



Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kekambuhan Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

A Correlation Between Stress Levels And Eating Patterns With The Recurrence Of Gastritis In The Working Area Of Muara Bangkahulu Health Center, Bengkulu City In 2024

Parisa Apriwiyanti ¹⁾; Yance Hidayat ²⁾; Danur Azissah ³⁾
^{1,2,3)} Universitas Dehasen Bengkulu
Email: ¹⁾ Apriwiyantiparisa@gmail.com

How to Cite :

Apriwiyanti. P., Hidayat. Y., Azissah. D. (2025). Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kekambuhan Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024. Jurnal Multidisiplin. 2(2).

ARTICLE HISTORY

Received [27 Oktober 2025]

Revised [01 Desember 2025]

Accepted [03 Desember 2025]

KEYWORDS

Stress Levels, Eating Patterns, Recurrence of Gastritis.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Gastritis adalah salah satu gangguan pencernaan yang diakibatkan oleh Tingkat stres dan pola makan bahkan hampir 10 persen penduduk dunia mengalami gastritis. Gastritis adalah proses inflamasi yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi pada mukosa dan submukosa lambung. Gastritis dapat mengalami kekambuhan yang dipengaruhi oleh Tingkat stres dan pola makan. Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui apakah ada hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Terdapat 66 sampel yang di ambil dengan Teknik Purposive Sampling. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner untuk mendapatkan data tingkat stress dan pola makan dengan kekambuhan gastritis. Hasil analisis uji univariat menunjukkan hampir sebagian responden (48.5%) mengalami Tingkat stress berat, sebagian besar dari responden (53.0%) mengalami pola makan tidak baik, hampir Sebagian (33.3%) mengalami kekambuhan gastritis selalu. Hasil bivariat di dapatkan hasil hubungan antara tingkat stress dengan kekambuhan gastritis dengan P-value = 0.000, terdapat tidak ada hubungan antara pola makan dengan kekambuhan gastritis dengan P-value = 0.489. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan tingkat stress dengan kekambuhan gastritis dan tidak ada hubungan pola makan dengan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024. Peneliti menyarankan bagi Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu hasil penelitian ini dapat menjadi landasan pelaksanaan program kegiatan bimbingan, pembinaan dan konseling tentang Tingkat stress dengan kekambuhan gastritis dan pola makan dengan kekambuhan gastritis agar hidup lebih sehat.

ABSTRACT

The World Health Organisation (WHO) estimates that approximately 972 million people, or 26.4% of the global population, suffer from hypertension, and this figure is projected to rise to 60%, affecting 1.56 billion people by 2025. Of the 972 million people with hypertension, 333 million are in developed countries, and the remaining 639 million are in developing countries, including Indonesia. This study aims to examine the relationship between fast food consumption habits and the incidence of hypertension among young adult women in the Bengkulu City Pasar Ikan Community Health Centre Working Area in 2025. The research method used is analytical observational research with a cross-sectional approach. The sampling technique used is purposive sampling with a sample size of 69 young adult women. The results of the univariate analysis showed that

most of the respondents (65.2%) often ate fast food, and almost half of the respondents (42%) had hypertension. The results of the bivariate analysis showed a relationship between fast food consumption habits and the incidence of hypertension in young adult women ($p=0.000$). There is a relationship between the habit of eating fast food and the incidence of hypertension in young adult women in the working area of the Pasar Ikan Community Health Centre in Bengkulu City in 2024. The researchers suggest that respondents reduce their consumption of unhealthy fast food, such as foods containing fat and foods high in sodium or salt, which can increase the incidence of hypertension.

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan suatu peradangan pada mukosa lambung, hal ini ditandai dengan rasa nyeri, pembengkakan, dan iritasi pada membran mukosa lambung (Syahfitri et al.,2023). Pada lambung yang meradang akibat iritasi dan infeksi akan mengalami kerusakan karena proses peremasan apabila terjadi terus-menerus. Hal ini dapat menyebabkan lecet dan terjadinya luka atau inflamasi sehingga terjadi gastritis (Yesi angelica et al., 2022)

Gastritis atau lebih sering disebut dengan maag suatu hal yang dapat menyerang semua tingkat usia maupun jenis kelamin. Namun usia yang sering terjadi gastritis yaitu usia produktif dari usia 15-64 tahun. Masyarakat diharapkan memiliki kemampuan aktivitas untuk melakukan berbagai hal dalam waktu yang bersamaan. Banyaknya tekanan yang mereka hadapi memicu peningkatan tingkat stres, membuat masyarakat menjadi rentan terhadap masalah kesehatan. Salah satu dampak kesehatan yang paling umum dari pola makan yang tidak teratur atau stres adalah gastritis (Sartika et al., 2020).

Menurut World Health Organization (WHO 2022) gastritis masih menjadi masalah sosial dan kesehatan masyarakat baik di negara maju maupun negara berkembang, ini suatu penyebab mendasar yang mempengaruhi status sosial ekonomi individu perilaku kesehatan, dan standar hidup seperti gaya hidup, kondisi hidup, perilaku, dan kebiasaan. Menurut data global bahwa insiden gastritis di dunia sekitar 1.8-2.1 juta dari jumlah penduduk setiap tahunnya, di Indonesia (40.8%), Kanada (35%), China (31%), Perancis (29.5%), Inggris (22%), Jepang (14.5%) dan di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya sedangkan 50,8% populasi di negara berkembang menderita gastritis sedangkan di negara maju, prevalensi gastritis berkisar 34,7%.

Menurut Riset Kesehatan Dasar Indonesia 2018. Presentase angka kejadian gastritis di Indonesia yang berjumlah 430 juta penderita gastritis beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi (40.8%) dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk dalam penelitian Indonesia ada yang tinggi mencapai 91,6% yaitu di kota Medan, Sedangkan kejadian di Bengkulu penyakit gastritis cukup meningkat dari tahun ketahun mencapai 50,1% berdasarkan prevalensi jumlah penduduk di Bengkulu.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu menunjukkan bahwa penderita gastritis pada tahun 2021-2022 berada dalam 10 penyakit tertinggi di Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Penyakit gastritis terdapat urutan peringkat ke-3 penyakit terbanyak di Provinsi Bengkulu. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik diolah oleh Pusat Data dan Teknologi Informasi Pendidikan dan Kebudayaan (Pusdatin) kementerian kesehatan jumlah penduduk provinsi Bengkulu pada tahun 2021 yaitu 2.032.942 juta penduduk dengan jumlah penyakit gastritis pada tahun 2021 sebanyak 29.000 kasus (14%). Sedangkan pada tahun 2022 jumlah penduduk provinsi Bengkulu berjumlah 2.060.092 juta penduduk dengan penderita penyakit gastritis sebanyak 51.069 kasus (25%). Berdasarkan data hal ini menunjukkan terjadi peningkatan jumlah gastritis di Provinsi Bengkulu yaitu sebanyak 22.069 Kasus (50%) dalam 1 tahun terakhir. Sedangkan menurut data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, gastritis merupakan penyakit urutan ke 2 tertinggi dari 10 penyakit yang ada di Kota Bengkulu. Pada tahun 2021 terdapat 2.206 (5.8%) kasus gastritis di Kota Bengkulu dari setiap Puskesmas, dan terjadi peningkatan di tahun 2022 sebesar 5.225 (13%) kasus gastritis. Prevalensi penyakit gastritis tertinggi di Kota Bengkulu ada di Puskesmas Muara Bangkahulu dengan jumlah 602 kasus kemudian disusul dengan Puskesmas Lingkar Barat dengan jumlah 280 kasus, dan yang terakhir di Puskesmas Kuala Lempuing dengan jumlah 150 kasus. Dari data terkait penyakit gastritis berdasarkan prevalensi yang tertinggi ada di Puskesmas Muara Bangkahulu.

Berdasarkan data yang di peroleh dari Puskesmas muara bangkahulu pada tahun 2021 gastritis berjumlah 110 kasus, pada tahun 2022 berjumlah 602 kasus sedangkan berdasarkan data yang di ambil di buku rekapan dari bulan Januari-Desember 2023 jumlah total kasus penderita gastritis berjumlah 193 kasus, hal ini membuktikan bahwa di wilayah kerja Puskesmas Muara Bangkahulu kota Bengkulu penderita gastritis masih banyak mengalami adanya kekambuhan terhadap gastritis.

Dari hasil data awal observasi pada senin tanggal 29 Januari 2024 dan wawancara singkat terhadap 10 pasien dengan umur rata-rata 20-45 tahun pengunjung Puskesmas Muara Bangkahulu kota Bengkulu yang menderita kekambuhan gastritis, diantaranya 7 dari 10 pasien mengatakan stres saat



sedang merasakan banyak pekerjaan yang padat dan ketika mengalami tekanan di lingkungan baik secara internal maupun eksternal, kemudian pasien mengatakan pola makan atau keteraturan makan tidak teratur sehingga terjadinya kekambuhan gastritis karena sering telat makan dan salah mengkonsumsi makanan seperti pedas dan asam, lalu 3 dari 10 pasien mengatakan tidak mengalami stres terhadap kekambuhan gastritis karena mampu beradaptasi dengan lingkungan yang baik dan masih mampu untuk mengendalikannya. Gastritis biasanya dianggap sebagai suatu hal yang sangat sering diabaikan oleh masyarakat. Namun demikian tingkat pemahaman masyarakat mengenai pentingnya memelihara kesehatan lambung terbilang sangat rendah. Gastritis bila tidak diobati akan menimbulkan suatu peradangan saluran cerna bagian atas bahkan menimbulkan kanker pada lambung (Apriyani et al., 2021)

Hasil penelitian Putri Anggraini Dkk (2022) dengan judul hubungan pola makan dan stres dengan terjadinya kekambuhan gastritis di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari menemukan adanya hubungan signifikan antara pola makan dengan kekambuhan gastritis dan kemudian adanya hubungan signifikan antara stres dengan kekambuhan gastritis. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pola makan ($\chi^2_{hitung} = 23,144; = 0,512$) dan hubungan bermakna antara stres ($\chi^2_{hitung} = 23,615; 0,515$). (Putri Anggraeni et al., 2022). Selanjutnya pemicu terjadi gastritis juga disebabkan oleh pola makan yang merupakan susunan jenis serta jumlah makanan yang dikonsumsi seorang ataupun kelompok orang di waktu tertentu, terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, serta porsi makan. Perlunya mengawasi serta memahami dengan baik menu makanan proporsional sehingga akan tercipta kebiasaan makan- makanan yang proporsional dikemudian hari. Kebiasaan makan ialah sesuatu sebutan untuk menggambarkan kerutinan serta perilaku seorang ataupun kelompok orang yang berhubungan dengan penataan pola makan. Jika pola makan tidak disiplin ataupun tidak baik bisa mengakibatkan terjadinya gangguan sistem pencernaan (A Suyatni Musrah, 2021)

LANDASAN TEORI

Definisi Gastritis

Gastritis (maag) adalah penyakit yang disebabkan oleh sekresi asam lambung yang berlebihan sehingga menyebabkan peradangan atau biasa disebut dengan peradangan pada lapisan lambung. Peradangan mukosa lambung disebut sebagai gastropati. Penyebab paling signifikan dari penyakit sistem pencernaan, peradangan dapat menyebabkan penebalan mukosa lambung dan pelepasan epitel mukosa permukaan. Respon inflamasi pada lambung akan dipicu oleh keluarnya epitel. Selain itu juga lambung bisa rusak jika sering dikosongkan karena kompres lambung cukup menggores atau melukai dinding lambung (Azizah et al., 2023)

Definisi stres

Stres adalah respon seseorang terhadap perubahan situasi atau situasi yang mengancam. Ini dapat dilihat sebagai respons pribadi terhadap peristiwa/dorongan eksternal, seperti menulis ujian, atau keadaan pikiran internal, semacamnya takut pemeriksaan. Fakta yang menarik adalah stres cenderung meningkat ketika seseorang tidak dapat mengatasi situasi yang tidak nyaman (Amin et al., 2023)

Stres dipandang sebagai situasi interaksi individu dan lingkungan yang dapat menyebabkan ketidakharmonisan antara sumber daya situasional dan biopsikososial. Stres adalah respon tubuh terhadap perubahan yang membutuhkan respon fisik, psikologis dan emosional, regulasi dan adaptasi. Stres dapat disebabkan oleh situasi, keadaan, pikiran atau frustrasi, kemarahan, kegugupan dan ketakutan. Stres adalah istilah yang berasal dari bahasa Latin *stringere*, yang berarti keras. Artinya, stres dipandang sebagai kondisi fisik yang terkait dengan situasi menakutkan, menakutkan, atau mengganggu. Stres didefinisikan sebagai ketidakseimbangan antara permintaan dan daya tanggap. Karena kegagalan datang dengan tuntutan tinggi ketika tuntutan itu memiliki konsekuensi penting (Suwignjo et al., 2023b)

Menurut Laode Swardin (2022) kecemasan, stres dan depresi adalah gangguan mental yang umum dengan prevalensi 10-40% di negara berkembang. Stres telah menjadi ciri khas kehidupan modern karena telah menjadi bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan sehari-hari. Stres dapat dialami oleh siapa saja, baik di rumah, di sekolah, di tempat kerja, maupun di masyarakat. Stres mempengaruhi semua orang, tua dan muda. Stres dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental seseorang

Definisi Pola Makan

Pola makan yang sehat adalah pola makan yang seimbang dengan kandungan gizi yang cukup berbeda, bukan dalam jumlah yang berlebihan. Pola makan yang sehat dapat dilihat dari jenis makanan, porsi makan dan frekuensi makan yang kesehariannya dikonsumsi yang terdiri dari makanan pokok serta lauk pauk. Agar terbentuk kebiasaan makan makanan seimbang maka harus mengenaldan memulai

dengan menu seimbang. Kebiasaan makan merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan perilaku dan kebiasaan yang berhubungan dengan pengaturan pola makan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah kerangka penelitian yang dijadikan pedoman dalam proses penelitian. Desain penelitian adalah cara mengumpulkan dan analisa data agar dapat dilakukan secara efisien dan selaras dengan tujuan penelitian. Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional deskriptif. Metode pendekatan yang digunakan adalah pendekatan secara cross sectional ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) (Ayu Citra Mayasari, 2021). Dalam penelitian ini dapat diketahui hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kekambuhan gastritis di puskesmas muara bengkahulu kota bengkulu tahun 2024

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Pasien Diwilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

No	Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Persentase(%)
1	Normal	14	21.2
2	Ringan	9	13.6
3	Sedang	9	13.6
4	Berat	32	48.5
5	Sangat Berat	2	3.0
	Jumlah	66	100.0

Pada Tabel 1 diatas dapat diketahui dari 66 responden menunjukkan bahwa hampir sebagian responden (48.5%) memiliki tingkat stres berat, sebagian kecil responden (21.2%) memiliki tingkat stres normal, dan sebagian kecil responden (13.6%) memiliki tingkat stres ringan dan sedang, dan sebagian kecil responden (3.0%) memiliki tingkat stres sangat berat.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pola Makan pada pasien Diwilayah kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

No	Pola Makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tidak Baik	35	53.0
2	Baik	31	47.0
	Jumlah	66	100.0

Pada Tabel 2 diatas dapat diketahui dari 66 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden (53.0%) memiliki tingkat pola makan tidak baik dan hampir sebagian responden (47.0%) memiliki tingkat pola makan yang baik.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kekambuhan Gastritis pada Pasien Diwilayah kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

No	Kekambuhan Gastritis	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tidak Pernah	2	3.0
2	Kadang-kadang	21	31.8
3	Sering	21	31.8
4	Selalu	22	33.3
	Jumlah	66	100.0



Pada tabel 3 diatas dapat diketahui dari 66 responden menunjukkan bahwa hampir sebagian responden (33.3%) memiliki tingkat kekambuhan gastritis selalu, hampir sebagian (31.8 %) memiliki tingkat kekambuhan kadang-kadang dan sering, dan sebagian kecil (3.0%) memiliki tingkat kekambuhan tidak pernah.

Analisis Bivariat

Tabel 4 Hubungan Tingkat Stres dengan Kekambuhan Gastritis Diwilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Tingkat Stres	Kekambuhan Gastritis										P-Value
	Tidak Pernah		Kadang-kadang		sering		Selalu		Total		
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
Normal	0	0.0%	11	78.6%	3	21.4%	0	0.0%	14	100%	0.000
Ringan	0	0.0%	5	55.6%	3	33.3%	1	11.1%	9	100%	
Sedang	1	11.1%	4	44.4%	3	33.3%	1	11.1%	9	100%	
Berat	1	3.1%	1	3.1%	12	37.5%	18	56.3%	32	100%	
Sangat Berat	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%	2	100%	2	100%	
Jumlah	2		21		21		22		66	100%	

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa hubungan tingkat stres dengan kekambuhan gastritis diketahui dari 66 responden terdapat 11responden (78.6%)dengan stres normal sehingga selalu muncul kekambuhan gastritis, 5 responden (55.6%) dengan stres ringan sehingga kadang-kadang muncul kekambuhan gastritis,4 responden (44.4%) dengan stres sedang sehingga kadang-kadang muncul kekambuhan gastritis, 18 responden (56.3%) dengan stres beratsehingga selalu muncul kekambuhan gastritis, 2 responden (100 %) dengan stres sangat berat sehingga selalu muncul kekambuhan gastritis.

Hasil uji statistic didapatkan nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berate ada hubungan antara Tingkat stress dengan kekambuhan gastritis di puskesmas muara bangkahulu kota Bengkulu tahun 2024.

Tabel 5 Hubungan Pola Makan dengan Kekambuhan Gastritis di Diwilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Pola Makan	Kekambuhan Gastritis										P-value
	Tidak Pernah		Kadang-kadang		Sering		Selalu		Total		
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
Tidak Baik	0	0.0%	11	31.4%	12	34.3%	12	34.3%	35	100%	0.489
Baik	2	100%	10	47.6%	9	42.9%	10	45.5%	31	100%	
Jumlah	2		21		21		22		66	100%	

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa hubungan pola makan dengan kekambuhan gastritis diketahui dari 66 responden terdapat 12 responden (31.4%)dengan pola makan tidak baik sehingga sering dan selalu muncul kekambuhan gastritis,2 responden (100%) dengan pola makan baik sehingga kadang-kadang dan selalu muncul kekambuhan gastritis.Hasil Uji statistic didapatkan nilai $p=0,489 > \alpha=0,05$ sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak yang berati tidak ada hubungan antara pola makan dengan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024.

Pembahasan

Gambaran Tingkat Stres pada gastritis di wilayah kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 66 responden terdapat 32 responden (48.5 %) yang memiliki tingkat stres berat, 14 responden (21.2%) memiliki tingkat stres normal, 9 responden (13.6%)

memiliki tingkat stres ringan dan sedang, 2 responden (3.0%) memiliki tingkat stres sangat berat. Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang berobat di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024 dengan kekambuhan gastritis banyak yang mengalami tingkat stres berat/bertarbi. Stres dipandang sebagai situasi interaksi individu dan lingkungan yang dapat menyebabkan ketidakharmonisan antara sumber daya situasional dan biopsikososial. Stres adalah respon tubuh terhadap perubahan yang membutuhkan respon fisik, psikologis dan emosional, regulasi dan adaptasi. Stres dapat disebabkan oleh situasi, keadaan, pikiran atau frustrasi, kemarahan, kegugupan dan ketakutan. Sejalan dengan penelitian selvina 2020 Stres mempunyai faktor-faktor negative dengan melalui beberapa mekanisme neuro endokrin pada saluran pencernaan sehingga dapat beresiko mengalami kejadian gastritis. Produksi pada asam lambung akan meningkat saat keadaan stres, misalnya saat melakukan beban kerja berat, panik, tergesa-gesa.

Kadar asam dalam lambung yang meningkatkan mengiritasi mukosa (dinding lambung) dan jika hal ini terjadi maka dapat menyebabkan terjadinya rangsangan mukosa (dinding lambung) atau gastritis. Salah satu pemicu terjadinya gastritis yaitu stress. Peningkatan stress bisa mengakibatkan terjadinya kenaikan rangsangan saraf otonom yang bisa memicu kenaikan sekresi gastrin serta memicu kenaikan HCl (asam hidroklorida). Kenaikan asam hidro klorida bisa menimbulkan pengikisan mukosa lambung. Stress serupa tekanan mental serta emosi, bisa menyebabkan munculnya suatu respon otomatis yang bisa mengubah tempo pada tubuh manusia secara keseluruhan, contohnya denyut nadi bertambah cepat, naiknya tekanan darah, darah dari kulit dialirkan ke organ vital, akral dingin, asam lambung yang diproduksi guna mempercepat proses pencernaan, makanan diubah menjadi sumber energi yang diperlukan.

Gambaran Pola Makan pada gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 66 responden terdapat 35 responden (53.0%) memiliki tingkat pola makan tidak baik dan 31 responden (47.0%) memiliki tingkat pola makan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang berobat di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu kota bengkulu tahun 2024 pada distribusi frekuensi pola makan pada penelitian ini memiliki tingkat pola makan tidak baik. Pola makan pada gastritis di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu berdasarkan kuesioner yang diberikan oleh peneliti terdapat 30% responden yang berobat di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu rata-rata pola makan tidak baik dengan mengkonsumsi makanan yang dapat mengundang kekambuhan gastritis yaitu responden sering mengkonsumsi makanan instan seperti: Mie instan, makanan beku, makanan kaleng, abon dll. 22% responden sering mengkonsumsi makanan yang asam seperti: teh hitam, kopi, nanas, dll. 12% responden sering mengkonsumsi makanan pedas seperti: sambal uleg, cekeperpedas, bakso mercondll.

Menurut teori Oetoro (2018), gastritis disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur, telat makan, mengkonsumsi makanan pedas dan asam secara berlebihan akan merangsang peningkatan asam lambung. Sedangkan pola makan yang baik pada masyarakat adalah pola makan dengan 3 komponen pola makan yang baik dari jenis makanan yang dikonsumsi harus variatif dan kaya nutrisi, diantaranya yaitu jenis makanan yang mengandung nutrisi yang bermanfaat bagi tubuh yaitu karbohidrat, protein, vitamin, lemak dan mineral, jumlah porsi makan yang cukup serta frekuensi makan yang teratur.

Peneliti berasumsi dari hasil ini, dapat diketahui bahwa pola makan yang tidak baik. Secara alami lambung akan terus memproduksi asam lambung setiap teratur merupakan salah satu penyebab kekambuhan gastritis di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu. Hal ini disebabkan karena sebagian responden mempunyai kebiasaan yang dapat menyebabkan gastritis seperti mengkonsumsi makanan yang pedas, makanan yang bersifat asam, dan kebiasaan makan makan yang tidak tepat waktu kesibukan pekerjaan.

Hal ini menggambarkan bahwa penderita dan masyarakat kurang memahami penyebab gastritis. Waktu dalam jumlah yang kecil dengan volume 1500 ml/hari. Pola makan yang kurang baik akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi dalam pengeluaran sekresi asam lambung. Jika hal ini berlangsung dalam waktu yang lama, produksi asam lambung akan meningkat secara berlebihan sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa lambung menyebabkan gastritis.

Gambaran Kekambuhan pada gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 66 responden terdapat 22 responden (33.3%) yang memiliki tingkat kekambuhan gastritis selalu, 21 responden (31.8 %) yang memiliki tingkat kekambuhan kadang-kadang dan sering, 2 responden (3.0 %) yang memiliki tingkat kekambuhan tidak pernah.

Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang berobat di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu kota bengkulu tahun 2024 banyak pasien mengalami kekambuhan gastritis selalu, karena pada



dasarnya kekambuhan gastritis akan terjadi apabila asam lambung meningkat baik karena faktor stress atau pun gaya hidup dan pola makan, dalam kondisi ini bakteri penyebab penyakit gastritis akan semakin kuat sehingga mengiritasi mukosa lambung dan terjadilah kekambuhan gastritis. Dalam penelitian Myrsanila Winny Redita Putri¹, 2021 Dkk,

Kekambuhan Gastritis di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu kota Bengkulu, berdasarkan hasil kuesioner yang dibagikan oleh peneliti terdapat sekitar 33.3% responden mengalami kekambuhan selalu yaitu dengan gejala awal nyeri di ulu hati, mual, sering bersendawa, muntah dan mulut terasa pahit,

Peneliti berasumsi bahwa masyarakat rentan mengalami gastritis/kekambuhan gastritis karena mempunyai tingkat kesibukan serta pemikiran-pemikiran di masa peralihan (kegelisahan, pertentangan, menghayal, aktivitas berkelompok, dan keinginan mencoba segala sesuatu) yang menyebabkan stress serta gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan, mengabaikan pola makan dan juga mengkonsumsi makan atau pun minuman yang dapat mempengaruhi terjadinya kekambuhan gastritis.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Setelah dilakukan uji statistik diperoleh $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Artinya, terdapat hubungan yang sangat signifikan antara tingkat stres dan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu tahun 2024. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elisabeth (2018) dengan $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$, dan penelitian yang dilakukan Tussakinah (2020) dengan $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kekambuhan gastritis.

Menurut penelitian (Uwa et al., 2019) stres mengakibatkan penurunan semua kinerja organ tubuh, organ tubuh kerjanya diatur oleh reseptor otak maka ketika reseptor otak mengalami kondisi stress akan mengakibatkan tubuh akan mudah lelah hal tersebut akan mengganggu kinerja salah satunya pada sistem pencernaan yang tidak sempurna sehingga bisa menyebabkan gastritis (Uwa et al., 2019). Sistem persyarafan dari otak berhubungan langsung dengan lambung, saat seseorang stress tanpa disadari memicu produksi asam lambung yang berlebih. Asam lambung inilah yang menyebabkan rasa nyeri pada lambung sehingga timbul gastritis (Mustika, 2021).

Dari hal tersebut maka responden harus bisa mengendalikan stress sehingga mampu juga mengendalikan gastritis yang dialami. Untuk mengendalikan stress cara yang bisa dilakukan diantaranya dengan melakukan istirahat yang cukup, bersikap positif dan optimis, serta melakukan liburan atau bersantai bersama teman atau keluarga.

Hubungan Pola Makan dengan Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024

Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,489$ ($p > \alpha = 0,05$) Artinya, tidak ada hubungan yang sangat signifikan antara pola makan dan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu tahun 2024. Sejalan dengan penelitian (Kintan Aulia Amanda 2021) Setelah uji statistik yang dilakukan pada variabel pola makan dengan variabel gastritis diperoleh nilai $P\text{-value}$ adalah 0,565 yang berarti $P > \alpha$ (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pola makan dengan kekambuhan gastritis pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun Bogor. Selain itu, dari hasil analisis juga diperoleh pula nilai $OR = 1,238$ yang berarti mahasiswa dengan pola makan buruk mempunyai peluang menderita gastritis 1,238 kali lebih besar dibandingkan dengan mahasiswa dengan pola makan baik. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novitasary (2017) tentang "Faktor Determinan Gastritis Klinis Pada Mahasiswa Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2016" yang menunjukkan ada hubungan antara pola makan dengan kekambuhan gastritis pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat Universitas Halu Oleo.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nirmalarumsari (2020) yang berjudul "Faktor Risiko Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bantilang Tahun 2019" menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pola makan terhadap kekambuhan gastritis. Gastritis bukan merupakan suatu penyakit tunggal, melainkan mengacu kepada peradangan lambung. Peradangan tersebut biasanya terjadi akibat dari infeksi bakteri yang dapat mengakibatkan borok lambung. Bakteri ini disebut dengan *Helicobacter Pylori* merupakan satu-satunya bakteri yang hidup di lambung.

Menurut Yatmi (2020) menyebutkan bahwa banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya gastritis seperti beberapa jenis obat, infeksi bakteri/virus/jamur, konsumsi alkohol, stres akut, radiasi, alergi atau intoksikasi dari beberapa bahan makanan atau minuman, dll. Asam lambung dapat terkontrol meskipun penderita memiliki frekuensi makan/pola makan yang kurang dari 3 kali sehari apabila diselingi oleh konsumsi makanan ringan yang tidak membuat lambung iritasi. Masyarakat muara bangkahulu harus memperhatikan kebiasaan makannya dan mengikuti "Pedoman Gizi Seimbang", seperti makan lebih banyak sayuran dan buah-buahan yang cukup, membiasakan makan lauk berprotein tinggi, minum

cukup makanan dan air yang aman, dan melakukan aktivitas fisik yang cukup. dan menjaga berat badan normal (Adinda, 2021 ;Fatimah, 2020b).

Berdasarkan analisis kuesione rpeneliti mengapa pola makan tidak ada hubungan dengan kekambuhan gastritis karena pada jawaban dari kuesioner yang telah di bagikan kerespon den dapat dilihat bahwasannya responden hampir seluruh respon den menjawab kuesione rnomor 1 dengan pertanyaan apakah anda sehari makan sebanyak 3x sehari? dan nomor 11 dengan pertanyaan apakah nasi merupakan menu sarapan anda? Hamper seluruh responden menjawab iya dengan pertanyaan positif, namun responden juga hamper seluruh menjawab pertanyaan nomor 13,14,15,16,17 hampir seluruh responden menjawab iya dengan pertanyaan negative.

Dari penjelasan di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa responden memiliki pola makan yang tidak baik karena responden memiliki kebiasaan dan menyukai makan-makanan yang mengundang kekambuhan gastritis seperti suka makan yang pedas,asam,mengonsumsi makanan instan dan minum-minuman bersoda, tetapiresponden memiliki frekuensi makan yang baik yaitu makan3x sehari pagi,siang,sore dan juga responden memiliki kebiasaan makan pagi dengan sarapan nasi,tujuan seseorang menjaga waktu makan ialah untuk memperoleh energi yang berguna untuk pertumbuhan, mengganti sel tubuh yang rusak, mengatur metabolisme tubuh serta meningkatkan daya tahan tubuh dari serangan penyakit. Berdasarkan ulasan diatas, peneliti berasumsi bahwa pola makan bukan merupakan faktor tunggal yang dapat menyebabkan terjadinya kekambuhan gastritis gastritis yang ada di wilayah kerja puskesmas muara bangkahulu kota Bengkulu tahun 2024 akan tetapi pola makan saling berhubungan dengan faktor penyebab kekambuhan gastritis lain pada rentangwaktu yang lama sehingga timbulah penyakit gastritis pada diriseseseorang. Belum terlaksananya pola makan yang baik namun frekuensi makan responden yang baik, pada beberapa responden bisa dikaitkan dengan factor sehari-hari yang dialami oleh responden sehingga menyebabkan responden kurang memperhatikan pola makannya, disisi lain juga ada factor budaya, agama, serta ekonomi dan status kesehatan yang nantinya dapat menurunkan nafsu makan responden.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa :

1. Hampir sebagian dariresponden (48.5%) mengalami Tingkat stress berat
2. Sebagian besar responden (53.0%) mengalami pola makan tidak baik
3. Hampir sebagian responden(33.3%) mengalami kekambuhan gastritis
4. Ada Hubungan tingkat stress dengan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024diperoleh nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$
5. Tidak Ada Hubungan pola makan dengan kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Tahun 2024 diperoleh nilai $p=0.489 > \alpha=0,05$

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka penelitian memberikan saran kepada :

1. Praktis
 - a. Bagi Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
Hasil Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi dinas Kesehatan kota Bengkulu digunakan sebagai gambaran dan masukan dalam peningkatan penyelenggaraan promosi Kesehatan dalam kebijakan tentang pencegahan dan penanggulangan masalah penyakit gastritis
 - b. Bagi Puskesmas
Diharapkan bagi petugas Kesehatan terutama di Puskemas Muara Bangkahulu Kota Bengkulu Kota Bengkulu Tahun 2024 dapat memberikan penyuluhan terutama mengenai factor yang berhubungan dengan gastritis dan cara menurunkan stress dan pola makan yang baik. Kepada peneliti lain kiranya dapat mengembangkan penelitian dengan menghubungkan dengan factor lain dari kekambuhan gastritis misalnya : Jenis Kelamin, usia, dan lain -lain serta waktu dan tempat serta sampel yang berbeda.
 - c. Bagi Masyarakat
Hasil penelitian ini diharapkan kepada masyarakat khususnya penderita gastritis agar menerapkan pola makan dengan frekuensi yang teratur baik pagi, siang maupun malam. Responden juga perlu memilih jenis makanan yang sehat serta mengurangi makanan pedas dan asam. Selain itu responden perlu mengurangi stress berlebihan ataumengelolastresdengantepat agar terhindaridaripenyakit gastritis. Kepada pihak Puskesmas agar dapat memberikan informasi kesehatan pada pasien saat berkunjung, memasang poster di Puskesmas dan melakukan



penyuluhan dalam masyarakat tentang pentingnya pola makan yang teratur dalam pencegahan penyakit gastritis. Selain itu, diharapkan agar dapat memberikan informasi mengenai cara mengatasi stres

2. Teoritis

a. Bagi Akademik

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi akademik dan dunia Pendidikan, serta dapat menjadi salah satu bahan informasi dan referensi dalam memahami hubungan Tingkat stress dan pola makan dengan kekambuhan gastritis .

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambahkan pengetahuan dan wawasan peneliti tentang ada hubungan Tingkat stress dengan kekambuhan gastritis dan tidak ada hubungan pola makan dengan kekambuhan gastritis, sekaligus sebagai bahan masukan atas sumber data penelitian selanjutnya dan mendorong pihak yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut lagi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya perlu dilakukan pengujian kembali mengenai pola makan dengan kuesioner pola makan untuk membuktikan bahwa pola makan berhubungan dengan kekambuhan gastritis dan dapat menemukan faktor lain yang dapat menyebabkan kekambuhan gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- A SuyatniMusrah, R. H. (2021). Hubungan Frekuensi Makan, Konsumsi Kopi dan Stres Terhadap Gejala Gastritis di Wilayah Krja RT. 21 Kelurahan Sungai Kapih Kecamatan Sambutan Kota Samarinda Tahun 2021. 85–94.
- Amin, N. L., Fajrini, F., Romdhona, N., Dihartawan, D., & Bashir, M. Al. (2023). Pengaruh Tingkat Stres terhadap Kejadian Kekambuhan Gastritis pada Anak Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(05), 402–407. <https://doi.org/10.33221/jikm.v12i05.2299>
- Apriyani, L., Woro, M. L., Puspitasari, I., Bani Saleh, Sti., & Barat, J. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 1, Issue 1).
- Aulia, L., Program, P., Gizi, S., Ilmu, J., Masyarakat, K., & Keolahragaan, I. (2023). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Dengan Tingkat Kekambuhan Gastritis Pada Pasca Masa Pandemi. (Studi Di Mahasiswi Universitas Negeri Semarang). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/nutrizione/>
- Ayu Citra Mayasari, S. Pd., M. K. Dr. Hasdianah., H. Rohan., M. S. Dr. S. Siyoto., M. K. Muh. Z. A. R. S. KM., M. K. (2021). Metode Penelitian Keperawatan Dan Statik (Media Nusa Creative (MNC Publishing) & S. Pd., M. K. Dr. Hasdianah., H. Rohan., M. S. Dr. S. Siyoto., M. K., Muh. Z. A. R. S. KM., M. K. Pengarang: Ayu Citra Mayasari, Eds.). Terbitan Pertama: 23 November 2021.
- 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. <https://doi.org/10.53801/jipki.v2i3.73>
- Chanif Kurnia Sari, A. D. W. (2019). Pengetahuan dan Pola Makan Untuk Pencegahan Gastritis 2019. *Dinkes Kota Bengkulu (2021 & 2022)*. Pemerintahan Kota Bengkulu Renacna Strategi Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Dinkes Provinsi Bengkulu (2022). Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu.
- dr. Endang L.; dr. V.A. Puspawati. (2018). Penyakit Maag dan Gangguan Pencernaan (Edisi pertama).
- Dwisari Dillasamola. (2019). Patofisiologi Manusia (Nia Duniawati, Ed.; Oktober 2023).
- Francisko, L., Ilmu Kesehatan Universitas Dehasen Bengkulu, F., & Author, C. Faktor Resiko Kejadian Gastritis Kronis Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2023. In *Student Health Science Journal*.
- Ilham, M. I., Haniarti, U. (, Program, S., Kesehatan, M., Fakultas, I., Kesehatan, U., & Muhammadiyah, P. (2019). Hubungan Pola Makan Konsumsi Kopi Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Muhammadiyah Parepare. In *Januari* (Vol. 1, Issue 1). <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes>
- Irwan. (2016). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular* (Dr. Irwan SKM.M.Kes · 2016, Ed.; 12 April 2016). 2016.
- Jurnal, P. : Masyarakat, K., Angelica, Y., & Siagian, E. (2022). 43 | Page Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia Relationship Between Diet with Gastritis in Nursing Students in Adventist Indonesia University. *Original Articles*, 12.

- Kintan Aulia Amanda¹, A. I. F. S. W. A. N. A. N. A. R. A. S. N. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaladun.
- Laode Swardin · 2022. (2022). Kupas tuntas seputar gastritis (Rena Cipta Mandiri, Ed.). 15 Juni 2022.
- Leni jusup. (2019). Fit For Life Masakan Sehat Dan Lezat Untuk Penderita Gastritis (Tukak Lambung/Maag); Kiat Agar Lambung Anda Tidak Lagi Mual, Kembung, Dan Nyeri.
- Lilik Erna Yani. (2022). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat . 3. No. 2, September, 121.
- Muhammad Miftahussurur, M. Kes. , Sp. P.-KGEH. , Ph. D. dr. Y. A. A. R. Sp. P. Dr. R. I. S. Pi. , M. S. · 2021. (2021). Buku Ajar Aspek Klinis Gastritis.
- Myrsanila Winny Redita Putri¹, V. E. K. R. H. (2021). Hubungan Stres Dengan Kekambuhan Gastritis Pada Siswa -Siswi Kelas XII Di SMAN I Cepu.
- Notoatmodjo. (2022). Metode Accidental Sampling. <https://deepublishstore.com/blog/metode-accidental-sampling/>
- Novalista, Y., & Anggriani Harahap, D. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis pada Masyarakat di UPT Puskesmas Kampa Relationship of Stress Level with Gastritis Incidence in the Community at UPT Puskesmas Kampa. <https://doi.org/10.31004/emj.v2i3.10350>
- Nur Afida, U., Triana Nugraheni, W., Tri Ningsih, W., Studi, P. D., & Tuban Poltekkes Kemenkes Surabaya, K. (n.d.-b). Volume 2 Nomor 8 Agustus 2023 Tingkat Stres Dan Kekambuhan Gastritis Pada Penderita Gastritis Di Desa Tlogowaru Wilayah Kerja Puskesmas Temandang. <https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp>
- Putri Anggraeni, Ari Tjahyadi Rafiuddin, & Andi Mauliyana. (2022). Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Terjadinya Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Healthy Mandala Waluya*, 1(3), 220–229. <https://doi.org/10.54883/jhmw.v1i3.129>
- Rahima, P., Irawan, E., Ningrum, T. P., Tania, M., & Hayati, S. (2023). Gambaran Pola Makan Pada Pasien Gastritis. *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(2). <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- Riskesdas (2018). Riskesdas Indonesia . Retrieved February 15, 2024, from <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
- Rita Ramayulis 2019. (2019). DIET Untuk Penyakit Komplikasi (D. M. Kes. 2018 Rita Ramayulis, Ed.).
- Sartika, I., Rositasari, S., & Bintoro, W. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Di Puskesmas Pajang Surakarta.
- Slamet Riyanto, S. T. , M. M. , A. R. P. S. Kom. , M. M. S. I. · 2022. (2022). Metode Riset Penelitian Kesehatan & Sains: Vol. Hal 14-253 (Deepublish, Ed.).
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian . <http://repository.stei.ac.id/2117/3/BAB%203.pdf>
- Suwignjo, P., Darmayanti, R., & Iklima, N. (2023a). Gambaran Stres Gastritis. *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(2).
- Suwignjo, P., Darmayanti, R., & Iklima, N. (2023b). Gambaran Stres Gastritis. *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(2).
- Syahfitri, R. I., Ayu, D., Zahroh, S., Sinaga, H., Tanjung, H. Y., Fidorova, Y., & Rahmadhona Tumanggor, S. (2023). El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat Analisis Pengaruh Pola Makan terhadap Gastritis Menggunakan Metode PRISMA. <https://doi.org/10.47467/elmujtama.v4i2.3391>
- Tiranda, Y., & Astuti Cahya Ningrum, W. (2021). Faktor Penyebab Kejadian Gastritis Di Indonesia. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 1, Issue 2).
- who (2022). World Health Organization. Retrieved May 20, 2022, from <https://www.who.int/news/item/20-05-2022-world-health-statistics-2022>
- Winardini & Damaring Tyas Wulandari. (2018). *Ensiklopedia Tubuh Manusia*. (Betty & Winny Rachmayanti, Ed.; Edisi Kedu).
- Yeni Ernawati, D. K. sari,. (2021). Gambaran Kebiasaan Merokok dan Pola Makan Penderita Gastritis di wilayah kerja Puskesmas Manahan Kota Surakarta Tahun 2021.
- Yusuf Abdul Azis. (2022, December 2). 8 Etika Keperawatan: Prinsip dan Tujuan [Update 2023]. 2 Desember 2022. <https://deepublishstore.com/blog/etika-keperawatan/>