis* dan juga tentang pola makan yang baik untuk mencegah *gastritis*.
2. Bagi Lokasi Penelitian  
Pihak Puskesmas Tareran agar lebih giat lagi dalam melaksanakan penyuluhan kesehatan terutama tentang kesehatan lambung atau saluran pencernaan yang merupakan cakupan Keperawatan Medikal Bedah yang biasanya terjadi di komunitas masyarakat.

3. Peneliti Selanjutnya  
Penelitian ini dijadikan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya. Penelitian ini nantinya menjadi inspirasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti faktor penyebab determinan *gastritis* selain pola makan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andika, M., Saputra, S., & Tamzil, E. (2011). Volume 1, No 1, 2011 Muhamad Andika Sasmita Saputra, Ebagustian Tamzil, Murbiah. *Andika, M., Saputra, S., & Tamzil, E. (2011). Volume 1, No 1, 2011 Muhamad Andika Sasmita Saputra, Ebagustian Tamzil, Murbiah, 1(1), 1(1), 15–20.*
- Arafah, M., & Michiko, U. (2018). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa SMP Islam Darus Syifa Semper Barat, Jakarta Utara. 5.*
- Bryan Kevin Mawey, Adeleida Kaawoan, H. B. (2014). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Pencegahan Gastritis Pada Siswa Kelas X Di Sma Negeri 1 Likupang. *Journal of Chemical Information and Modeling, 53*, 1689–1699.
- Diatsa, B., Muhlisin, A., Kep, M., Yulian, V., & Kep, S. (2016). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di Pondok AL-Hikmah, Trayon, Karanggede, Boyolali.*
- Fatimah, S., & Fitri. (2016). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Assyafi'iyah Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2(2)*, 177–186.
- [https://scholar.google.com/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=en&user=G3M\\_TecAAAAJ&pagesize=100&citation\\_for\\_view=G3M\\_TecAAAAJ:5nxA0vEk-isC](https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=G3M_TecAAAAJ&pagesize=100&citation_for_view=G3M_TecAAAAJ:5nxA0vEk-isC)
- Kishikawa, H., Ojiro, K., Nakamura, K., Katayama, T., Arahata, K., Takarabe, S., Miura, S., Kanai, T., & Nishida, J. (2019). Previous *Helicobacter pylori* infection–induced atrophic gastritis: A distinct disease entity in an understudied population without a history of eradication. *Helicobacter, 25(1)*, 3–12. <https://doi.org/10.1111/hel.12669>
- Mahaji Putri, R. S., Agustin, H., & . W. (2010). Hubungan Pola Makan Dengan Timbulnya Gastritis Pada Pasien Di Universitas Muhammadiyah Malang Medical Center (Umc). *Jurnal Keperawatan, 1(2)*, 156–164. <https://doi.org/10.22219/jk.v1i2.406>
- Nage, Emiliana, Mujahid, & Muzakkir. (2018). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Terjadinya Gastritis Pada Pasien Yang Dirawat Di Rsud Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 12(4)*, 444.
- Rantung, E. P., & Malonda, N. S. H. (2019). Faktor-faktor yang Memengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. *EBiomedik, 7(2)*, 130–136.
- Sumbara, Y. I. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk. *Jurnal Ilmiah Kesehatan IQRA, 8(1)*, 1–5.