

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Tingginya kasus *gastritis* yang dialami oleh remaja tidak hanya disebabkan oleh pola hidup yang kurang sehat, stres, serta kebiasaan makan yang buruk, tetapi juga dipengaruhi oleh rendahnya kepedulian dan sikap meremehkan terhadap penyakit tersebut. Peningkatan prevalensi *gastritis* pada kalangan remaja menunjukkan kecenderungan untuk tidak menganggap serius kondisi ini, yang sering kali dianggap sebagai gangguan kesehatan ringan. *Gastritis* merupakan manifestasi inflamasi yang menyerang lapisan mukosa lambung, dengan pola kejadian yang bisa bersifat *akut*, menetap dalam jangka panjang (*kronik*), menyebar ke seluruh permukaan (*difus*), atau terbatas pada area tertentu (*lokal*). Etiologi utama dari kondisi ini sering kali ditelusuri pada infeksi oleh bakteri *Helicobacter pylori*, ataupun akibat konsumsi berulang terhadap zat-zat yang bersifat iritatif dan abrasif, sehingga berpotensi merusak sistem proteksi mukosa lambung yang secara fisiologis berfungsi sebagai pelindung terhadap cedera kimiawi (Maidartati et al., 2021).

*Gastritis*, yang lebih dikenal oleh masyarakat sebagai penyakit maag, merupakan kondisi medis yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari secara signifikan dan berpotensi menimbulkan komplikasi serius apabila tidak ditangani secara tepat (Sumbara, 2020). Penyakit ini muncul akibat menurunnya sistem pertahanan mukosa lambung, yang kemudian

memicu terjadinya peradangan (inflamasi). Terbentuknya lesi pada dinding lambung umumnya disebabkan oleh peningkatan sekresi asam lambung, yang juga berkontribusi terhadap peningkatan motilitas lambung. Jika kondisi ini terus berlanjut tanpa pengobatan yang memadai, dapat berkembang menjadi ulkus lambung, perdarahan berat, hingga kanker lambung (Yang et al., 2020).

Menurut laporan World Health Organization (WHO) pada tahun 2019, prevalensi gejala *gastritis* menunjukkan variasi antar wilayah, dengan Afrika mencatat angka sebesar 69%, Amerika Serikat sebesar 78%, dan Asia sebesar 51%. Secara global, diperkirakan terdapat antara 1,8 hingga 2,1 juta kasus *gastritis* setiap tahunnya. Di kawasan Asia Tenggara, jumlah kasus *gastritis* mencapai sekitar 583.635 per tahun (Azer & Akhondi, 2020). Di Shanghai, prevalensi *gastritis* yang terkonfirmasi melalui pemeriksaan endoskopi mencapai 17,2%, yang secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi tanpa gejala (asimtomatik) sebesar 4% di negara-negara Barat. Di negara-negara berkembang, prevalensi infeksi *Helicobacter Pylori* pada populasi dewasa diperkirakan mencapai 90% (Saputra & Tamzil, 2020).

Berdasarkan data WHO, prevalensi *gastritis* di Indonesia mencapai 40,8%. Angka ini menunjukkan beban penyakit yang cukup tinggi, dengan sekitar 274.396 kasus dari total populasi sebesar 238.452.952 jiwa (Futriani, Tridiyawati, & Putri, 2020). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2020 mencatat bahwa prevalensi *gastritis* di

beberapa kota besar juga cukup signifikan, seperti Surabaya sebesar 31,2%, Denpasar 46%, Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,3%, dan Aceh 31,7%. Lonjakan prevalensi kondisi *gastritis* erat dikorelasikan dengan perilaku konsumsi yang cenderung abai terhadap prinsip nutrisi sehat serta keteraturan jadwal makan. Berdasarkan *Profil Kesehatan Indonesia* tahun 2020, entitas penyakit ini menempati peringkat sepuluh besar dalam daftar morbiditas pasien rawat inap, dengan jumlah insiden mencapai 30.154 kasus, setara dengan 4,9% dari total kejadian. Di lingkup Provinsi Jawa Barat, angka prevalensinya tercatat sebesar 31,2%. Sementara itu, di wilayah administratif Kabupaten Cirebon pada tahun 2021, tercatat sebanyak 24,73% populasi terdampak, yang secara kuantitatif merepresentasikan sekitar 2.400 individu (Herlina, 2023).

*Gastritis* merupakan salah satu penyakit saluran pencernaan yang paling umum secara global, dengan estimasi jumlah penderita lebih dari 1,7 miliar orang. Di negara berkembang, infeksi sering kali terjadi pada usia muda, sementara di negara maju, kasus lebih banyak ditemukan pada populasi usia lanjut (Aghogho, Tangka, & Hamid, 2019). Meskipun *gastritis* dapat dialami oleh semua kelompok usia, berbagai survei menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok yang paling sering terkena. Penelitian menunjukkan bahwa individu berusia 15–24 tahun—kelompok usia remaja—memiliki prevalensi lebih tinggi terhadap *gastritis* (Astuti & Wulandari, 2020; Shalahuddin, 2018).

Remaja, khususnya yang berusia 16 hingga 19 tahun, tergolong dalam kelompok usia yang rentan mengalami gangguan pencernaan, termasuk *gastritis*. Gaya hidup yang cenderung mengabaikan pola makan sehat, konsumsi makanan cepat saji yang rendah nutrisi, serta kebiasaan melewatkan waktu makan atau makan dengan tergesa-gesa akibat tekanan akademik dan sosial, menjadi faktor risiko utama. Kebiasaan-kebiasaan tersebut dapat meningkatkan produksi asam lambung, yang pada akhirnya memperburuk kondisi lambung dan meningkatkan risiko terjadinya *gastritis* (Apriyani, 2021).

Pencegahan *Gastritis* pada remaja dapat dilakukan dengan cara menjaga pola makan yang sehat dan teratur, menghindari makanan berlemak tinggi, serta mengurangi konsumsi makanan pedas dan minuman berkafein. Mengatur jadwal makan yang tepat, menghindari stres, serta menerapkan gaya hidup sehat menjadi kunci utama dalam pencegahan *Gastritis* pada remaja. Pola makan yang buruk dan tidak teratur memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan lambung. Makanan yang dikonsumsi secara berlebihan, seperti makanan pedas, berlemak, serta frekuensi makan yang tidak teratur, dapat meningkatkan produksi asam lambung yang merusak lapisan pelindung mukosa lambung. Kondisi ini kemudian memicu peradangan, yang berujung pada *Gastritis*. Beberapa faktor lain, seperti kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, dan stres juga berperan dalam meningkatkan risiko terjadinya *Gastritis* (Yang et al., 2020).

Menurut Lola Ayu Pitaloka, Suharni A. Fachrin, dan Ikhrum Hardi S, pola makan berhubungan dengan gejala *Gastritis*, di mana konsumsi makanan yang tidak sehat dan pola makan tidak teratur meningkatkan risiko *Gastritis*. Namun, tingkat stres tidak selalu berhubungan langsung dengan *Gastritis*, karena faktor lain seperti mekanisme coping individu juga berpengaruh. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk menjaga pola makan sehat guna mencegah *Gastritis*.(Pitaloka et al., 2024)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Pabedilan, ditemukan bahwa banyak siswa mengeluhkan gejala *gastritis*, seperti mual, pusing, dan perut kembung. Selain itu, kebiasaan mengonsumsi makanan pedas cukup tinggi, terutama di kalangan siswi yang gemar mengonsumsi makanan pedas tanpa memperhatikan dampaknya terhadap kesehatan lambung. Pola makan yang tidak teratur juga menjadi permasalahan, di mana banyak siswa sering melewatkan sarapan pagi karena alasan tidak sempat. Faktor-faktor ini berpotensi meningkatkan kejadian *gastritis* di kalangan remaja di sekolah tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, penting melakukan penelitian mengenai hubungan antara pola makan dengan Tingkat gejala *Gastritis* pada siswa kelas 10 SMA Negeri 1 Pabedilan, guna memberikan wawasan lebih lanjut tentang pencegahan penyakit ini.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas apakah ada hubungan pola makan dengan Tingkat gejala *Gastritis* pada remaja di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabupaten Cirebon.

## 1.3. Tujuan Penelitian

### 1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola makan dengan Tingkat gejala *Gastritis* pada remaja Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabupaten Cirebon.

### 1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Pola makan pada Siswa di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabupaten Cirebon.
- b. Mengetahui Tingkat gejala *Gastritis* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabupaten Cirebon.
- c. Mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Tingkat gejala *Gastritis* Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabuten Cirebon.
- d. Mengetahui Frekuensi Makan pada Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabuten Cirebon.
- e. Mengetahui Porsi Makan pada Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabuten Cirebon.
- f. Mengetahui Jenis Makan pada Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabuten Cirebon.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Sebagai salah satu sumber informasi dan bahan bacaan tentang Hubungan Pola Makan Dengan Tingkat gejala *Gastritis* Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Pabedilan Kabupaten Cirebon.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

a. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa kelas X akan pentingnya pola makan sehat dan teratur untuk mencegah gejala gastritis..

b. Bagi lahan penelitian

Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber referensi untuk memperkaya wawasan terkait hubungan antara pola makan dan tingkat gejala *gastritis* pada remaja di SMA Negeri 1 Pabedilan, Kabupaten Cirebon

c. Bagi institusi pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang relevan mengenai keterkaitan antara pola makan dan tingkat gejala *gastritis*.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi sebagai data awal yang berguna bagi pengembangan penelitian berikutnya, serta menjadi acuan dalam mengkaji hubungan antara pola makan dan

tingkat gejala *gastritis* pada remaja di SMA Negeri 1 Pabedilan  
Kulon, Kabupaten Cirebon.

### 1.5. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Lusi Apriyani, M. Wahyu Widodo, dan Indah Puspitasari dengan judul *Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong* melibatkan 167 remaja sebagai sampel penelitian. Hasil studi menunjukkan bahwa sebesar 61,5% responden dengan pola makan yang tidak sehat mengalami *gastritis*, sementara 38,5% lainnya tidak menunjukkan gejala *gastritis*. Analisis data mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dan tingkat keparahan gejala *gastritis* pada remaja, dengan nilai signifikansi  $p = 0,019$  (Apriyani & Puspitasari, 2021). Persamaan pada penelitian ini sama-sama mengkaji hubungan antara pola makan dan *gastritis* pada remaja, dengan hasil yang menunjukkan adanya korelasi signifikan antara pola makan yang buruk dan peningkatan risiko *gastritis*. Namun, terdapat perbedaan dalam lokasi penelitian, di mana penelitian Apriyani dkk. dilakukan di SMA Negeri 1 Muaragembong, sementara penelitian lainnya dilakukan di SMA Negeri 1 Pabedilan, Kabupaten Cirebon. Penelitian Apriyani dkk. melibatkan 167 remaja dan menemukan bahwa 61,5% dari mereka yang memiliki pola makan buruk mengalami *gastritis* dengan p-value 0,019. Sebaliknya, penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan belum mencantumkan jumlah sampel serta hasil statistik yang

spesifik. Dari segi metode, penelitian Apriyani dkk. tidak secara rinci menjelaskan pendekatan yang digunakan, sedangkan penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan menerapkan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Meskipun memiliki perbedaan dalam metode dan lokasi penelitian, keduanya menekankan bahwa pola makan yang tidak sehat berkontribusi terhadap peningkatan risiko *gastritis* pada remaja.

2. Budi Artini, Wijar Prasetyo, dan Melynia Putri Lestari menunjukkan bahwa pola makan yang tidak teratur dan konsumsi makanan yang merangsang asam lambung berkontribusi terhadap Tingkat gejala *Gastritis*. Dari lima penelitian yang dianalisis, dua di antaranya menemukan hubungan antara pola makan dan stres dengan *Gastritis*, dua lainnya menemukan hubungan antara pola makan dan *Gastritis*, dan satu penelitian menemukan hubungan stres dengan *Gastritis*.(Artini et al., 2022). Persamaan pada penelitian ini sama-sama membahas keterkaitan antara pola makan dan *gastritis*. Kedua studi ini menyimpulkan bahwa pola makan yang tidak teratur serta konsumsi makanan yang dapat meningkatkan produksi asam lambung berperan dalam meningkatkan risiko *gastritis*. Namun, terdapat beberapa perbedaan di antara keduanya. Penelitian Artini dkk. menggunakan pendekatan literature review dengan menganalisis lima penelitian sebelumnya, sedangkan penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Selain itu, penelitian Artini dkk. juga meninjau hubungan antara stres dan

*gastritis*, di mana dua dari lima penelitian yang dianalisis menunjukkan adanya keterkaitan antara kedua faktor tersebut. Sebaliknya, penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan lebih terfokus pada pola makan tanpa mempertimbangkan pengaruh stres. Dari segi sumber data, penelitian Artini dkk. mengandalkan data sekunder dari penelitian terdahulu, sementara penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan memperoleh data primer langsung dari responden melalui kuesioner. Meskipun memiliki perbedaan dalam pendekatan dan cakupan penelitian, keduanya tetap menegaskan bahwa pola makan yang tidak sehat meningkatkan risiko *gastritis*.

3. Krisis Monika, Tophan Heri Wibowo, Danang Tri Yudono Institusi Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Purwokerto, Indonesia, yang melibatkan Populasi: Remaja di SMAN 1 Paguyangan Sampel: 34 responden Metode Penelitian Descriptive dengan pendekatan Cross Sectional Instrumen Penelitian Kuesioner Google form Hasil Penelitian Sebagian besar responden perempuan (79 persen) dan sebagian besar berusia 17 tahun (53%). 55,9% dari responden menunjukkan pola makan yang tidak seimbang, yang menunjukkan hubungan yang signifikan antara pola makan dan kasus *Gastritis* pada remaja. Nilai P untuk hubungan ini adalah  $<0,05$ , yang menunjukkan hubungan yang signifikan antara kedua variabel (Monika et al., 2021). Persamaan pada penelitian ini sama-sama membahas keterkaitan antara pola makan dan *gastritis* pada remaja dengan pendekatan cross-

sectional serta menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Kedua penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan yang tidak sehat dan risiko *gastritis*, dengan nilai  $p$ -value  $< 0,05$ . Perbedaannya, penelitian Monika dkk. dilakukan di SMAN 1 Paguyangan dengan jumlah responden sebanyak 34 orang, sementara penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan berlokasi di Kabupaten Cirebon dengan jumlah sampel yang belum disebutkan secara rinci. Selain itu, penelitian Monika dkk. mencatat bahwa mayoritas responden adalah perempuan berusia 17 tahun dan menggunakan Google Form sebagai instrumen pengumpulan data, sedangkan penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan tidak menjelaskan metode pengumpulan data secara spesifik. Meskipun memiliki perbedaan dalam lokasi, jumlah responden, dan teknik pengumpulan data, keduanya menekankan bahwa pola makan yang buruk berkontribusi terhadap peningkatan risiko *gastritis* pada remaja.

4. Kintan Aulia Amanda, Arissanti Isra' Firdausy, Siti Walidaturrahmah Alfaeni, Novita Amalia, Nur Afifah Rahmani, dan Ade Saputra Nasution yang berjudul hubungan antara pola makan dan stres dengan kejadian *gastritis* pada 186 mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun Bogor menggunakan desain cross-sectional. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pola makan dan *gastritis* ( $p = 0,565$ ), tetapi terdapat hubungan signifikan antara stres dan *gastritis* ( $p = 0,003$ ), di mana mahasiswa

dengan tingkat stres tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami *gastritis*. Hal ini menunjukkan bahwa stres berperan lebih dominan dibandingkan pola makan dalam kejadian *gastritis*. Oleh karena itu, manajemen stres yang baik dapat menjadi langkah preventif dalam mengurangi risiko *gastritis* pada mahasiswa (Firdausy et al., 2022). Persamaan pada penelitian ini sama-sama mengkaji keterkaitan antara pola makan dan *gastritis* dengan pendekatan cross-sectional. Namun, penelitian Firdausy dkk. melibatkan 186 mahasiswa, sedangkan penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan berfokus pada remaja SMA. Dari hasil penelitian, Firdausy dkk. menemukan bahwa pola makan tidak memiliki hubungan signifikan dengan *gastritis* ( $p = 0,565$ ), tetapi stres menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap *gastritis* ( $p = 0,003$ ). Sebaliknya, penelitian di SMA Negeri 1 Pabedilan menemukan adanya hubungan signifikan antara pola makan buruk dan *gastritis*. Meskipun terdapat perbedaan dalam fokus dan hasil penelitian, keduanya tetap mengungkap faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kejadian *gastritis*.