

Analisis Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Timbulnya Gastritis

Oleh

Nursalinri¹, Fermata Sari²

¹Mahasiswa DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : Nursalinri99@gmail.com

²Dosen DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : tatatomy27@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung dan mengakibatkan pembengkakan pada mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa lambung yang menjadi penyebab terpenting gangguan dalam sistem pencernaan. Studi literatur ini bertujuan untuk mengetahui tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gejala gastritis. pada penelitian ini adalah menggunakan studi literatur dengan cara membandingkan jurnal 1 dan jurnal yang lainnya Faktor – faktor yang berhubungan dengan tanda dan gejala gastritis ini untuk memberikan informasi tentang timbulnya penyakit gastritis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan menganalisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gejala gastritis dapat mengetahui hal menyebabkan penyakit gastritis. Dengan adanya faktor – faktor penyebab gastritis seperti pola makan yang tidak teratur, kopi, rokok, dan makan makanan yang pedas, diharapkan analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gejala gastritis ini bisa menjadi informasi tambahan bagi perawat, dan menjadi pengetahuan bagi masyarakat dan yang mengalami penyakit gastritis.

Kata Kunci : Faktor – faktor yang berhubungan dengan gastritis, Gastritis

Daftar Pustaka : 11 (2015 – 2019)

ABSTRACT

Gastritis is inflammation of the gastric mucosa and causes swelling of the gastric mucosa until the epithelial release of the gastric mucosa is the most important cause of disorders in the digestive system. This literature study aims to find out about the factors associated with the onset of gastritis symptoms. In this study is to use literature studies by comparing journals 1 and other journals Factors associated with the onset of gastritis symptoms it can determine the cause of gastritis. With the factors that cause gastritis such as irregular eating patterns, coffee, cigarettes, and eating spicy foods, it is hoped that the analysis of factors related to the onset of gastritis symptoms can be additional information for nurses, and become knowledge for the public and those who having gastritis.

Keywords: Factors associated with gastritis, gastritis

Bibliography : 11 (2015 – 2019)

1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung dan mengakibatkan pembengkakan pada mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa lambung yang menjadi penyebab terpenting gangguan dalam sistem pencernaan. pelepasan sel epitel akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung (Wijayanti & Dirdjo, 2015). Penyakit ini sering ditandai dengan nyeri ulu hati, mual, muntah, cepat kenyang nyeri perut dan lain sebagainya. Penyakit maag sangat mengganggu karena sering kambuh akibat pengobatan yang tidak tuntas. Sebenarnya kunci pengobatan penyakit maag adalah dapat mengatur agar produksi asam lambung terkontrol kembali sehingga tidak berlebihan, yaitu dengan menghilangkan stress dan makan dengan teratur (Wijoyo, 2009 dikutip dalam Duwi Wahyu, dkk, 2015).

World Health Organization (WHO) menyatakan kejadian gastritis di dunia dialami oleh penduduk berjumlah 1,8 – 2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Sedangkan kejadian gastritis di berbagai dunia seperti di Inggris sekitar 22% dari jumlah penduduk, Cina sekitar 31%, Jepang sekitar 14,5%, Kanada sekitar 35% dan Perancis sekitar 29,5%. Di Asia Tenggara persentase kejadian gastritis tergolong besar, jumlah total penduduk yang mengalami penyakit gastritis berjumlah 583.635 jiwa dari jumlah penduduk dalam setiap tahun nya (Irfan, dkk, 2019).

Berdasarkan data Indonesia angka kejadian gastritis cukup tinggi. Dari penelitian dan pengamatan yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI angka kejadian

gastritis di beberapa kota yang terjadi di Indonesia ada yang tinggi mencapai 91,6% yaitu di kota Medan, lalu di beberapa kota lainnya seperti Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,3%, Aceh 31,7% dan Pontianak 31,2%. Hal tersebut bisa terjadi karena pola makan yang kurang sehat (Gustin, 2011 dikutip dalam Duwi Wahyu, dkk, 2015).

Berdasarkan Dinas Kesehatan Sumatera selatan pada tahun 2015 sebanyak 49.115 kasus, dan pada tahun 2016 dan 2017 sebanyak 2237 (Dinkes Sumatera Selatan 2017).

Adapun Faktor – faktor yang menyebabkan gastritis ialah pola makan, alkohol, kopi, dan rokok. Dengan pola makan yang tidak baik dan tidak teratur serta frekuensi makan dan jumlah makanan yang dapat membuat lambung lebih sensitif bila asam lambung meningkat (Suprianto, 2012 Dikutip dalam Sunarmi, 2018). Pada kasus gastritis akut dengan pola makanan yang kurang baik dan tidak teratur merupakan penyebab awal yang dapat mempengaruhi perubahan yang terjadi di dinding lambung yang akhirnya menyebabkan berkurangnya kekuatan dinding lambung (Uripi, 2002 Dikutip dalam Duwi Wahyu, dkk, 2015).

Gastritis biasanya sering terjadi pada remaja, orang – orang yang stress yang dapat meningkatkan produksi asam lambung (Supriatmo, 2013 Dikutip dalam Rahmawati, 2017). Dengan kebiasaan makan yang buruk merupakan permasalahan yang sering timbul pada saat usia remaja seperti tidak makan pagi serta penurunan berat badan secara drastis atau diet yang salah (Elizabeth, dkk, 2019).

Gejala yang sering timbul pada penderita gastritis seperti perasaan tidak nyaman di area perut, perut terasa penuh (begah), mual dan muntah (Silvi Imayani, dkk, 2017). Gejala lain yang juga bisa timbul ialah mulas, kembung, diare dan pusing (Melda Yani, dkk, 2018).

Sering kali sebagian orang mengabaikan dan menganggap sepele dengan penyakit ini, akan tetapi gastritis yang akut bisa mengakibatkan peradangan yang tiba – tiba bahkan parah, serta pada gastritis kronis bisa menyebabkan peradangan jangka panjang yang berlangsung lama jika tidak ditangani (Jannathul Firdous, dkk, 2016). Gastritis yang tidak diobati dengan benar juga bisa menyebabkan penyakit lain atau komplikasi seperti tukak lambung, gangguan penyerapan vitamin B12 dan kanker lambung (Silvi Imayani, dkk, 2017).

Berdasarkan penulisan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan literatur review dikarenakan kurangnya pengetahuan serta prinsip seseorang sesuai dengan pendidikan sangat berpengaruh terhadap terjadinya penyakit atau faktor yang mempengaruhi timbulnya penyakit gastritis dalam pemilihan bahan makanan serta pemenuhan kebutuhan gizi (Pratiwi 2013 Dikutip dalam Sunarmi, 2018).

1.2. Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

1.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi penelitian/artikel analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis
- b. Menganalisis hasil penelitian analisis faktor – faktor yang

berhubungan dengan timbulnya gastritis

- c. Dirumuskannya rekomendasi hasil penelitian analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

1.3. Manfaat Penelitian

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat member manfaat :

a. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan hasil penelitian ini sebagai dasar pengembangan dalam memberikan penyuluhan terhadap pasien berupa faktor – faktor yang berpengaruh dengan timbulnya gastritis.

b. Bagi Perawat

Pedoman kerja bagi perawat dalam melaksanakan implementasi berupa analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

a. Evidance Base Nursing Praticce

implementasi dalam menganalisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

- b. Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian dalam menjelaskan informasi kepada pasien tentang analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

2. METODE PENELITIAN

Studi literatur yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan meringkas dan menganalisis dari artikel terkait. Artikel/sumber yang terkait dalam penelitian ini diperoleh dari pencarian pada sumber Google Scholar berjumlah 1 artikel, Researchgate 2 artikel, dan Garuda 2 artikel. Kriteria artikel/sumber terkait yang digunakan dalam penelitian studi literatur ini terdiri dari 5 artikel/sumber terkait yang diterbitkan atau diunggah secara online sekitar tahun 2015 - 2019. Kriteria yang digunakan pada artikel ini yaitu criteria inklusi : Artikel full teks, publikasi 5 tahun terakhir (2015 – 2019), artikel dengan penelitian analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis dan berbahasa Indonesia dan Inggris. Kriteria eksklusi : Artikel yang tidak full teks, publikasi lebih dari 5 tahun terakhir, artikel yang tidak meneliti tentang analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis, dan artikel yang tidak membahas gastritis.

Tabel 2.1
Artikel Review Analisis Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan timbulnya Gastritis

| Sumber Artikel | Peneliti dan judul penelitian | Tujuan penelitian | Metode | Hasil penelitian | Simpulan dan saran |
|----------------|--|---|--|---|--|
| Researchgate | Melda Yenni, Sugiarto, Rumiati (2018) Dengan judul “Factors Related To The Event Of Gastritis Disease In Kelurahan Tanjung Pinang Jambi City In 2018” | Bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis di Desa Tanjung Pinang Kota Jambi | Design Desain Kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional Prosedur Penelitian Menggunakan analisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji <i>Chi-Square</i> Sampling Penelitian ini menggunakan tehnik simple random sampling yaitu penduduk usia produktif (26 – 44 tahun) dikawasan Tanjung pinang yang berjumlah 95 responden | Sebanyak 50,5% responden memiliki pola makan tidak teratur, 55,8% responden mengonsumsi kopi, 41,1% responden mengalami stress sedang, dan 65,3% menderita gastritis | Ada hubungan antara diet dan kejadian gastritis di Desa Tanjung Pinang, Kota Jambi dengan nilai p 0,000 (Nilai P<0,05). Ada hubungan antara konsumsi kopi dan kejadian gastritis di Desa Tanjung Pinang, Kota Jambi dengan p-value 0,027 (P- Value <0,05). Ada hubungan antara tingkat stress dan kejadian Gastritis di Desa Tanjung Pinang, Kota Jambi dengan nilai p 0,000 (Nilai P <0,05) |
| Google Scholar | Sunarmi, (2018) Dengan judul “Faktor – faktor yang berisiko dengan kejadian penyakit | Bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor berisiko dengan kejadian penyakit gastritis | Design Desain yang digunakan <i>Survey analitik</i> dengan pendekatan <i>Cross sectionl</i> Prosedur | Pada hasil penelitian ini didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan yang bisa menyebabkan penyakit gastritis ditunjukkan dengan | Diharapkan rumah sakit muhammadiyah Palembang lebih sering memberikan penyuluhan tentang pola makan yang baik dan makanan apa saja yang tidak boleh dikonsumsi oleh penderita penyakit gastritis |

| | | | | | |
|---------------|---|--|--|---|--|
| | gastritis di poliklinik penyakit dalam rumah sakit muhammadiyah palembang” | | <p>Penelitian Prosedur yang digunakan dengan cara Uji - T dan <i>Chi Square</i></p> <p>Sampling Penelitian menggunakan tehnik <i>purposive sampling</i> dengan jumlah 35 responden di Poliklinik penyakit dalam Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang</p> | angka p – value umur : 0,627, jenis kelamin : 0,884, Pendidikan : 0,407 dan pekerjaan 0,057 | |
| Researc hgate | Jannathul, Firdous, Mohamed Naveed (2016) Dengan judul “A Descriptive Study On Lifestyle Factors Influencing Gastritis Among University Students Of UniKL RCMP In Malaysia” | Bertujuan untuk mengidentifikasi faktor – faktor gaya hidup yang mendukung gastritis di antara mahasiswa pra – klinis UniKL RCMP dan hasilnya dianalisis dengan cermat | <p>Design Desain yang digunakan <i>Descriptive survey</i></p> <p>Prosedur Penelitian Dalam pengumpulan data di penelitian ini menggunakan kusioner terstruktur serta formulir persetujuan</p> <p>Sampling Penelitian menggunakan teknik simpel random sampling yang berusia 17 – 26 dengan jumlah responden 120</p> | Pada hasil penelitian ini didapatkan hasil 39 responden (32,5%) mengalami gastritis (24 Perempuan dan 15 laki – laki) dan 81 (67,5%) responden mendapatkan 74 menggap bahwa faktor stress yang mereka alami adalah dikarenakan oleh faktor padatnya jadwal belajar , 97 adapun responden menjawab bahwa mereka stress karena ujian kuliah 52 responden (43,3%) stress karena ditekankan | Ada pengaruh antara pola makan dan stress karena ujian, karena belajar dan pola gaya hidupnya yang banyak melakukan kegiatan dan diikuti mengkonsumsi buah jeruk dan terakhir mengambil makanan ringan untuk dikonsumsi secara cepat saji. |

| | | | | | |
|--------|-------------|---------------------------------|---------------|--|----------------------------|
| | | | | <p>oleh hasil atau kinerja akademik mereka, 52 responden (43,3%) stress karena rekan – rekan mereka 70 responden (58,3%) mengalami stress karena masalah pribadi. Dari 120 responden didapatkan bahwa 74 responden (61,7%) memang mengambil makanan ringan di antara waktu makan, 79 responden (65,8%) mengkonsumsi buah jeruk dan 87 responden (72,5%) menyukai makanan pedas.</p> <p>Dalam kasus asupan pemberian obat melaporkan bahwa 120 responden, hanya 8 responden (6,6%) telah minum obat seperti NSAID dan antasida dalam survey pertanyaan tentang merokok dijawab hanya oleh dua responden (1,7%) dari 120 responden</p> | |
| Garuda | Duwi Wahyu, | Bertujuan untuk mengetahui pola | Design | Pada hasil penelitian ini, di | Diharapkan puskesmas untuk |

| | | | | | |
|---------------|--|---|---|---|--|
| <p>Jurnal</p> | <p>Supono, Nurul Hidayah (2015) Dengan judul “ Pola makan sehari – hari penderita gastritis”</p> | <p>makan sehari – hari pada pasien gastritis yang berobat jalan di Puskesmas Ardimulyo.</p> | <p>Desain yang digunakan deskriptif</p> <p><u>Prosedur Penelitian</u></p> <p>Dalam pengumpulan data pada penelitian ini dengan cara angket atau kuesioner</p> <p><u>Sampling</u></p> <p>Penelitian ini menggunakan tehnik <i>Accidental sampling</i> dengan jumlah 40 responden</p> | <p>dapat hasil bahwa kurang dari setengahnya 12 responden (30%) berusia 26 – 36 tahun, diketahui sebagian besar 27 responden (68%) adalah perempuan, 17 responden (42%) berpendidikan SMA, dan berdasarkan jenis pekerjaan diketahui bahwa setengahnya 14 responden (35%) ibu rumah tangga, berdasarkan kesukaan makanan diketahui sebagian besar menyukai makanan pedas 27 responden (73%) dan adapun yang frekuensi kambuhnya 2X seminggu (55%), dan penderita gastritis di Puskesmas Ardimulyo masuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 28 responden (70%), sebanyak 23 responden di Puskesmas Ardimulyo jenis makanan yang dikonsumsi masuk dalam kategori cukup (57%), dan adapun di Puskesmas Ardimulyo sebanyak 17 responden (43%) frekuensi makanan yang dikonsumsi kurang hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari setengahnya pola makan pada penderita gastritis</p> | <p>memberikan penyuluhan atau penjelasan tentang penyakit gastritis, pengobatan serta diet yang mencakup makanan apa yang dibolehkan dan tidak diperbolehkan bagi penderita gastritis. Dan bagi penderita gastritis seharusnya bisa termotivasi dan terdorong untuk melakukan dan menerapkan pola makan yang baik dan benar.</p> |
|---------------|--|---|---|---|--|

| | | | | | |
|---------------|---|--|---|---|---|
| | | | | sehari – hari masuk dalam kategori kurang yaitu ditunjukkan sebanyak 26 responden (65%) | |
| Garuda Jurnal | Silvi Imayani, Myrnawati CH, Juneris Aritonang (2017) Dengan judul “ Gastritis Dan Faktor – Faktor Yang Berpengaruh (Studi Kasus Kontrol) Di Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh Tengah” | Bertujuan untuk mengetahui faktor yang berpengaruh kejadian gastritis di wilayah kerja puskesmas bebesen | <p><u>Design</u></p> <p>Desain yang digunakan survey bersifat analitik dengan desain kasus kontrol</p> <p><u>Prosedur Penelitian</u></p> <p>Dengan cara pengumpulan data dilakukan menggunakan data primer melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner dan observasi sedangkan data sekunder melalui data puskesmas berupa laporan dari rekam medik.</p> <p><u>Sampling</u></p> <p>Penelitian menggunakan teknik <i>regresi logistic</i> dengan jumlah responden 23 orang</p> | Pada hasil penelitian didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan pola makan, stress dan rokok dengan kejadian gastritis di wilayah kerja puskesmas bebesen bawa pola makan merupakan faktor yang paling dominan yang berpengaruh terhadap kejadian gastritis dengan nilai (OR = 10.150), stress dengan nilai (OR = 9, 109) dan merokok dengan nilai (OR = 0.209). | Bisa disimpulkan bahwa ada pengaruh pola makan, stress, rokok dengan kejadian gastritis dan juga untuk masyarakat supaya lebih memperhatikan serta menghindari faktor penyebab gastritis seperti memperbaiki pola makan dan makan yang benar lebih. |

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/hasil penelitian yang relevan dengan topik/masalah analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

Artikel 1. Berdasarkan penelitian Melda Yenni, dkk (2019) dengan judul penelitian *Factors Related To The Event Of Gastritis Disease In Kelurahan Tanjung Pinang, Jambi City In 2018*. Menghasilkan hasil penelitian yang mendapatkan hasil sebanyak 50,5% responden memiliki pola makan tidak teratur, 55,8% responden mengonsumsi kopi, 41,1% responden mengalami stress sedang, dan 65,3% menderita gastritis. Maka dapat disimpulkan Ada hubungan antara diet dan kejadian gastritis di Desa Tanjung Pinang, Kota Jambi dengan nilai $p < 0,000$ (Nilai $P < 0,05$). Ada hubungan antara konsumsi kopi dan kejadian gastritis di Desa Tanjung Pinang, Kota Jambi dengan p -value 0,027 (P -Value $< 0,05$). Ada hubungan antara tingkat stress dan kejadian Gastritis di Desa Tanjung Pinang, Kota Jambi dengan nilai $p < 0,000$ (Nilai $P < 0,05$).

Artikel 2. Pada penelitian Sunarmi (2018) dengan judul penelitian *Faktor – Faktor Yang Berisiko Dengan Kejadian Penyakit Gastritis di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang*. Peneliti mendapatkan hasil Pada hasil penelitian ini didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara umur, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan yang bisa menyebabkan penyakit gastritis ditunjukkan dengan angka p – *value* umur : 0,627, jenis kelamin : 0,884, Pendidikan : 0,407 dan pekerjaan 0,057.

Artikel 3. Penelitian Jannathul Firdous, dkk, (2016) dengan judul penelitian *A Descriptive Study On Lifestyle Factors Influencing Gastritis Among University Students Of UniKL RCMP In Malaysia*. Ini didapatkan hasil 39 responden (32,5%) mengalami gastritis (24 Perempuan dan 15 laki – laki) dan 81 (67,5%) responden didapatkan 74 menganggap bahwa faktor stress yang mereka alami adalah dikarenakan oleh faktor padatnya jadwal belajar , 97 adapun responden menjawab bahwa mereka stress karena ujian kuliah 52 responden (43,3%) stress karena ditekankan oleh hasil atau kinerja akademik mereka, 52 responden (43,3%) stress karena rekan – rekan mereka 70 responden (58,3%) mengalami stress karena masalah pribadi. Dari 120 responden didapatkan bahwa 74 responden (61,7%) memang mengambil makanan ringan di antara waktu makan, 79 responden (65,8%) mengonsumsi buah jeruk dan 87 responden (72,5%) menyukai makanan pedas. Dalam kasus asupan pemberian obat melaporkan bahwa 120 responden, hanya 8 responden (6,6%) telah minum obat seperti NSAID dan antasida dalam survey pertanyaan tentang merokok dijawab hanya oleh dua responden (1,7%) dari 120 responden.

Artikel 4. Didapat dari peneliti Elizabeth P. Rantung, dkk (2018) dengan judul penelitian *Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado*. Peneliti mendapatkan hasil di dapat hasil bahwa hasil analisis univariat menunjukkan 55% responden menderita gastritis. Dan analisis bivariat dengan uji *chi – square* didapatkan adanya hubungan antar variabel yaitu antara usia gastritis ($p=0,023$), serta pola makan dengan gastritis ($p=0,000$). Dan tidak didapatkan hubungan antara frekuensi dan makan dengan gastritis ($p=0,165$), dan ada juga antara porsi

makan dengan jenis kelamin dengan gastritis ($p=0,165$), dan antara porsi makan dengan gastritis ($p=0,436$). Maka dapat disimpulkan Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara usia, jenis kelamin, dan jenis makanan dengan kejadian gastritis tetapi tidak terdapat hubungan antara frekuensi makan dan porsi makan dengan kejadian gastritis

Artikel 5. Dari hasil penelitian Silvi Imayani, dkk (2017) dengan judul penelitian Gastritis dan Faktor – Faktor yang Berpengaruh (Studi Kasus Kontrol) di Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh Tengah. Peneliti mendapatkan hasil didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan pola makan, stress dan rokok dengan kejadian gastritis di wilayah kerja puskesmas bebesen bawa pola makan merupakan faktor yang paling dominan yang berpengaruh terhadap kejadian gastritis dengan nilai (OR = 10.150), stress dengan nilai (OR = 9, 109) dan merokok dengan nilai (OR = 0.209). Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pola makan, stress, rokok dengan kejadian gastritis dan juga untuk masyarakat supaya lebih memperhatikan serta menghindari faktor penyebab gastritis seperti memperbaiki pola makan dan makan yang benar lebih.

3.2 Pembahasan

Gastritis merupakan peradangan yang terjadi pada lambung, dan bersifat akut dan kronik yang mengakibatkan mual dan muntah dan nyeri pada abdomen. Adapun pada kasus gastritis akut dengan pola makanan yang kurang baik dan tidak teratur merupakan penyebab awal yang dapat mempengaruhi perubahan yang terjadi di dinding lambung yang akhirnya menyebabkan berkurangnya kekuatan dinding lambung, dan pada penyakit gastritis yang sering terjadi rentan kepada anak remaja karena anak remaja

sering kali makan tidak teratur dan makan, makanan yang cepat saji, adapun beberapa hal penyebab yang dapat mengakibatkan seseorang menderita gastritis antara lain mengkonsumsi obat-obatan, alkohol, rokok, kafein, pola makan adapun penjelasannya sebagai berikut

Sering kali sebagian orang mengabaikan dan menganggap sepele dengan penyakit ini, akan tetapi gastritis yang akut bisa mengakibatkan peradangan yang tiba – tiba bahkan parah, serta pada gastritis kronis bisa menyebabkan peradangan jangka panjang yang berlangsung lama jika tidak ditangani. Gastritis yang tidak diobati dengan benar juga bisa menyebabkan penyakit lain atau komplikasi seperti tukak lambung, gangguan penyerapan vitamin B12 dan kanker lambung.

Dari artikel 1, penelitian Melda Yenni, dkk (2019). Mengemukakan faktor – faktor yang menyebabkan gastritis yaitu pola makan yang tidak teratur dan mengkonsumsi kopi yang terlalu berlebihan disertai faktor stress. Karena jika pola makan tidak teratur sehingga bisa membuat lambung menjadi sensitive bila asam lambung meningkat. Beberapa jenis makanan yang dapat menyebabkan gastritis yaitu makanan bergas (sawi, kol, kedondong) (Suparyanto, 2012 dikutip dalam Sunarmi 2018). Sedangkan kopi dapat meningkatkan aktivitas lambung dan sekresi hormone gastrin pada lambung dan pepsin. Hormon gastrin yang dikeluarkan oleh lambung mempunyai efek sekresi getah lambung yang sangat asam dari bagian fundus lambung. Sekresi asam yang meningkat dapat menyebabkan iritasi dan inflamasi pada mukosa lambung (Okviani, 2011 dikutip dalam Sunarmi, 2018). Dan mengapa stress juga bisa menyebabkan penyakit gastritis yaitu tuntutan dunia kerja

yang keras, dengan *deadline* target yang menyita waktu menyebabkan para pekerja mengabaikan pemenuhan kebutuhan dirinya, terutama dalam menjaga pola makan tepat waktu dan istirahat yang cukup. Terkadang bagi pekerja kantoran sering dikejar – kejar waktu sehingga nyaris tidak memiliki jam istirahat yang cukup, walau cuma untuk makan siang tepat waktu. Pola kerja super sibuk seperti ini juga menyebabkan stress karena tekanan kerja yang tinggi. Sehingga pekerja kantoran sangat rentan mengalami penyakit maag atau gastritis (Efendi, 2015 dikutip dalam Sunarmi, 2018)

Berdasarkan artikel 2, peneliti Sunarmi, (2018) Pada penelitian ini didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan antara umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan. Sedangkan faktor umur bisa berpengaruh dan juga tidak tergantung pada faktor lain yang mempengaruhinya terhadap penyakit gastritis, karena masa remaja adalah masa mencari identitas diri, adanya keinginan untuk dapat diterima oleh teman sebaya dan mulai tertarik oleh lawan jenis yang dapat menyebabkan remaja sangat menjaga penampilan. Semua itu sangat mempengaruhi pola makan remaja, termasuk pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan. Remaja takut gemuk sehingga remaja menghindari sarapan dan makan siang atau hanya makan sehari sekali. (Pratiwi, 2013 dikutip dalam Sunarmi, 2018). Untuk jenis kelamin terkadang bisa mempengaruhi terjadinya penyakit gastritis, bahwa jumlah penderita gastritis antara pria dan wanita, ternyata lebih banyak di derita oleh perempuan karena wanita lebih sibuk pada tugas kuliah sehingga menyebabkan wanita telat makan, yang sehingga dapat menyebabkan asam lambung meningkat (Riyanto, 2012 dikutip dalam Sunarmi, 2018).

Pada artikel 3, peneliti Jannathul Firdous, dkk (2016) Hasil dari penelitian ini adalah dengan mengkonsumsi makanan pedas secara berlebihan akan merangsang sistem pencernaan, terutama lambung usus dan berkontraksi (Suparyanto, 2012 dikutip dalam Sumarni, 2018). Dan mengkonsumsi buah jeruk dapat menjadi iritan terhadap lambung (Suhaidir, dkk, 2016). Jadi pada penelitian ini bisa dikatakan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi gastritis pada mahasiswa adalah terlalu banyak makan – makanan yang pedas dan juga mengkonsumsi buah – buahan yang bersifat asam seperti jeruk, dan biasanya juga pada mahasiswa mereka melupakan atau lalai mengatur jadwal pola makan yang teratur.

Selanjutnya pada artikel 4, penelitian Duwi Wahyu, dkk (2015) Menyatakan hasil dari penelitian ini menurut jumlah makanan yang dikonsumsi masuk dalam kategori kurang diketahui bahwa pengaturan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh penderita gastritis yaitu sebagian besar tidak sesuai dengan konsep diet gastritis, sebagian besar penderita gastritis belum menerapkan jumlah makan seperti makan sedikit demi sedikit. Sedangkan jenis makanan yang dikonsumsi masuk dalam kategori cukup dan frekuensi makan yang kurang baik seperti menunda waktu makan. Jadi pada penelitian ini bahwa di Puskesmas Ardimulyo pasien gastritis masih belum bisa mengatur pola makan yang baik dan benar.

Dari penelitian artikel 5, Silvi Imayani, dkk (2017) Hasil dari penelitian adalah jika 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. Kebiasaan makan tidak teratur ini akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi. Jika hal tersebut bergantung lama, produksi asam lambung akan berlebihan

sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung dan dapat berlanjut menjadi tukak peptik, hal tersebut dapat menyebabkan perih dan mual (Suparyanto, 2012 dikutip dalam Duwi Wahyu, dkk, 2015). Pada penyakit gastritis merokok pada saluran gastrointdstial antara lain melemahkan katup esophagus dan pilorus, meningkatkan refluks, mengubah kondisi alami dalam lambung, menghambat sekresi bikarbonat pankreas, mempercepat pengosongan cairan lambung, dan menurunkan Ph duodenum (Beyer, 2004 dikutip dalam Sumarni, 2018). Stress mengapa bisa menyebabkan penyakit gastritis karena mempunyai efek negative melalui mekanisme neuroendokrin terhadap saluran pencernaan sehingga beresiko mengalami gastritis. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress, misalnya karena beban kerja berat, panik dan tergesa – gesa. Kadar asam lambung yang meningkat dapat mengiritasi mukosa lambung dan jika hal ini dibiarkan dapat menyebabkan gastritis (Prasetyo, 2015 dikutip dalam Dyah Ayu ,dkk 2020). Jadi pada penelitian ini dapat kita simpulkan bahwa faktor pola makan, merokok,dan stress dapat berpengaruh akan penyakit gastritis di wilayah kerja Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh

Berdasarkan hasil penelitian dari 5 artikel diatas, bisa diketahui bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi gastritis itu bisa disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur, dan mengkonsumsi buah – buahan yang bersifat asam terlalu berlebihan, merokok juga bisa menyebabkan penyakit gastritis, dan kopi/kafein salah satu penyebab dari penyakit gastritis. Peneliti merekomendasikan agar para peneliti selanjutnya akan lebih banyak lagi mengembangkan analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1 Simpulan

4.1.1 Terdapat 5 artikel yang memiliki relevansi keterkaitan analisis faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

4.1.2 Dapat mengetahui faktor – faktor yang menyebabkan penyakit gastritis

4.1.3 Analisis faktor – faktor dapat mengetahui penyebab yang bisa menimbulkan terjadinya penyakit gastritis

4.2 Saran

4.2.1 Bagi fasilitas pelayanan kesehatan Diharapkan untuk bisamenjadi informasi kesehatan tentang penyakit gastritis, dan cara kita menghindari makanan yang boleh dikonsumsi dan tidak boleh dikonsumsi

4.2.2 Bagi pengembangan keilmuwan Diharapkan penelitian dapat digunakan sebagai bahan masukan dan dasar informasi, wawasan untuk lebih mengetahui lagi penyebab dari penyakit gastritis

4.2.3 Bagi penelitian selanjutnya Diharapkan dengan adanya penelitian ini penyakit gastritis akan lebih memahami lagi makanan apa yang bisa mereka konsumsi dan tidak bisa mereka konsumsi, dan dapat menjadi masukan bagi peneliti selanjutnya akan melakukan penelitian, untuk bisa meningkatkan lagi mutu pendidikan pelayanan kesehatan tentang faktor – faktor yang berhubungan dengan timbulnya gastritis

DAFTAR PUSTAKA

- Andina Dwi Utami, I. R. (2018). Terapi Komplementer Guna Menurunkan Nyeri Pasien Gastritis. *REAL in Nursing Journal* , 124.
- Ayu Novitasary, Y. S. (2016). Faktor Determinasi Gastritis Klinis Pada Mahasiswa di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo. *JIMKESMAS* , 2.
- Duwi Wahyu, S. N. (2015). Pola Makan Sehari - Hari Penderita Gastritis. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI)* , 17-24.
- Elizabeth P. Rantung, W. P. (2019). Faktor - Faktor yang Memengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. *Jurnal e- Biomedik (eBM)* , 131.
- Irfan Irianto Rizky, B. J. (2019). Hubungan Penanganan Awal Gastritis dengan Skala Nyeri

Pasien UGD Rumah Sakit GMIM Bethesda Tomohon. *e-journal Keperawatan (e-Kep)* , 2-3.

Jannathul Firdous, N. M. (2016). A Descriptive Study on Lifestyle Factors Influencing Gastritis among University Students of UniKL RCMP in Malaysia. *Indian Journal Of Natural Sciences* , 10754.

Mardalena, I. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Pencernaan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Melda Yenni, S. R. (2019). Factors Related To The Event Of Gastritis Disease in Kelurahan Tanjung Pinang Jambi City in 2018. *Jurnal Formil* , 99.

Rahmawati. (2017). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Timbulnya Gejala Gastritis Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Dikdaya* , 335.

Silvi Imayani, M. C. (2017). Gastritis dan Faktor-Faktor yang Berpengaruh (Studi Kasus Kontrol) di Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2017. *JRKN* , 133 - 134.

Sunarmi. (2018). Faktor - Faktor yang Beresiko dengan Kejadian Penyakit Gastritis di Poliklinik Penyakit dalam Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang Tahun 2018. *Babul Ilmi - Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* , 62 - 64.