



## HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TERJADINYA GASTRITIS PADA PASIEN DI PUSKESMAS TUMINTING MANADO

Sri Wahyuni<sup>1</sup>, Fitria M.Rogu<sup>2</sup>  
(Stikes Muhammadiyah Manado)

e-mail : [sriwahyuni@gmail.com](mailto:sriwahyuni@gmail.com), [fitriarogu@gmail.com](mailto:fitriarogu@gmail.com)

### ABSTRACT

Incidence of a disease takes effect to the change of lifestyle and eating pattern, so that cause a lot of health problems, one of them is stomach disorder such as gastritis. Gastritis is usually arise as a result of irregular eating pattern that makes stomach becomes sensitive.

The purpose of this research is to find out the correlation between eating pattern with the incident of gastritis in patients in Tuminting Public Health Centre Manado. It uses the descriptive analytical research with retrospective design.

Population in this research are all patients who suffer from gastritis and come for treatment to Tuminting Public Health Centre which are 210 patients. Technique of sampling is non probability sampling in a way of Accidental Sampling. Total sample that is obtained as much 52 respondents. Data collection is done by giving questionnaire and observation sheets. Furthermore, the collected data are processed by using SPSS Computer Program Version 16,0 to be analyzed by Continuity Correction statistical tests with the significant level  $\alpha = 0,05$ .

The result discovers that there is a correlation between eating pattern with the incident of gastritis in patients in Tuminting Public Health Centre Manado in which p value = 0,013, respondents who have a good eating pattern are 35 people (67,3%).

The conclusion of this research is that there is no correlation between eating pattern with the incident of gastritis in patients in Tuminting Public Health Centre Manado. It is suggested that this result can be an input and an additional information in order to decrease the rate of gastritis incident in the research site.

**Keywords:** Eating Pattern, Gastritis.

### ABSTRAK

Timbulnya suatu penyakit berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup dan pola konsumsi makanan, sehingga banyak timbul masalah kesehatan, salah satunya gangguan pada lambung seperti gastritis. Gastritis biasanya timbul akibat pola makan tidak teratur sehingga lambung menjadi sensitive. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Dekriptif Analitik dengan rancangan Retrospective. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang mengalami gastritis dan datang berobat di Puskesmas Tuminting Manado berjumlah 210 penderita. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Non probability sampling dengan cara Accidental Sampling. Jumlah sampel yang didapatkan berjumlah 52 Responden. Instrumen penelitian menggunakan pertanyaan kuesioner sebagai pedoman wawancara dan lembar observasi untuk mengumpulkan semua data yang diperoleh dari responden. Keseluruhan data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisa menggunakan SPSS 16.0 untuk di analisa dengan uji statistik Continuity Correction dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado didapatkan nilai  $p=0,013$ , responden yang memiliki pola makan yang baik terdapat 35 responden (67,3%).

Kesimpulan dalam penelitian ini terdapat hubungan antara pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado. Saran hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dan informasi tambahan pada tempat penelitian dalam upaya mengurangi angka kejadian gastritis pada tempat penelitian.

**Kata Kunci :** Pola Makan, Gastritis

## 1. PENDAHULUAN

Gaya hidup yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan yang dapat merangsang peningkatan asam lambung, seperti: asinan, cuka, sambal, serta kebiasaan merokok dan minum alkohol, dapat meningkatkan jumlah penderita gastritis. Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan saluran pencernaan yang paling sering terjadi. Kejadian penyakit gastritis terjadi karena pola hidup yang bebas hingga berdampak pada kesehatan tubuh (Mustakim, 2015).

Berdasarkan penelitian World Health Organization (WHO) terhadap beberapa negara di dunia, mendapati bahwa jumlah penderita gastritis di Negara Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35% dan Perancis 29,5% (WHO, 2015). Penderita gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40,8%. Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2014, gastritis merupakan salah satu penyakit dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%) (Kementrian, 2015).

Berdasarkan Angka Kematian sepuluh penyakit utama penyebab kematian menurut golongan sebab akibat di rumah sakit di Indonesia tahun 2014 dan 2015 adalah penyakit saluran cerna dengan posisi kelima, sedangkan angka morbiditas termasuk ke dalam sepuluh besar penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit tahun 2014 dengan posisi keempat dan tahun 2015 pada posisi ketiga (Kementrian Kesehatan RI, 2016). Berdasarkan sepuluh penyakit terbanyak di rumah sakit di Indonesia tahun 2015 adalah gastritis dengan posisi ke lima pada pasien rawat inap dan posisi ke enam pada pasien rawat jalan dengan kasus tertinggi pada perempuan (Kemenkes, 2017) Dinas Kesehatan Kota Manado tercatat pada tahun 2017 gastritis termasuk dalam 10 penyakit terbanyak di Kota Manado dan

menempati peringkat ke-3 dengan jumlah penderita sebanyak 9.836 orang (Manado D. K., 2017).

Berdasarkan hasil survey awal melalui pengambilan data penyakit gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado selama 3 bulan terakhir pada tahun 2019 di mulai pada bulan April sampai Juni berjumlah sebanyak 629 penderita gastritis, dimana pada bulan April terdapat 251 pasien, bulan Mei 286 pasien dan pada bulan Juni 92 pasien.

Timbulnya suatu penyakit berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup dan pola konsumsi makanan, sehingga banyak timbul masalah kesehatan, salah satunya gangguan pada lambung seperti gastritis. Gastritis merupakan peradangan dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi (Wahyu, 2018). Gastritis adalah 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 (Suratum, 2014). Gastritis sering dianggap penyakit ringan, namun dapat merusak fungsi lambung dan dapat meningkatkan resiko untuk terkena kanker lambung hingga menyebabkan kematian.

Menurut (Dermawan & Rahyuningsih, 2015). menyatakan gastritis bukanlah penyakit tunggal, tetapi beberapa kondisi yang mengacu pada peradangan lambung. Biasanya peradangan tersebut merupakan akibat dari infeksi bakteri yang dapat mengakibatkan borok lambung yaitu *Helicobacter Pylory* dan merupakan satu satunya bakteri yang hidup di lambung. Keluhan gastritis merupakan suatu keadaan yang sering dan banyak dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Tidak jarang dijumpai penderita gastritis kronis selama bertahun-tahun pindah dari satu dokter ke dokter yang lain untuk mengobati keluhan gastritis tersebut. Berbagai obat-obatan penekan asam lambung sudah pernah diminum seperti antasida, namun keluhan selalu datang silih berganti. Gastritis merupakan masalah saluran pencernaan yang paling sering ditemukan. Gastritis dapat bersifat akut yang datang mendadak dalam beberapa jam atau beberapa hari dan dapat juga bersifat kronis sampai berbulan-bulan atau bertahun-tahun.

Berdasarkan latar belakang ini, maka penelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Pola Makan dengan Terjadinya Gastritis pada Pasien di Puskesmas Tuminting Manado.

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Dekriptif Analitik dengan rancangan Retrospective yaitu penelitian ini bersifat Back Word Looking atau melihat kebelakang (Notoatmodjo, 2010).

Pendekatan dengan tujuan untuk mengetahui adanya hubungan pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang mengalami gastritis berjumlah 210 penderita. Sampel pada penelitian ini berjumlah 52 orang pasien gastritis gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado berdasarkan rumus Arikunto di bawah ini

Analisa data terdiri dari analisa unuvariat dan bivariat. Analisa univariat menjelaskan masing-masing variabel yang diteliti sedangkan analisa bivariat peneliti menggunakan uji Chi Square dengan derajat kemaknaan (p value)  $\alpha = \leq 0,05$  setelah itu data di input dan di olah dengan software komputer SPSS versi 16.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

a. Berdasarkan Umur

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di Poli Pemeriksaan Umum dan Poli Pemeriksaan Lansia Di Puskesmas Tuminting Manado Tahun 2019 (n = 52).

Umur Banyaknya Responden

	Frequency (f)	Percent (%)
12-16 Tahun	1	1,9
17-25 Tahun	3	5,8
26-35 Tahun	12	23,1
36-45 Tahun	12	23,1
46-55 Tahun	11	21,2

56-65 Tahun	8	15,4
65> Tahun	5	9,6
Total	52	100,0

Berdasarkan data distribusi di atas kategori umur paling banyak dalam penelitian ini adalah 26 – 35 tahun dan 36 – 45 tahun 12 responden (23,1%), dan kategori umur paling sedikit sedikit 12 – 16 tahun 1 responden (1,9%).

b. Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Poli Pemeriksaan Umum dan Poli Pemeriksaan Lansia Di Puskesmas Tuminting Manado Tahun 2019 (n = 52).

Jenis Kelamin Banyaknya Responden

	F	%
Laki-laki	23	44,2
Perempuan	29	55,8
Jumlah	52	100,00

Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan

Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan Di Poli Pemeriksaan Umum dan Poli Pemeriksaan Lansia Di Puskesmas Tuminting Manado Tahun 2019 (n = 52).

Pola Makan Banyaknya Responden

	Frequency (f)	Percent (%)
Baik	35	67,3
Tidak Baik	17	32,7
Total	52	100,0

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gastritis

Tabel 5.4 Distribusi Distribusi Responden Berdasarkan Gastritis Di Poli Pemeriksaan Umum dan Poli Pemeriksaan Lansia Di Puskesmas Tuminting Manado Tahun 2019 (n = 52)

## Gastritis Banyaknya Responden

	Frequency (f)	Percent (%)
Akut	35	67,3
Kronik	17	32,7
Total	52	100,0

## Analisis Bivariat

Tabel 5.5 Tabulasi Silang Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastritis Pada Pasien Di Puskesmas Tuminting Manado Tahun 2019 (n = 52).

Berdasarkan tabel 5.6 diatas, dapat di ketahui bahwa pola makan baik dengan terjadinya gastritis yaitu sebesar 28 responden dan pola makan tidak baik dengan terjadinya gastritis yaitu sebesar 7 responden. Selanjutnya hasil uji dengan Continuity Correction di dapatkan nilai P value = 0,013 lebih kecil dari (0,05) artinya dengan demikian Ha diterima dan Ho di tolak, yang menunjukkan ada hubungan pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado. Dengan nilai Odd Ratio (OR) 5,714 yang artinya bahwa pasien dengan pola makan baik 5 kali berpeluang terjadi gastritis akut.

Penelitian ini berjudul Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastritis Pada Pasien di Puskesmas Tuminting Manado. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Tuminting Manado dengan 52 responden mulai dari tanggal 12 Agustus 2019 sampai tanggal 21 Agustus 2019. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Dekriptif Analitik dengan rancangan Retrospective yaitu penelitian ini bersifat Back Word Looking atau melihat kebelakang. Hasil penelitian ini menggunakan uji Chi-Square didapatkan hasil bahwa nilai p value tersebut lebih kecil dari nilai taraf signifikan sebesar ( $0,013 < 0,05$ ), dengan demikian Ha diterima dan Ho ditolak yang menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado. Dengan nilai Odd Ratio (OR) 5,714 yang artinya bahwa pasien dengan pola makan baik 5 kali berpeluang terjadi gastritis akut.

Hasil penelitian ini didukung oleh Penelitian yang dilakukan oleh (Emiliana & dkk, 2018), "Hubungan Pola Makan dengan Terjadinya Gastritis pada Pasien Yang dirawat di RSUD Kota Makassar. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dekriptif analitik dengan desain/rancangan Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien gastritis yang menjalani perawatan di ruang rawat inap di Rumah RSUD Kotal Makassar. Setelah keseluruhan data diolah dan dianalisa dengan menggunakan uji statistic diperoleh nilai frekuensi makan dengan nilai  $p=0,004<0,05$ , jenis makanan dengan nilai  $p=0,002<0,05$ , dan porsi makan dengan nilai  $p=0,000<0,05$ . Ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pola makan (frekuensi makan, jenis makanan, dan porsi makan) dengan terjadinya gastritis pada pasien yang dirawat di RSUD Kota Makassar.

Pada kasus gastritis ini diawali pola makan yang tidak teratur sehingga asam lambung meningkat, produksi HCl yang berlebihan dapat menyebabkan gesekan pada dinding lambung dan usus halus, sehingga timbul nyeri pada epigastrium. Pada akhirnya menimbulkan perdarahan. Pola makan dan konsumsi makan yang tidak sehat dapat menyebabkan gastritis, misalnya frekuensi makan yang kurang, dan jenis makanan yang dapat meningkatkan produksi HCl (Uripi, 2010).

Ditinjau dari usia responden didapatkan data umur responden terbanyak adalah 26-35 tahun dan 36-45 tahun sebanyak 12 responden (23,1). Pada hasil pengamatan peneliti pada populasi didapat rentan usia tersebut, dan para responden dituntun untuk hidup mandiri yang sebelumnya sangat bergantung dengan orang tua baik dalam memilih makanan dan responden sering tidak sempat untuk sarapan dikarenakan karena takut terlambat untuk melakukan aktivitas.

Menurut Soetjningsih (2010) Usia adalah salah satu faktor resiko terjadinya gastritis, terutama pada masa remaja adalah masa peralihan dari yang sangat bergantung dengan orang tua ke masa yang penuh tanggung jawab serta keharusan untuk sanggup mandiri. Permasalahan pola makan yang timbul pada masa remaja yang mampu memicu timbulnya gastritis disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu para remaja memiliki kebiasaan tidak sarapan dan biasanya para gadis remaja sering terjebak dengan pola makan tidak sehat, menginginkan berat badan secara cepat bahkan sampai mengganggu pola makan.

Hasil Penelitian tentang karakteristik jenis kelamin responden didapatkan data paling banyak responden dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden (55,8%). Dari hasil pengamatan peneliti responden yang paling banyak menderita Gastritis adalah perempuan dikarenakan takut merasa gemuk, dan menjalankan diet, responden perempuan dan laki-laki juga sering memilih makanan dan tidak makan yang ada di dapur rumah sendiri melainkan makan diluar.

Menurut Baliwati (2014) masa remaja adalah masa mencari identitas diri, adanya keinginan untuk dapat diterima oleh teman sebaya dan mulai tertarik oleh lawan jenis menyebabkan remaja, termasuk pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan. Remaja takut merasa gemuk sehingga remaja menghindari sarapan dan makan siang atau hanya makan satu hari satu kali bahkan kadang-kadang tidak makan sama sekali dan merasa cukup dengan jajan di luar rumah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata responden yang memiliki pola makan yang baik mengalami gastritis akut dan kronik yaitu sebanyak 35 responden (67,3%) dan pola makan tidak baik pada gastritis akut dan kronik yaitu sebanyak 17 responden. Berdasarkan perhitungan statistik didapatkan nilai  $\alpha=0,013$ , artinya nilai  $\alpha < 0,05$  yang menunjukkan bahwa pola makan merupakan faktor risiko gastritis.

Pola makan yang dianjurkan adalah pola yang sumbu energinya 60-70% berasal dari karbohidrat, 15-20% dari protein dan 20-30% dari lemak, disamping cukup akan vitamin, mineral dan serat. Pola makan tersebut terbagi dalam 3 periode yaitu sarapan, makan siang dan makan malam. Peranan sarapan tidak boleh diabaikan, karena makanan menentukan kerja tubuh dari pagi hingga siang hari. Salah satu penyebab utama meningkatnya asam lambung adalah pola makan yang tidak teratur. Makanan atau minuman yang dikonsumsi dan masuk ke dalam lambung berfungsi mengurangi kepekaan asam lambung sehingga tidak sampai menggerogoti lambung (Shulfany 2011).

Perubahan pola makan meliputi tidak teraturnya waktu makan, frekuensi makan, jenis makanan dan porsi makanan yang dikonsumsi dapat mempengaruhi kekambuhan gastritis (Misnadiarly 2009).



Gastritis dapat disebabkan pula dari hasil makanan yang tidak cocok. Makanan tertentu yang dapat menyebabkan penyakit gastritis, seperti buah yang masih mentah, daging mentah, kari, dan makanan yang banyak mengandung krim atau mentega. Bukan berarti makanan ini tidak dapat dicerna, melainkan karena lambung membutuhkan waktu yang lebih lama untuk mencerna makanan tadi dan lambat meneruskannya ke bagian usus selanjutnya. Akibatnya, isi lambung dan asam lambung tinggal di dalam lambung untuk waktu yang lama sebelum diteruskan ke dalam duodenum dan asam yang dikeluarkan menyebabkan rasa panas di ulu hati dan dapat mengiritasi (Iskandar, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian pola makan dengan gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting sebagian besar yang mengalami gastritis akut dengan kategori pola makan baik lebih besar dan gastritis kronik dengan kategori pola makan tidak baik. Responden yang menderita gastritis umumnya disebabkan karena responden memiliki porsi atau jumlah makanan yang dikonsumsi kurang baik atau tidak sesuai dengan yang dibutuhkan oleh tubuh. Apabila responden memiliki porsi makan yang berlebihan dapat menyebabkan refluks isi lambung sehingga kekuatan dinding lambung menurun dan akhirnya dapat menimbulkan iritasi pada mukosa lambung, dan apabila responden memiliki porsi makan kurang disertai dengan frekuensi makan yang tidak teratur dapat menimbulkan produksi asam lambung meningkat sehingga timbul rasa nyeri pada ulu hati.

Dengan demikian peneliti berasumsi bahwa responden yang menderita gastritis akut lebih memperhatikan pola makan yang baik sehingga tidak memicu ke tahap gastritis kronik.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

##### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Tuminting Manado dan telah diuji dengan menggunakan uji Chi-Square maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah :Pola makan berada pada kategori baik di Puskesmas Tuminting Manado.Pola makan tidak baik terjadi gastritis Kronik di Puskesmas Tuminting

Manado Adanya Hubungan yang bermakna antara pola makan dengan terjadinya gastritis pada pasien di Puskesmas Tuminting Manado.

#### Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini Dapat menjadi tambahan referensi baru dan bahan bacaan dalam pengembangan pendidikan di masa yang akan datang, sehingga dapat memberikan informasi ilmiah yang bermanfaat dalam materi pembelajaran dan sebagai sumber pustaka.

### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Iskandar 2009, Mengatasi gangguan pencernaan dengan Ramuan Tradisional
- Kemenkes RI (2015) Data penyakit Tidak menular Gastritis
- Notoadmojo 2010 Metodologi Penelitian
- Mustakim,.M (2015). Edukasi Pencegahan Dan Penanganan Gastritis Pada Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
- Wahyu, D, dkk. (2018). Pola Makan Sehari- Hari Penderita Gastritis. Malang : Poltekes Kemenkes Malang.