

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis merupakan salah satu dari sekian banyak penyakit yang saat ini disebabkan oleh gaya hidup manusia karena kita hidup di dunia yang lebih modern. Berdasarkan gambaran histologis mukosa lambung, didefinisikan sebagai peradangan pada mukosa lambung. Gastritis dikaitkan dengan kerusakan pada mukosa lambung dan peradangan pada epitel lapisan lambung. (Ghonimah, 2023). Gastritis biasanya dianggap sebagai suatu hal yang remeh oleh kebanyakan orang, namun gastritis merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat menyusahkan penderitanya karena dapat menyebabkan defisiensi, cacat pada area marginal dapat menyebabkan gangguan atau penurunan kemampuan fungsional (Khafizha, 2021).

World Health Organization (WHO) memperkirakan angka kematian akibat gastritis di dunia pada tahun 2005 sebesar 40.376 kasus, meningkat dan menjadi 43.817 kasus pada tahun 2010 dan terus meningkat pada tahun 2015 menjadi 47.269 kasus (Aulia, 2021). Berdasarkan World Health Organization (WHO) tahun 2020 terhadap beberapa negara di dunia, menunjukkan kejadian gastritis di dunia, yaitu jumlah penderita gastritis di Negara Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35% dan Perancis 29,5%, dan angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk (Arianto & Aminah, 2024). Di Provinsi Jawa Barat angka kejadian

gastritis mencapai 31,2% (Kemenkes, 2015) dan di kabupaten Kuningan sendiri ada 5.128 kasus gastritis di tahun 2020 (Dinkes Jabar, 2020). Termasuk yang terjadi di Klinik Pratama Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kuningan Jawa Barat, pada tahun 2023 dari jumlah kunjungan 2.961 orang, ada 525 orang atau sekitar 17,73% mengeluhkan gastritis. Dari 525 orang itu, 312 orang atau 59,43% adalah santri Madrasah Aliyah, 193 orang atau 61,86% adalah santri kelas 11, dan dari 193 orang terdapat 103 atau 53,37% adalah santri putri kelas 11 (Klinik pratama HK, 2023).

Gastritis terjadi karena adanya peradangan pada bagian lapisan mukosa dan submukosa lambung. Faktor penyebab gastritis kronis maupun akut yang paling umum disebabkan oleh infeksi *helicobacter pylori*, namun gastritis juga dapat disebabkan oleh penyebab lainnya. Faktor penyebab gastritis selain infeksi *helicobacter pylori* yang umum ditemukan di antaranya adalah pola makan yang tidak tepat, seperti frekuensi atau waktu makan yang tidak tepat, makan berlebihan dan cepat, atau mengonsumsi makanan yang merangsang, yaitu terlalu berbumbu dan pedas (Fatchi Rodliya, 2022). Pola makan mencakup sejumlah informasi yang menjelaskan jenis dan model konsumsi makanan sehari-hari, termasuk jenis makanan, frekuensi, jadwal, dan ukuran porsi (Amri, 2020).

Menurut beberapa survei sebelumnya, menunjukkan bahwa usia produktif merupakan kelompok umur yang rentan mengalami kejadian gastritis, karena tingkat kesibukan, stres, dan pola makan yang kurang memperhatikan kesehatan (Tussakinah et al., 2018). Usia produktif di sini adalah seseorang yang mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik serta mempunyai rasa

keingintahuan yang besar dan sedang mengalami proses perkembangan sebagai persiapan memasuki masa dewasa dengan usia 12 sampai 24 tahun. Menurut WHO (badan PBB untuk kesehatan dunia) usia 12 sampai 24 tahun disebut remaja (Nuariningsih & Janah, 2023). Remaja Indonesia terdiri dari 21,6% dari populasi di dunia dan sebanyak 22,2% populasi di Indonesia. 50,9% berjenis kelamin pria dan 49,1% berjenis kelamin wanita. Menurut Bappenas pada tahun 2015, 66 juta jiwa atau 27% dari keseluruhan populasi terdiri dari remaja (Priscelia et al., 2020).

Gastritis merupakan penyakit yang paling sering dialami oleh siswa sehingga menjadi penghambat bagi mereka dalam program belajar dan kegiatan sehari-hari. Aktivitas fisik, pola makan dan stress salah satu pemicu utama penyakit gastritis yang diderita oleh siswa di pesantren. Remaja adalah kelompok umur 10-18 tahun yang akan mengalami perubahan-perubahan hormonal, kognitif, dan emosional dalam pertumbuhannya sehingga banyak membutuhkan zat-zat gizi secara khusus. Masa remaja ini adalah masa saat tubuh mulai mengalami perkembangan kognitif dan emosional dalam memasuki masa dewasa. Kebanyakan remaja yang mengalami pola makan tidak teratur sehingga menyebabkan terganggunya sistem pencernaan (Manik, 2023). Remaja merupakan harapan bangsa, sehingga dapat dikatakan masa depan bangsa ditentukan oleh arus keadaan remaja.

Kehidupan remaja di zaman modern ini sangat memprihatinkan karena pola hidup yang serba instan dan tidak sehat. Remaja lebih menyukai makanan instan, makan tidak teratur bahkan kurang memperhatikan kebersihan dan nilai gizi makanan tersebut (Tanir, 2019). Kebiasaan pola makan yang salah dan tidak teratur

pada remaja menjadi suatu kebiasaan yang dapat menimbulkan berbagai penyakit, salah satunya adalah gastritis (Wahyuni, Rumpiati, & Lesta Riningsih, 2017).

Secara masalah kesehatan remaja, ada kenaikan yang lumayan pesat dalam perubahan pola makan mereka. Beberapa remaja cenderung menjalani diet yang tidak sehat, bahkan dapat mengganggu pola makan mereka dan menyebabkan masalah seperti gastritis (Amri, 2020). Padahal untuk remaja, penting untuk mengikuti pola makan yang tepat waktu, kaya nutrisi, seimbang, dengan peningkatan konsumsi buah dan sayuran yang bergizi, serta menghindari makanan digoreng, makanan cepat saji, dan minuman bersoda. Menurut (Zainurridha, 2019) juga menjelaskan jika pola makan yang buruk dan tidak bergizi bisa meningkatkan asam lambung, membuat perut sensitif serta menyebabkan gastritis.

Sebelumnya telah dilakukan beberapa penelitian terkait dengan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis dimana sampel penelitiannya adalah individu dengan usia produktif, seperti siswa SMK dan mahasiswa. Penelitian tersebut berupa penelitian dengan menggunakan uji korelasi Spearman yang memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara pola makan, konsumsi kopi, dan tingkat stres dengan kejadian gastritis (Jusuf et al., 2022). Gastritis dapat terjadi karena pola makan yang tidak teratur, seperti konsumsi berlebihan terhadap makanan yang dapat memicu naiknya asam lambung, misalnya makanan pedas, soda, alkohol, atau kopi. Akibatnya, individu tersebut mengalami kejadian iritasi lambung (tukak lambung atau gastritis) (Rizkiana & Tanuwijaya, 2021). Penelitian tersebut menguji faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis dilakukan secara deskriptif pada analisis univariat, kemudian dilanjutkan dengan

analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square atau korelasi Spearman untuk mengetahui hubungan satu variabel dengan kejadian gastritis. Penelitian ini, selain dilakukan analisis univariat dan bivariat, dilakukan pula analisis multivariat pada variabel-variabel yang signifikan berhubungan dengan kejadian gastritis menggunakan regresi logistik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah pola makan, konsumsi kopi, pola tidur dan tingkat stres berpengaruh secara signifikan terhadap kejadian gastritis.

Kemudian penelitian tentang kejadian gastritis yang disebabkan oleh hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMA Negeri 1 Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan (Sri, 2022). Metode penelitian menggunakan korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 205 remaja dengan teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling. Data dianalisis menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian diperoleh pola makan buruk sebanyak 129 remaja (62,9%), kejadian gastritis positif sebanyak 123 remaja (60%). Hasil uji Chi-square diperoleh p-value 0,000 ($<0,05$), dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMA Negeri 1 Teluk Dalam Kabupaten Nias Selatan.

Menurut Shalahuddin (2018) diketahui bahwa responden dengan pola makan yang buruk sebanyak 99 responden (70,7%), dan responden dengan pola makan yang baik sebanyak 41 responden (29,3%). Bisa diartikan bahwa responden dengan pola makan yang buruk 2,4 kali lipat dengan responden dengan pola makan yang baik. Dari hasil penelitian yang dilakukan, responden sering tidak makan satu hari 3 kali, porsi makan yang terkadang sedikit dan terkadang banyak, dan jenis

makanan yang cenderung mengakibatkan gastritis, responden juga sering tidak selera atau cenderung bosan dengan menu yang diberikan oleh keluarga di rumah. Jadi dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kuat antara pola makan dengan kejadian gastritis.

Termasuk yang terjadi di Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kuningan Jawa Barat, meskipun waktu makan sudah ditentukan tiga kali sehari, yaitu pagi hari jam 6.00 WIB, makan siang jam 12.00 WIB, dan makan sore jam 16.00 WIB, tapi keluhan gastritis setiap bulannya selalu ada dan jumlahnya fluktuatif. Dari 2.961 kunjungan ke klinik, 525 orang mengeluhkan gastritis. Salah satu penyebabnya karena santri merasa bosan dengan menu yang ada sehingga mencari lauk atau makanan yang lain sebagai penggantinya dan karena terlalu sibuk melaksanakan aktivitas organisasi khususnya kelas 11 sehingga lupa makan tepat waktu (klinik pratama husnul khotimah: 2023).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada santri putri kelas 11 di pondok pesantren husnul khotimah kabupaten kuningan jawa barat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini, apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada Santri Putri Kelas 11 Di Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kabupaten Kuningan Jawa Barat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik subyek penelitian berdasarkan usia pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kabupaten Kuningan Jawa Barat
- b. Mengidentifikasi Pola makan pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kabupaten Kuningan Jawa Barat.
- c. Mengidentifikasi Kejadian Gastritis pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kabupaten Kuningan Jawa Barat
- d. Menganalisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah Kabupaten Kuningan Jawa Barat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai salah satu sumber informasi dan bahan bacaan tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lembaga

Dapat memberi informasi tentang Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis

b. Bagi Santri di Pondok Pesantren Husnul Khotimah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber untuk menambah pengetahuan lebih dalam tentang pola makan dengan kejadian gastritis pada Santri Putri di Pondok Pesantren Husnul Khotimah

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini akan menjadi salah satu data riset yang dapat dikembangkan sebagai masukan penelitian selanjutnya dan menjadi referensi untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Santri Putri Kelas 11 di Pondok Pesantren Husnul Khotimah