

Hubungan Pola Makan Dan Stress Dengan Penyakit Gastritis Pada Pasien Di Puskesmas Sering Kota Medan

Tiffani Tantina Lubis (1), Zaim Anshari (2)

Dosen Fakultas Kedokteran UISU Medan
Fakultas Kedokteran UISU Medan, Jl. STM No.77, Medan, Sumatera Utara

tiffani.tantina@fk.uisu.ac.id (1), zaim.anshari@fk.uisu.ac.id (2)

ABSTRAK

Gastritis masih menjadi masalah sosial dan kesehatan masyarakat baik di negara maju maupun berkembang. Ini adalah penyebab mendasar yang mempengaruhi status sosial ekonomi individu, perilaku kesehatan, dan standar hidup seperti gaya hidup, kondisi hidup, perilaku, dan kebiasaan, Gastritis juga dapat disebabkan oleh stres. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Pola Makan dan Stres Dengan Penyakit Gastritis Pada Pasien Di Puskesmas Sering Kota Medan. Subjek yang memenuhi kriteria inklusi diambil dengan metode Total sampling. Variabel bebas pola makan dan stress dan variabel terikat adalah gastritis. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data dilakukan dengan uji *Chi-Square*. Hasil uji statistik dengan uji *Chi-Square* didapati bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan penyakit gastritis dengan *P value* $0.001 < 0.05$, dengan OR sebesar 0.612 dan terdapat hubungan antara stress dengan penyakit gastritis dengan *p value* $0.003 < 0.05$ dengan OR sebesar 0.516. Kesimpulan Terdapat Hubungan antara pola makan dengan penyakit gastritis, dan terdapat hubungan antara stress dengan penyakit gastritis.

Kata kunci : Penyakit Gastritis ,Pola makan, Stress

ABSTRACT

Gastritis is still a social and public health problem in both developed and developing countries. It is a fundamental cause that influences an individual's socioeconomic status, health behavior, and standard of living such as lifestyle, living conditions, behavior, and habits. Gastritis can also be caused by stress. The aim of this research is to determine the relationship between diet and stress and gastritis in patients at the Medan City Health Center. Subjects who met the inclusion criteria were taken using the total sampling method. The independent variables are diet and stress and the dependent variable is gastritis. The data collection technique uses a questionnaire. Data analysis was carried out using the Chi-Square test. The results of statistical tests using the Chi-Square test found that there was a relationship between diet and gastritis with a P value of $0.001 < 0.05$, with an OR of 0.612 and there was a relationship between stress and gastritis with a p value of $0.003 < 0.05$ with an OR of 0.516. Conclusion There is There is a relationship between diet and gastritis, and there is a relationship between stress and gastritis.

Keywords : Gastritis, Diet, Stress

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Gastritis merupakan suatu kondisi peradangan atau infeksi mukosa lambung yang bersifat akut, kronis, difus dan lokal. Gastritis juga dikenal dengan Maag ialah peradangan (pembengkakan) pada mukosa lambung ditandai dengan tidak nyaman pada perut bagian atas, rasa mual, muntah, nafsu makan menurun atau sakit kepala. Penyakit Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan di masyarakat dengan prevalensi yang cukup tinggi. Hal ini mempengaruhi hingga 50% orang dewasa di negara barat. Di berbagai negara kasus kejadian gastritis menunjukkan angka yang cukup tinggi. Tinjauan yang dilakukan oleh World Health Organization WHO terhadap penyakit gastritis di beberapa negara dunia ditemukan presentase yaitu, Inggris 22%, Jepang 14,4%, Kanada 29, 5%, China 31% dan Prancis sekitar 29,5%. Insiden gastritis di dunia sekitar 1.8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahun. Kasus terjadinya gastritis di wilayah Asia Tenggara mencapai 583.638 kasus dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Prevalensi kejadian gastritis di Indonesia yaitu 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk. Menurut data dari Departemen Kesehatan RI angka presentase kejadian gastritis di Indonesia adalah 40,8%. Hasil penelitian dan pengamatan yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI angka kejadian gastritis di beberapa kota di Indonesia seperti seperti Jakarta 50,0%, Denpasar 46,0%, Palembang 35,5%, Bandung 32,5%, Aceh 31,7%, Surabaya 31,2% dan Pontianak 31,1%. dan yang tertinggi mencapai 91,6% yaitu di kota Medan. Hal tersebut disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat. Gastritis biasanya diawali dengan pola makan yang tidak teratur sehingga lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat. Pola makan adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran macam dan model bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari. Pola makan terdiri dari jadwal makan, jenis dan jumlah makan. Menu seimbang perlu dimulai dan dikenal dengan baik sehingga akan terbentuk kebiasaan makan makanan seimbang dikemudian hari. Pola makan yang baik dan teratur merupakan salah satu dari penatalaksanaan gastritis dan juga merupakan tindakan preventif dalam mencegah kekambuhan gastritis. Dalam penelitiannya terhadap 20 orang responden ditemukan 12 orang (60%) penderita gastritis disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur. Gastritis juga dapat disebabkan oleh stres. Dalam sebuah jurnal kedokteran, ditemukan 40% penderita gastritis disebabkan oleh stres karena masalah pekerjaan, masalah dalam rumah tangga serta mengungkapkan stres dapat mempengaruhi kebiasaan makan seseorang. Stres merupakan salah satu penyebab kekambuhan gastritis, karena pada saat mengalami stres maka akan terjadi perubahan hormonal dalam tubuh. Perubahan itulah yang dapat merangsang sel-sel di dalam lambung memproduksi asam secara berlebihan. Asam yang berlebihan menimbulkan perih, nyeri, dan kembung. Stres dapat dipicu apabila seseorang merasa panik, beban tekanan kerja yang berlebih, mendapatkan masalah atau tantangan dan seseorang tersebut belum mampu menemukan jalan keluarnya sehingga sulit tidur pada malam hari, sering merasa kebingungan, malas makan, sakit kepala. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan stress dengan kejadian gastritis yang terjadi di Puskesmas Sering Kota Medan.

2. Perumusan Masalah

Perumusan masalah yang muncul dalam penelitian ini ialah : Bagaimana hubungan pola makan dengan stress terhadap penyakit gastritis yang terjadi di Puskesmas Sering Kota Medan?

3. Tujuan Penelitian

Tujuan umum : Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan stress terhadap penyakit gastritis yang terjadi di Puskesmas Sering Kota Medan.

Tujuan khusus : Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan penyakit gastritis pada pasien di puskesmas sering kota medan, untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan penyakit gastritis pada pasien di puskesmas sering kota medan, dan untuk mengetahui hubungan pola makan dan stress dengan penyakit gastritis pada pasien di puskesmas sering kota medan.

4. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat teoritis dalam menyediakan informasi dan referensi tentang Hubungan Pola Makan Dan Stress Dengan Penyakit Gastritis Pada Pasien Di Puskesmas Sering Kota Medan.

II. METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah studi analitik observasional dengan menggunakan desain studi *cross sectional*, yaitu cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat yang pengumpulan data variabel dependen dan variabel independen dilakukan penelitian secara bersamaan. Penelitian ini menggunakan data primer untuk mengetahui hubungan Pola Makan Dan Stress dengan Penyakit Gastritis Pada Pasien di Puskesmas Sering Kota Medan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan 23 Februari sampai 13 Maret 2024, penelitian ini akan dilakukan di wilayah kerja UPT Puskesmas sering Kota Medan.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah pasien Gastritis yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Sering, Kota Medan. Sampel dalam penelitian ini adalah setiap pasien gastritis yang memenuhi kriteria inklusi yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Sering Kota Medan. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah : pasien yang berusia 19-60 tahun, pasien yang mengalami penyakit gastritis di puskesmas sering, dan pasien yang memiliki pola makan yang tidak teratur dan sering stress akibat pola makan yang tidak teratur. Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah : pasien yang mengisi kuesioner tidak lengkap dan pasien yang tidak bersedia menjadi responden. Pengambilan sampel pada penelitian ini ditentukan dengan cara total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah sampel populasi yang kurang dari 100 sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya

Pengumpulan Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer merupakan data yang dipakai pada penelitian ini. Data primer ialah data dimana peneliti didapatkan langsung dari pemberi data atau responden. Data primer digunakan penelitian adalah kuesioner pola makan, Tingkat stress dan kuesioner kejadian gastritis. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menyebarkan kuesioner pada penderita gastritis, responden di pilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

Pengolahan Data

Langkah selanjutnya yang dilakukan setelah seluruh kuesioner diisi oleh responden adalah pengolahan data. Pengolahan data dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

a. Editing

Kuesioner yang telah diisi dan dikumpulkan dari seluruh responden kemudian dilakukan pengecekan. Pengecekan kuesioner meliputi cek kelengkapan seluruh nomor kuesioner, kelengkapan data, dan macam isian data.

b. Coding

Coding merupakan proses merubah data dalam bentuk huruf menjadi data berbentuk angka. Pemberian kode angka digunakan untuk mempermudah peneliti dalam melakukan entry dan analisis data.

c. *Entry data*

Peneliti melakukan entry atau pemasukan data yang telah melalui proses editing dan coding ke perangkat computer pada software pengolahan data.

d. *Cleaning*

Sebelum dilakukan analisi data, peneliti melakukan pengecekan kembali terhadap kemungkinan ada kesalahan saat pemasukan data ke perangkat komputer. Pengecekan dilakukan dengan melihat missing, variasi, dan konsistensi data.

III. HASIL PENELITIAN

Puskesmas Teladan terletak di jalan Sisingamangaraja No. 65 Kelurahan Teladan Barat, Kecamatan Medan Kota. Wilayah kerja Puskesmas Teladan berdasarkan data dari PUSDATIN tahun 2023 memiliki jumlah penduduk sebanyak 22.733 jiwa dengan jumlah KK sebanyak 7.002 dan jumlah kepadatan penduduk/km² sebanyak 10.360. Sarana pelayanan kesehatan yang dimiliki puskesmas Teladan tahun 2023 berupa kendaraan yaitu: Puskesmas Keliling (ambulance) 1 buah, Mobil operasional dinas 1 buah dan sepeda motor 3 buah. Jumlah tenaga kesehatan Puskesmas Teladan sebanyak 49 orang. Sebelum dilakukan analisa data, terlebih dahulu dilakukan pemeriksaan kelengkapan dan kebenaran data. Data selanjutnya diberi kode, ditabulasi, dan dimasukkan ke dalam komputer. Data yang terkumpul kemudian diolah dengan menggunakan program komputer.

Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pola Makan

Pola Makan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	12	40.0 %
Buruk	18	60.0 %
Total	30	100.0%

Berdasarkan tabel 1 didapatkan responden dengan pola makan baik sebanyak 12 orang (40.0%), dan pola makan buruk sebanyak 18 orang (60.0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Stres

Stress	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	7	23.3%
Stress sedang	13	43.3%
Stress berat	10	33.3%
Total	30	100.0

Data pada tabel 2 menjelaskan bahwa responden dengan tingkat stress normal sebanyak 7 orang (23.3%), stress sedang sebanyak 13 orang (43.3 %), stress berat sebanyak 10 orang (33.3%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Penyakit Gastritis

Kekambuhan Gastritis	Frekuensi	Persentase (%)
Rutin	10	33.3%
Tidak Rutin	20	66.7%
Total	30	100.0

Data pada tabel 3 menjelaskan bahwa penyakit gastritis dengan gejala kekambuhan rutin sebanyak 10 orang (33.3%), dan tidak rutin sebanyak 66.7%).

Analisa Bivariat

Tabel 4 Hubungan Pola Makan Dengan Penyakit gastritis

Pola makan	Gastritis		Total
	Tidak rutin	Rutin	
Baik	8	4	12
buruk	2	16	18
Total	10	20	30
R	0.612	P	<0,001

*)menggunakan uji *Chi-square*

Hasil uji yang telah dilakukan menggunakan *Uji Chi square* memperoleh nilai P Value = < 0.001. apabila p value < 0.05 maka hasil statistic dinyatakan ada hubungan bermakna, dan jika p value > 0.05 maka hasil statistic dinyatakan tidak ada hubungan bermakna. Nilai kofisiensi korelasi didapatkan 0.612 yang diinterpretasikan bahwa kekuatan hubungan antara pola makan dengan gastritis memiliki hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif.

Tabel 5 Hubungan Stres Dengan Penyakit gastritis

Stress	Gastritis		Total
	Tidak rutin	Rutin	
Normal	7	0	7
Sedang	2	11	13
Buruk	1	9	10
Total	10	20	30
R	0.516	P	0.003

Hasil uji yang telah dilakukan menggunakan *Uji Chi-square* memperoleh nilai P Value = < 0.003. apabila p value < 0.05 maka hasil statistic dinyatakan ada hubungan bermakna, dan jika p value > 0.05 maka hasil statistic dinyatakan tidak ada hubungan bermakna. Nilai kofisiensi korelasi didapatkan 0.516 yang diinterpretasikan bahwa kekuatan hubungan antara pola makan dengan gastritis memiliki hubungan yang kuat dengan arah hubungan positif.

IV. KESIMPULAN

Karakteristik responden pola makan terbanyak yaitu pola makan buruk yaitu 18 orang (60.0%). Karakteristik responden stress paling banyak yaitu stress sedang sebanyak 13 orang (43.3%).Karakteristik responden penyakit gastritis terbanyak yaitu gastritis dengan kekambuhan yang rutin sebanyak 20 orang (66.7%). Terdapat hubungan antara pola makan dengan penyakit gastritis pada pasien di puskesmas sering kota medan tahun 2024 dengan hasil *p value* 0.001. Terdapat hubungan antara stress dengan penyakit gastritis pada pasien di puskesmas sering kota medan tahun 2024 dengan hasil *p value* 0.003.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani M Dan Bambang W. 2016. Pengantar Gizi Masyarakat. Penerbit Kencana, Jakarta
- Afida Un, Nugraheni Wt, Ningsih Wt. Volume 2 Nomor 8 Agustus 2023 Tingkat Stress Dan Kekambuhan Gastritis Pada Penderita Gastritis Di Desa Tlogowaru Wilayah Kerja Puskesmas. 2023;2:1902–1908.
- Apriyani, Lilis. 2021. Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Masa New

- Normal Di SMA Negeri 1 Muaragembong. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*. Vol.1 No.1
- Aritonang M. Pengaruh Stress Dan Pola Makan Dengan Frekuensi Kekambuhan Penyakit Pada Penderita Gastritis Di Rsud Dr. Pirngadi Medan Tahun 2020. *J Pandu Husada*. 2021;2(2):84. Doi:10.30596/Jph.V2i2.6685.
- Ausrianti, R., & Nurleni, N. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Faktor Stress Dengan Kejadian Gastritis Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUP Dr. M Jamil Padang Tahun 2018. *MENARA Ilmu*, XIII(4), 105–112.
- Ayuningsi Fuja. 2019. Hubungan Pola Makan Dengan Gejala Gastritis Pada Sistem Pembelajaran Full Day Pada Siswa SMA Muhammadiyah Sungai Bakau Kecil Kabupaten Mempawah. Skripsi. Stikes YARSI Pontianak. Pontianak.
- Civilization I, Tema 19, Domenico E. Hubungan Health Literacy Dengan Pola Makan Pada Penderita Gastritis Di Rt 02/ Rw 05 Desa Jasinga Tahun 2021. Published Online 2021:6.
- Firdausy Ai, Amanda Ka, Alfaeni Sw, Amalia N, Rahmani Na, Nasution As. Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun. *Contag Sci Period J Public Heal Coast Heal*. 2022;3(2):75. Doi:10.30829/Contagion.V3i2.9627.
- Jusuf H, Adityaningrum A, Yunus R. Determinan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa. *Jambura Heal Sport J*. 2022;4(2):108–118. Doi:10.37311/Jhsj.V4i2.15171.
- Kusnadi E, Yundari DT. Hubungan Stress Psikologis Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisurupan. *J Med Cendikia [Internet]*. 2019;7(1):1–7.
- Maidartati, Ningrum, T., Dan Fauzia, P. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Bandung. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 5(1).
- Mappagerang, R., & Hasnah, H. (2017). Kejadian Gastritis Diruang Rawat Inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. *Jurnal Ilmu Kesehatan Pencerah*, 6, 59–64.
- Mustika, A. M., Dasuki, D., & Saswati, N. (2021). Gambaran Pola Makan Dan Stress Pada Penderita Gastritis Di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. *Manuju: Malayahayati Nursing Journal*, 3(2), 174–180
- Nirmalarumsari, C. 2020. Faktro Resiko Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bantilang Tahun 2019. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*. Vol.7 No.2
- Pondaa A. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Kelas 1 Sma Negeri 1 Melonguane Kabupaten. *Hub Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Kelas 1 Sma Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepul Talaud Angelia*. 2019;7:233–243.
- Putri MWR, Vendi EK, Rudi H. 2018. Hubungan Stres Dengan Kekambuhan Gastritis Pada Siswa-Siswi Kelas XII Di SMAN 1 Cepu. *Jurnal Kesehatan STIKES Bahrul Ulum*. Vol.3 No.1
- Restiana, Desty E. 2019. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas X Di MA Walisongo Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun Tahun 2019. Skripsi. Stikes Bakti Husada Mulia Madiun. Madiun
- Shalahuddin, I. (2018). Hubunagn Poal Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di Sekola Menengah Kejuruan Ybkp3 Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada : Jurnal Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 18(1), 33. <https://doi.org/10.36465/Jkbtn.V18i1.303>
- Sumbara, Y.I. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk. *Jurnal Ilmiah Kesehatan IQRA*, 8(1),1-5.
- Syafi'i, M., & Andriani, D. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi*, 2(1)

Tantina Lubis T, Anshari Z : Hubungan Pola Makan Dan Stress Dengan Penyakit Gastritis Pada Pasien Di Puskesmas Sering Kota Medan

Uwa, F.L., Milawati, S., Dan Sulasmini. (2019). Hubungan Antara Stress Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Yang Terjadi Dipuskesmas Diyono. *Nursing News*, 4(1), 237-247

Yessi Angelica, Ernawaty Siagian. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia. *Promot J Kesehat Masy.* 2022;12(1):43–49. Doi:10.56338/Pjkm.V12i1.2451.

Yusfar, Dan Aryani. (2019). Hubungan Faktor Resiko Gastritis Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa-Siswi SMA Dan SMK. *Healthy Journal*, VII(1), 9-12.

Zainurridha YA. 2021. Stres Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Stikes Bhakti Al-Qodiri. *Medical Journal Of Al- Qodiri.* Vol.6 No.1.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
30 Mei 2024	04 Juni 2024	30 Juni 2024	Ya