

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA GASTRITIS
DI SMA N 1 SELAT KABUPATEN KARANGASEM
TAHUN 2021**



Oleh :

NI PUTU OVITIA PRAPTI PREMESTI
NIM. P07120018180

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA GASTRITIS
DI SMA N 1 SELAT KABUPATEN KARANGASEM
TAHUN 2021**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Pada Program Studi D III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh:

**NI PUTU OVITIA PRAPTI PREMESTI
NIM. P07120018180**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

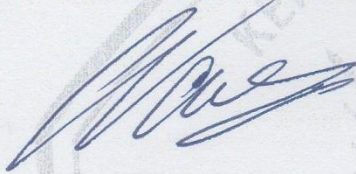
LEMBAR PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA GASTRITIS
DI SMA N 1 SELAT KABUPATEN KARANGASEM
TAHUN 2021**

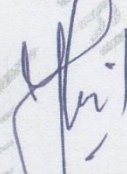
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Ners. I.G.K Gede Ngurah, S.Kep. M.Kes
NIP: 196303241983091001

Pembimbing Pendamping :



Dr Agus Sri Lestari, S.Kep.Ns.M.Erg
NIP : 196408131985032002

**MENGETAHUI :
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**



Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 19681231199203102

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL :

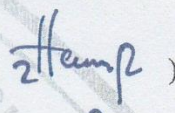
**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA GASTRITIS
DI SMA N 1 SELAT KABUPATEN KARANGASEM
TAHUN 2021**

TELAH DISEMINARKAN DIHADAPAN TIM

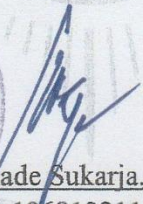
PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 7 MEI 2021

TIM PEMBIMBING SEMINAR :

1. Dr. K.A.Henny Achjar.,SKM.,M.Kep.Sp.Kom (Ketua) ()
NIP. 196603211988032001
2. I Ketut Gama SKM.,M.Kes (Anggota 1) ()
NIP. 196202221983091001
3. Ners. I.G.K Gede Ngurah, S.Kep. M.Kes (Anggota 2) ()
NIP. 196303241983091001

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**


Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Ovitia Prapti Premesti

NIM : P07120018180

Program Studi : Diploma III

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2020/2021

Alamat : Jl. Untung Surapati Gg. Dewi No. 5 ,Amlapura

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul ” Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021” adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, April 2021

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Ovitia Prapti Premesti
NIM. P07120018180

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021”** tepat waktu dan sesuai dengan harapan Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar Ahli Madya Keperawatan Prodi D-III Jurusan Keperawatan. Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.

Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha penulis sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH, selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan D-III keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar serta dukungan moral dan perhatian yang diberikan kepada peneliti.
3. Bapak Drs. I Wayan Cenik, M.Pd. selaku kepala sekolah di SMA N 1 Selat yang telah memberi kesempatan melaksanakan penelitian, sehingga karya tulis ilmiah ini dapat disusun dengan baik sesuai dengan yang diharapkan
4. Bapak I Nengah Sumirta, SST, M.Kes., selaku Ketua Kaprodi D-III yang telah

memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar serta atas dukungan moral dan perhatian yang diberikan kepada peneliti.

5. Bapak Ners. I.G.K Gede Ngurah, S.Kep. M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan gelar ahli madya Keperawatan.
6. Ibu Dr Agus Sri Lestari, S.Kep. Ns. M. Erg selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan gelar ahli madya Keperawatan.
7. Seluruh dosen yang terlibat dalam pengajaran pengantar riset keperawatan yang telah memberikan ilmunya, sehingga penelitian ini baik dan sesuai dengan yang diharapkan.
8. Orang tua, keluarga, serta teman-teman terutama sahabat saya Cucu rebaka dan Septian yang telah memberikan dukungan baik secara moral maupun material.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Denpasar, Mei 2021

Penulis

AN OVERVIEW OF DIET IN GASTRITIS TEENAGERS IN SMA N 1 SELAT KARANGASEM REGENCY IN 2021

ABSTRACT

Gastritis is a growth in the mucous membrane marked with discomfort in the upper abdomen, nausea, vomiting, decreased appetite and headache. This disease is more popular called stomach disease. The occurrence of gastritis is due to a free diet that affects the health of the body. The purpose of this research is to find out the patterns of eating in teenagers in at SMA N 1 Selat Karangasem Regency in 2021. This study uses quantitative methods with cross sectional research plans and research carried out in April. The population in this study uses the Acessible Population with 41 samples. The instrument used is a feeding pattern quantifier. The results of the study show that most juvenile eating patterns in poor categories with 32 responders (78%). In addition, most 18-year-olds responded with 29 responders (70.7%), of whom 33 responders (80.5%).It is recommended that the UKS and PMR teachers please give an explanation of eating patterns in adolescent gastritis. The conclusion is that irregular eating patterns can cause gastritis.

Keywords: *Diet, Teenagers, Gastritis*

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA GASTRITIS
DI SMA N 1 SELAT KABUPATEN KARANGASEM
TAHUN 2021**

ABSTRAK

Gastritis merupakan peradangan (pembengkakan) pada mukosa lambung ditandai dengan rasa tidak nyaman pada perut bagian atas, rasa mual, muntah, nafsu makan menurun dan sakit kepala. Penyakit ini lebih populer disebut sebagai penyakit maag. Kejadian penyakit gastritis terjadi karena pola makan yang bebas sehingga berdampak pada kesehatan tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pola makan pada remaja di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional* dan penelitian dilaksanakan pada bulan april. Populasi pada penelitian ini menggunakan populasi terjangkau (*Acessible Population*) dengan jumlah sampel sebanyak 41 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner pola makan. Hasil penelitian menunjukan sebagian besar pola makan remaja dalam kategori buruk dengan hasil 32 responden (78%). Selain itu, sebagian besar responden berusia 18 tahun sebanyak 29 responden (70,7%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 33 responden (80,5%). Kesimpulan bahwa pola makan yang tidak teratur dapat menyebabkan gastritis pada remaja . Saran guru UKS dan PMR tolong memberikan penyuluhan tentang pola makan pada siswa- siswi yang mengalami gastritis.

Kata Kunci : Pola Makan, Remaja, Gastritis

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran Pola Makan Pada Remaja di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem
Tahun 2021

Oleh : Ni Putu Ovitia Prapti Premesti (P07120018180)

Gastritis merupakan peradangan (pembengkakan) pada mukosa lambung ditandai dengan rasa tidak nyaman pada perut bagian atas, rasa mual, muntah, nafsu makan menurun dan sakit kepala. Penyakit ini lebih populer disebut sebagai penyakit maag (Hernanto, 2019). Masalah kesehatan remaja merupakan suatu hal yang semakin menonjol saat ini, dimana terdapat peningkatan yang cukup pesat dalam perubahan pola makan. Pola makan remaja akan menentukan jumlah-jumlah zat gizi yang diperoleh remaja untuk pertumbuhan dan perkembangan (Angelia pondaa & Magie 2019). Permasalahan pola makan yang tidak teratur timbul pada remaja yang mampu memicu timbulnya gastritis disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu para remaja memiliki kebiasaan tidak sarapan pagi karena takut terlambat sekolah, serta sibuk dengan tugas-tugas dan sering terjebak tidak sempat makan dan merasa lelah karna aktivitas.

Penelitian yang telah digunakan adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional* yang variabelnya akan diambil dalam waktu tertentu selama penelitian dan dilakukan dalam proses satu kali penelitian. Penelitian telah dilaksanakan di SMA N 1 Selat, Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai April 2021 dilaksanakan secara online. Populasi pada penelitian ini menggunakan populasi terjangkau (*Acessible Population*) yaitu bagian populasi target yang telah dijangkau oleh peneliti, atau dari mana sampel akan diambil yang dibatasi oleh tempat dan waktu (Suiraoaka dkk, 2019). Populasi pada Penelitian ini adalah Remaja yang mengalami gastritis di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem dengan jumlah 41 orang.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pola makan remaja dalam kategori buruk dengan hasil 32 (78%) responden. Selain itu, sebagian besar responden berusia 18 tahun sebanyak 29 (70,7%), berjenis kelamin perempuan

sebanyak 33 (80,5%) responden. Hasil penelitian juga mendapatkan hasil pola makan buruk terbanyak pada usia 18 tahun sebanyak 22 (53,7%) orang, selain itu Sebagian besar perempuan mengalami pola makan yang buruk sebanyak 28 (68,3%) orang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai pola makan pada remaja gastritis di SMA N 1 Selat, peneliti mengalami beberapa hambatan dalam penyusunan karya ilmiah ini. Demi kemajuan penelitian selanjutnya peneliti menyarankan kepada guru UKS dan petugas Puskesmas dapat memberikan edukasi mengenai pola makan pada remaja gastritis. Peneliti juga berharap kepada remaja yang menderita gastritis agar mencari informasi di media cetak dan elektronik mengenai pola makan yang baik pada penderita gastritis. Selain itu bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya dengan metode perbandingan sehingga hasil yang didapatkan lebih optimal.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSYARATAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR BEBAS PLAGIAT.....	iv
KATA PENGANTAR	v
<i>ABSTRACT</i>	vii
ABSTRAK	viii
RINGKASAN	xi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Rumusan Masalah	4
C.Tujuan Penelitian	4
D.Manfaat Penelitian	5
BAB II PEMBAHASAN	
A. Konsep Dasar Pola Makan	7
1.Definisi Pola Makan	7
2.Penyebab Pola Makan pada Remaja dengan Gastritis	7
3.Macam- Macam Pola Makan Pola	9
B. Konsep Dasar Remaja	12
1.Pengertian Remaja.....	12
2.Ciri-Ciri Remaja.....	12
3.Tahan Perkembangan Remaja.....	13

C. Konsep Dasar Gastritis	14
1. Definisi Gastritis	14
2. Etiologic Gastritis	15
3. Patofisiologi Gastritis	15
4. Klasifikasi Gastritis	15
5. Manifestasi Klinis	16
6. Kompilasi Gastritis	17
 BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	18
B. Variabel dan Definisi Operasional	19
1. Variable	19
2. Definisi Operasional	19
 BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi	21
2. Sampel	22
D. Jenis Pengumpulan Data	24
E. Metode Analisa Data	26
F. Etika Penelitian	27
1. Persetujuan Penelitian (Informed Consent)	27
2. Tanpa Nama (Anonymity)	28
3. Kerahasiaan (Confidentiality)	28
 BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil penelitian	29

1. Kondisi lokasi penelitian.....	28
2. Gambaran karakteristik responden.....	29
3. Hasil pengamatan subjek berdasarkan variabel penelitian.....	30
4. Hasil pengamatan variabel berdasarkan karakteristik responden.....	31
B. Pembahasan.....	32
1. Karakteristik reponden.....	32
2. Gambaran pola makan pada remaja gastritis.....	33
3. Keterbatasan Penelitian.....	35
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	37
B. Saran.....	37
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Makanan yang tidak boleh di berikan sebagai pencehan terjadinya peningkatan asam lambung.....	13
Tabel 2	Definisi Operasional Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem.....	18
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia pada Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem.....	37
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem.....	37
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Pola makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem.....	31
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Responden Pola Makan pada Remaja Gastritis berdasarkan Usia Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem.....	32
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Responden Pola Makan pada Remaja Gastritis berdasarkan Jenis Kelamin Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem.....	32

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep Penelitian lengkap dengan judul Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021.....	16
----------	---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021.....	41
Lampiran 2	Realisasi Anggaran Biaya Penelitian Gambaran Pola Makan Pada Remaja Gastritis Di SMA N 1 Selat Kabupaten Karangasem Tahun 2021.....	42
Lampiran 3	Inform Consent.....	43
Lampiran 4	Persetujuan Menjadi Responden	44
Lampiran 5	Persetujuan Penjelasan.....	45
Lampiran 6	Kuisisioner	48
Lampiran 7	Master Tabel	50
Lampiran 8	Hasil Uji Validasi.....	52
Lampiran 9	Surat Studi Pendahuluan.....	55
Lampiran 10	Surat Persetujuan Etik.....	56
Lampiran 11	Surat Izin Penanaman Modal Provinsi Bali	57
Lampiran 12	Surat izin Penanaman Modal Kabupaten Karangasem.....	58