

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TANDA DAN GEJALA GASTRITIS PADA MAHASISWA KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS MURNI TEGUH

Juliman Halawa¹, Hizkianta Sembiring²
Universitas Murni Teguh, Sumatera Utara, Indonesia^{1,2}
Email: hizkiantasembiring@gmail.com

Keywords

Diet, Gastritis,
Nursing Students.

Gastritis,
Mahasiswa
Keperawatan, Pola
Makan.

Abstrak

Gastritis is an inflammation that occurs in the gastric mucosa which can be acute, chronic, diffuse or local caused by the presence of Helicobacter pylori bacterial infection or the destruction of the protective mucosa of the stomach. Diet is the arrangement and amount of food consumed by an individual or group at a certain time consisting of the frequency of meals, types of food, and portions of meals. Often students usually have a messy meal schedule, often eat late, skip breakfast so that the stomach is empty during long meals, the instant lifestyle is also not good, making students really like to consume fast food and drinks. Objective: To determine the relationship between eating patterns and signs and symptoms of ulcers in for nursing students Murni Teguh university. Method: This type of research is quantitative with a correlational approach. Sampling was taken using purposive sampling as many as 151 respondents. Data analysis used the Spearman rho correlation test. Results: The results of this study show that there is a significant relationship between diet and signs and symptoms of gastritis with a p-value of $0.010 < 0.05$ and a correlation coefficient of 0.210. Conclusion: There is a relationship between eating patterns and signs and symptoms of gastritis in nursing students in Murni Teguh University. Suggestion: It is recommended to conduct follow-up research with more samples and add stress management variables, intestinal metaplasia in patients with acute and chronic gastritis with the selection of different research methods.

Gastritis adalah peradangan terjadi pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronik, difus ataupun local yang disebabkan oleh adanya infeksi bacterial Helicobacter pylori ataupun hancurnya mukosa pelindung lambung. Pola makan merupakan susunan dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh individu atau kelompok pada waktu tertentu yang terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, dan porsi makan. Seringkali mahasiswa biasanya memiliki jadwal makan yang berantakan, sering terlambat makan, melewatkan sarapan pagi sehingga perut kosong dalam waktu makan yang lama pola hidup yang serba instant juga kurang baik membuat mahasiswa sangat suka mengkonsumsi makanan dan minuman cepat saji. Tujuan: Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan tanda dan gejala gastritis pada mahasiswa keperawatan di universitas murni teguh. Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pengambilan sample dengan purposive sampling sebanyak 151 responden. Analisa data menggunakan uji korelasi spearman rho. Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pola makan dengan tanda dan gejala gastritis dengan nilai p-value $0,010 < 0,05$ dan koefisien korelasi 0,210. Kesimpulan:

Terdapat hubungan pola makan dengan tanda dan gejala gastritis pada mahasiswa keperawatan di universitas murni teguh. Saran: Direkomendasikan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sample lebih banyak dan menambahkan variabel manajemen stress, metaplasia intestinal penderita gastritis akut dan kronis dengan pemilihan metode penelitian berbeda.

1. PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan saat ini tidak hanya dihadapi dengan masalah penyakit menular saja, namun penyakit tidak menular juga menjadi masalah kesehatan yang sedang dihadapi di zaman modern.

Gastritis adalah peradangan terjadi pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronik, difus ataupun local yang disebabkan oleh adanya infeksi bacterial *Helicobacter pylori* ataupun beberapa bahan yang sering dimakan dan dapat menyebabkan hancurnya mukosa pelindung lambung (Kristina, 2020). Gastritis kronis melibatkan durasi tanda dan gejala yang terus menerus. Gastritis akut ialah peradangan pada lapisan lambung yang berlangsung kurang dari sebulan dan terjadi secara tiba-tiba. Sedangkan maag kronis ialah peradangan pada lapisan lambung yang berlangsung lebih dari sebulan dan berkembang secara bertahap.

Gastritis dalam hal ini dominan banyak ditemukan adalah pola makan yang tidak tepat sebesar 40%. Dalam pola makan setiap harinya, seringkali mahasiswa biasanya memiliki jadwal makan yang berantakan, sehingga mahasiswa sering terlambat makan, melewatkan sarapan pagi sehingga perut kosong dalam waktu makan yang lama (Azizah et al., 2023). Pola makan merupakan susunan dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh individu atau kelompok pada waktu tertentu yang terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, dan porsi makan (Sitompul & Wulandari, 2021).

Tingkat kesibukan dan gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan adalah faktor yang menyebabkan mahasiswa tidak memperhatikan pola makannya (Hermawan et al., 2023). Jadwal dan aktivitas kuliah yang padat membuat mahasiswa sering melewatkan waktu yang seharusnya digunakan untuk makan. Kebiasaan ini sering dilakukan mahasiswa yang pada akhirnya akan mengakibatkan dampak buruk bagi kesehatannya, yaitu terserangnya mahasiswa oleh penyakit gastritis (Sitompul & Wulandari, 2021). Pencegahan penyakit gastritis pada umumnya terutama pada remaja dapat dilakukan dengan cara banyak minum air ±8 gelas/hari, istirahat yang cukup.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Desain penelitian dengan menggunakan cross sectional survey. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Murni Teguh pada bulan Mei – Juni 2024 dengan Teknik pengambilan sample dalam penelitian ini adalah teknik Non Probability sampling dengan metode Purposive sampling (Donsu, 2024) Mengemukakan Purposive sampling merupakan teknik pengambilan subjek penelitian yang berdasarkan adanya ciri khusus yang ditentukan oleh peneliti.

Penelitian ini melibatkan jumlah sample yang akan menjadi responden dalam penelitian sebanyak 151 responden mahasiswa keperawatan. Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner dari kuesioner pola makan dan gastritis. Setelah data terkumpul dilakukan pengolahan dan analisa data dengan menguji Normalitas data menggunakan Uji Kolmogorov Smirnov dan data tidak terdistribusi normal dengan p-value = 0,001 ($\alpha < 0,05$). Maka uji analisa data bivariat menggunakan uji non parametrik korelasi Spearman untuk melihat adanya hubungan pola makan dengan tanda dan gejala gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Murni Teguh.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Tabel Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

Karakteristik	Frekuensi	Persentas
ik	i	e
Responden	(f)	(%)
Jenis Kelamin:		
Laki – Laki	32	21,2
Perempuan	119	78,8
Total	151	100
Usia:		
18 Tahun	13	8,6

19 Tahun	19	12,6
20 Tahun	29	19,2
21 Tahun	52	34,4
22 Tahun	27	17,9
23 Tahun	5	3,3
24 Tahun	5	3,3
25 Tahun	1	0,7
Total	151	100

Berdasarkan data tabel 1 menunjukkan bahwa berdasarkan Jenis kelamin bahwa Laki-laki sebanyak 32 responden (21,2%), dan Perempuan sebanyak 119 (78,8%). Berdasarkan Usia 18 tahun sebanyak 13 responden (8,6%), usia 19 tahun sebanyak 19 responden (12,6%), usia 20 tahun sebanyak 29 responden (19,2%), usia 21 tahun sebanyak 52 responden (34,4%), usia 22 tahun sebanyak 27 responden (17,9%), usia 23 tahun sebanyak 5 responden (3,3%), usia 24 tahun sebanyak 5 responden (3,3%) dan usia 25 tahun sebanyak 1 responden (0,7%).

Tabel 2. Frekuensi pola makan pada mahasiswa Keperawatan di Universitas Murni Teguh

Pola makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	118	78,1
Buruk	33	21,9
Total	151	100

Berdasarkan distribusi frekuensi pola makan mayoritas pola makan baik sebanyak 118 responden (78,1) dan pola makan buruk sebanyak 33 responden (21,9%).

Tabel 3. Frekuensi Tanda dan Gejala Gastritis pada mahasiswa Keperawatan di Universitas Murni Teguh

Gastritis	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Gastritis	105	69,5
Gastritis	46	30,5
Total	151	100

Berdasarkan tabel 3 bahwa tidak gastritis sebanyak 105 responden (69,5%) dan Gastritis sebanyak 46 responden (30,5%).

Tabel 4. Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Unstandardized		
Residual		
N		151
Normal	Mean	,0000000
Paramet		
ers ^{a,b}		
	Std.	2,80210575
	Deviatio	
	n	
Most	Absolute	,114
Extreme		
Differen		
ces		

Positive	,114
Negative	-,056
Test Statistic	,114
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c	<,001

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan data tidak berdistribusi normal dengan uji normalitas data menggunakan *kolmogorov smirnov* karena jumlah responden >50 orang dengan nilai *p value* = 0,001 ($\alpha < 0,05$), maka uji bivariat yang dilakukan adalah uji non parametrik *uji spearman*.

Tabel 5. Hasil uji korelasi spearman's rho hubungan pola makan dengan tanda dan gejala gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Murni Teguh.

Spearman's rho			
Pola Makan	Correlation Coefficient	1,00	,210**
	Sig. (2-tailed)	.	,010
	N	151	151
Tanda Dan Gejala Gastritis	Correlation Coefficient	,210*	1,000
	Sig. (2-tailed)	,010	.
	N	151	151

Berdasarkan tabel 5 Menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi Positif sebesar 0,210** dengan kekuatan hubungan Lemah dan nilai $p\ value = 0,010$ ($\alpha < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat korelasi yang signifikan antara variabel, pola makan dengan tanda dan gejala gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Murni Teguh.

PEMBAHASAN

Pada kenyataan tersebut timbul dikarenakan pria memiliki kemampuan lebih besar dalam menahan rasa sakit dan nyeri selain gastritis dibandingkan wanita (Agang & Kusumawati, 2022). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Azizah et al., 2023) yang mengatakan bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita gastritis, yaitu sebesar 55,8%. Hal ini disebabkan oleh karena perempuan lebih mengutamakan penampilan daripada kesehatannya, seringkali perempuan menunda dan mengurangi waktu yang terjadwal sesuai kebutuhannya.

Mahasiswa merupakan masa memasuki masa dewasa dimana pada umumnya berada pada rentang 18-25 tahun, pada masa tersebut mahasiswa memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya dan tahap ini dapat digolongkan remaja akhir sampai masa dewasa awal dilihat dari segi perkembangannya pada usia untuk pematangan pendirian hidup (Hulukati & Djibran, 2018).

Penelitian ini sejalan (Fajariyah et al., 2023) dengan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 52 orang responden terdapat 32 responden (61,5%) pola makan sehat lebih besar bila dibandingkan dengan responden pola makan tidak sehat yaitu sebanyak 20 responden (38,5%). Sedangkan dari 52 responden terdapat 22 responden (42,3%) mengalami gastritis lebih sedikit bila dibandingkan dengan responden yang tidak gastritis yaitu sebanyak 30 responden (57,7%). Pola makan adalah susunan dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh seseorang atau kelompok pada waktu tertentu yang terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, dan porsi makan (Herliyanti, Harun Lukman, 2023). Hal ini dapat terjadi karena adanya dorongan pada sistem pencernaan, terutama usus dan lambung, untuk bekerja lebih keras. Jika kebiasaan ini dilakukan lebih dari satu kali seminggu dan dilakukan secara terus menerus, hal itu dapat menyebabkan gastritis (Lusiana, Amalia & Suprayitno, 2020).

Hasil penelitian (Rohmah et al., 2023) Pola makan yang buruk pada mahasiswa akan menimbulkan gejala seperti mulas, perut kembung, mual, hal ini dikarenakan kebiasaan mahasiswa mengkonsumsi makanan instan, makan makanan yang pedas dan asam. ditambah dengan kebiasaan makan yang tidak tepat waktu. Sejalan dengan peneliti (Khomalasari et al., 2024), tentang hubungan pola makan dengan tanda gejala gastritis dengan menggunakan teknik total sampling dengan 86 responden. Dengan hasil responden distribusi mahasiswa yang memiliki pola makan baik lebih banyak yaitu sekitar 46 responden (53,5%) dan pola makan tidak baik sebanyak 40 responden (46,5%). Sedangkan responden distribusi tanda dan gejala gastritis dengan hasil 37 responden (43%) mengalami gastritis dan 49 responden (57%) tidak mengalami gejala gastritis. Gastritis juga dapat menimbulkan gejala lain yaitu timbulnya keluhan nyeri pada ulu hati, timbul gejala mual dan muntah, terasa sesak, kembung, serta lemas.

Berdasarkan Analisa bivariat yang sudah dilakukan (Angelica Y., Siagian E., 2022) penelitiannya menggunakan Uji Chi Square dan mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis dari perolehan angka sig. (2-tailed) sebesar 0,271 besaran hubungan dalam kategori Lemah, dengan melihat besaran dari koefisien korelasinya, dari hasil penelitian mayoritas perempuan sebanyak 89 responden (64,49%), usia mayoritas 19-25 tahun sebanyak 112 (81,16%) sedangkan pada kategori pola makan dengan frekuensi pola makan mayoritas pola makan buruk 70 responden (50,72%) dan frekuensi terjadinya gastritis sebanyak 80 (57,97%). Munculnya rasa nyeri pada penderita gastritis dapat disebabkan karena kebiasaan konsumsi makanan yang dapat mengiritasi lambung seperti makanan pedas, sehingga dinding lambung mengalami penurunan kekuatan dalam mencerna makanan karena iritasi yang dialami oleh lambung, hal ini terjadi karena penderita gastritis terlalu sering mengkonsumsi makanan yang mengandung natrium seperti mie instan dalam jangka waktu yang lama, sehingga lambung akan mensekresi asam yang lebih banyak untuk mencerna makanan (Uwa, dkk, 2019). Hasil penelitian (Pusfitasari et al., 2024) konsumsi jenis makanan yang dapat mengakibatkan gastritis meliputi: konsumsi susu, konsumsi sambal, konsumsi teh, konsumsi pedas, konsumsi asam, konsumsi mie instan, konsumsi roti tawar, konsumsi soto ayam, dan konsumsi makanan berisiko. penderita gastritis untuk menghindari dampak yang lebih buruk, dengan menjaga kebiasaan konsumsi jenis

makanan yang baik, agar penyakit gastritis tidak menjadi lebih parah dengan munculnya penyakit lain seperti anemia dan kanker lambung.

Menurut penelitian (Hermawan et al., 2023), penderita maag atau gastritis paling banyak terjadi pada remaja berusia 19-24 tahun, saat remaja sudah memasuki dunia perguruan tinggi dan menjadi mahasiswa. Usia menjadi salah satu faktor pengaruh pola makan. Pada usia 21-22 tahun termasuk kedalam usia produktif dimana mahasiswa sedang sibuk dengan kegiatan sendiri – sendiri dan dimana juga terdapat tekanan dan tugas yang berlebihan sehingga memengaruhi pola makan yang kurang selektif.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah: Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki laki yaitu 119 responden (78,8%) dan karakteristik responden berdasarkan usia paling banyak berusia 21 tahun yaitu 52 responden (34,4%). Distribusi pola makan pada mahasiswa keperawatan di Universitas Murni Teguh berada dalam kategori pola makan baik 118 responden (78,1%) dan kategori pola makan buruk 33 reponden (21,9%). Distribusi tanda dan gejala pada mahasiswa Keperawatan di Universitas Murni Teguh berada dalam kategori tidak mengalami gastritis 105 responden (695%) dan kategori mengalami tanda gejala gastritis 46 responden (30,5%).

Hasil nilai korelasi spearman Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan tanda dan gejala gastritis pada mahasiswa keperawatan di Universitas Murni Teguh dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,210 dengan nilai p $0,01 < 0,05$. Adapun rekomendasi untuk melakukan penelitian lanjutan dengan sample lebih banyak dan menambahkan variabel manajemen stress, metaplasia intestinal penderita gastritis akut dan kronis dengan pemilihan metode penelitian berbeda

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agang, R., & Kusumawati, Y. T. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Kekambuhan Gastritis Pada Remaja : Literature Review. *Pengaruh Gaya Kepemimpinan Dan Motivasi t Erhadap Kinerja Karyawan PT. Mahakam Berlian Samjaya Erhadap Kinerja Karyawan PT. Mahakam Berlian Samjaya Di Kota Samarinda Ronisius*, 3(2), 2085.
- Angelica Y., Siagian E. (2022). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia. *Promotif: Jurnal*

- Kesehatan Masyarakat, 12(1), 43–49.*<https://doi.org/10.56338/pjkm.v12i1.2451>
- Azizah, R. N., Supriyatna, R., & Ramadhani, N. R. (2023). Hubungan Pengetahuan, Pola Makan dan Tingkat Stress terhadap Kejadian Gastritis pada Siswa di SMK PGRI 2 Cibinong Tahun 2022. *Jurnal Interprofesi Kesehatan Indonesia, 2(3)*, 334–340.
- Donsu, J. (2024). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. PUSTAKABARUPRESS.
- Fajariyah, N., Argarini, D., & Chastiti, A. L. (2023). Hubungan pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMA Negeri 93 Jakarta Timur. *Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya, 9(1)*, 13–14.
- Herliyanti, Harun Lukman, S. A. (2023). No Title Hubungan Pola Makan Dengan Kekambuhan Gastritis Pada Masyarakat Di Wilayah Kerja Pustu Mantimin. *Of Nursing Invention, 4(No.2), 126–133.*
<https://doi.org/https://doi.org/10.33859/jni.v4i2.447>
- Hermawan, S., Amrullah, J. F., Hadiyati, L., & Sulistiyawati, A. (2023). *The Relationship Between Dies And The Incidence Of Gastritis Of Diploma Nursing Students At STIKes Dharma Husada In 2023.* 1–24.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik), 2(1), 73.*<https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>
- Khomalasari, I. D., Sekar, S. A., & Wirakhmi, I. N. (2024). No Title. *Hubungan Pola Makan Dengan Gejala Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir, 6(03), 891–902.*
- Kristina, R. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remajadi SMA Negeri 1 Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan Tahun 2022.*Repository.Stikessantaelisabethme dan, 1(1), 9–72.*
- Lusiana; Amalia & Suprayitno. (2020). Hubungan Jenis Makanan dengan Kejadian Gastritis pada Kelompok Usia 20-45 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda Tahun 2019. *Borneo Student Research, 1(2), 1221–1226*
- Pusfitasari, N., Sopiah, P., & Sejati, A. P. (2024). *Types Of Food That Cause Gastritis (A Systematic Review).* *6(2), 251–261.*
<https://doi.org/10.35568/healthcare.v6i2.48>

- Rohmah, N., Damayanti, E., Salsabila, Y., Arifin, Y. A. D. R., Agustina, R., Mangkuluhur, A., & Yosiawan, O. (2023). Motivasi Mahasiswa Keperawatan Dalam Perspektif Gender Berbasis Teori Attention, Relevance, Confidence, and Satisfaction Attributes. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(2), 344–352. <https://doi.org/10.33023/jikep.v9i2.1564>
- Sitompul, R., & Wulandari, I. S. M. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Advent Indonesia. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(3), 258.
- Uwa, L. F., Milwati, S., & Sulasmini. (2019). Hubungan Antara Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis yang Terjadi DI Puskesmas Dinoyo. 4.