



Hubungan Antara Pola Makan yang Benar dengan Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Satu di Universitas Advent Indonesia Bandung

Jeremia Jonathan Tambunan¹, Lyna Hutapea^{1*}

¹ Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia Bandung, Indonesia

*Corresponding author email: lynhutapea@gmail.com

Article Info

Article history:

Received March 15, 2024
Approved May 09 2024

Keywords:

Gastritis, Diet, Nursing

ABSTRACT

One of the diseases caused by poor diet is gastritis. Gastritis is an inflammation of the gastric mucosa which is characterized by a full stomach, pain in the pit of the stomach, nausea and vomiting. This study aims to determine the relationship between proper diet and gastritis in first-level nursing students at Bandung Adventist University. The research design used is cross sectional. Subjects who participated in this study were 63 samples selected by technique simple random sampling. The research instrument was a questionnaire to obtain data on eating patterns and the incidence of gastritis. The results of this study were that the majority of respondents had unhealthy eating patterns as many as 35 people (55.6%) and healthy eating patterns as many as 28 people (44.44%). Based on the incidence of gastritis, the majority of respondents suffering from gastritis were 60 people (95.2%) and respondents who did not suffer from gastritis were 3 people (4.8%). for analysis Chi-square obtained a value of $P = 0.116$ which means $P > \alpha (0.05)$. The conclusion of this study is that there is no relationship between proper diet and the incidence of gastritis in level 1 nursing students at the Adventist University of Indonesia.

ABSTRAK

Salah satu penyakit yang disebabkan oleh karena pola makan yang buruk adalah gastritis. Gastritis adalah terjadinya suatu peradangan pada mukosa lambung yang ditandai dengan adanya perut begah, nyeri pada ulu hati, mual serta muntah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan yang benar dengan gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 Universitas Advent Bandung. Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Subjek yang ikutserta dalam penelitian ini sebanyak 63 sampel yang dipilih dengan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner untuk mendapatkan data pola makan dan kejadian gastritis. Hasil penelitian ini adalah mayoritas responden memiliki pola makan yang tidak sehat sebanyak 35 orang (55,6%) dan pola makan sehat sebanyak 28 orang (44,44%). Berdasarkan kejadian gastritis, mayoritas responden menderita gastritis sebanyak 60 orang (95,2%) dan responden yang tidak menderita gastritis sebanyak 3 orang (4,8%). Untuk analisis Chi-

square didapatkan nilai $P=0,116$ yang berarti $P > \alpha (0,05)$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada hubungan antara pola makan yang benar dengan kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 Universitas Advent Indonesia.

Copyright © 2024, The Author(s).
This is an open access article under the CC-BY-SA license



How to cite: Tambunan, J. J., & Hutapea, L. (2024). Hubungan Antara Pola Makan Yang Benar Dengan Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Satu Di Universitas Advent Indonesia Bandung. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 5(2), 959–966. <https://doi.org/10.55681/jige.v5i2.2679>

PENDAHULUAN

Pola makan merupakan suatu usaha yang dilakukan dengan mengatur jumlah dan jenis makanan untuk mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah serta membantu kesembuhan penyakit. Pola makan tersusun dari jenis, frekuensi, jadwal serta porsi makan. Pola makan yang buruk dapat meningkatkan produksi asam lambung (Yuliarsih, 2022). Salah satu penyakit tidak menular yang disebabkan pola makan yang buruk adalah gastritis atau sering dikenal maag (Khoirunnisa & Saparwati, 2020).

Gastritis atau Maag adalah suatu kondisi dimana terdapat peradangan pada dinding lambung yang bersifat akut maupun kronik dengan gejalanya diantaranya adalah anoreksia (nafsu makan menurun), perut terasa penuh atau begah, nyeri pada epigastrium, mual bahkan muntah (Marbun & Manalu, 2023). Pada gastritis akut merupakan peradangan pada lambung yang terjadi secara tiba-tiba dan berlangsung selama satu atau dua hari sedangkan pada gastritis kronis terjadi peradangan pada mukosa lambung secara bertahap dan berlangsung selama satu bulan lebih bahkan tahun (Angelica & Siagian, 2022).

Menurut World Health Organization dalam Angelica & Siagian, (2022) menjelaskan bahwa angka kejadian gastritis di Asia Tenggara terdapat 35% dari 583.635 kasus yang ada. Di Indonesia angka kasus gastritis mencapai 40,8% dengan prevalensi 274.396 kasus yang ada. Di Jawa Barat khususnya Kota Bandung sebanyak 32,5% dengan kasus gastritis (Putra & Wardani, 2023). Ada beberapa penyebab yang membuat terjadinya gastritis diantaranya pola makan, stress, alkohol, obat-obatan, merokok, terapi radiasi, serta bakteri *H.Pylory* (Yuliarsih, 2022). Gastritis ini cenderung menyerang pada usia remaja sampai dewasa yang memiliki kebiasaan makan yang buruk (Hastari et al., 2023).

Penelitian mengenai hubungan pola makan dengan kejadian gastritis telah dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Sitompul & Wulandari, (2021) mengikutsertakan mahasiswa profesi ners yang dimana jadwal praktik pasca sarjana ini full dilakukan di rumah sakit yang dimana akan terjadinya peningkatan kejadian gastritis. Hasil penelitiannya menjelaskan dari 91 responden, terdapat 74 responden perempuan dan 17 responden laki-laki. 73 responden (80,2%) mengalami gastritis. Tingkat kecemasan responden di dominasi dengan tingkat kecemasan sangat parah yaitu 34,2%. Terdapat 50 responden (54,9%) yang mempunyai pola makan kurang baik dan 41 responden (45,1%) yang mempunyai pola makan baik. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis dan variabel pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa profesi ners.

Didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh Angelica & Siagian, (2022) dengan hasil penelitian menyatakan ada hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Universitas Advent Indonesia. Di dapatkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$; nilai alpha 0,05 atau taraf kepercayaan 5%. dengan nilai Nilai Coefficient Contingency yaitu 0,271 yang berarti kekuatan hubungan antara variabel berada pada tingkat lemah dengan hubungan yang searah. Selain itu Zebua & Wulandari, (2023) dalam penelitiannya yang mengikutsertakan mahasiswa keperawatan yang sedang menjalani sistem blok yang dimana mengikutsertakan 48 mahasiswa diantaranya 40 perempuan dan 8 laki laki, yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan tingkat pengetahuan dengan resiko gastritis dimana mayoritas mahasiswa perempuan yang mengalami gastritis. Tingkat pengetahuan yang kurang dapat memicu munculnya gastritis dengan mempengaruhi pola makan mahasiswa.

Padatnya jadwal perkuliahan pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 merupakan suatu penyebab risiko gastritis pada mahasiswa keperawatan. Dengan sistem pembelajaran baik secara teori maupun praktik klinis membuat situasi menjadi sangat sibuk membuat mahasiswa keperawatan lupa waktu untuk makan sehingga lebih memilih makan cepat saji seperti mie instan yang menyebabkan pola makan yang buruk (Zebua & Wulandari, 2023).

Menurut Putra & Wardani, (2023) upaya penanganan yang dapat dilakukan adalah melakukan peningkatan kesadaran mahasiswa keperawatan tentang faktor-faktor yang menyebabkan penyakit gastritis, misalnya makan-makanan yang pedas atau asam, stres, konsumsi alkohol atau kopi serta kebiasaan merokok. Selain itu anjurkan untuk konsumsi makanan yang kaya serat seperti sayur dan buah, makan porsi kecil namun sering, konsumsi air putih yang dapat menetralkan asam lambung.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 di Universitas Advent Indonesia.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya. Penelitian ini dilakukan di Universitas Advent Indonesia Bandung. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan sampel adalah teknik simple random sampling dengan alat ukur yang digunakan berupa kuesioner online mengenai pola makan dengan kejadian gastritis. Yang menjadi kriteria inklusi dari penelitian ini adalah Mahasiswa Keperawatan Tingkat 1 Universitas Advent Indonesia Tahun Ajaran 2022/2023 dengan jumlah sampel yang ditentukan dengan rumus slovin dan ikut serta sebanyak 63 mahasiswa. Kuesioner yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Responden akan diminta mengisi informed consent terlebih dahulu, setelah mendapat persetujuan responden akan diminta untuk mengisi kuesioner secara online. Sebelum pelaksanaan penelitian, peneliti telah mendapatkan surat layak etik dari KEPK FIK UNAI dengan nomor surat 324/KEPK-FIK.UNAI/EC/VII/23. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat yang digunakan untuk menggambarkan karakteristik setiap variabel penelitian dan analisis bivariat untuk mengetahui hubungan dua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian akan dijelaskan dengan tabel sub bab ini, mencakup data demografi responden, distribusi pola makan dan kejadian gastritis, hubungan antar pola makan dan gastritis.

Tabel 1. Data Demografi Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Kategori	Frekuensi	Presentasi
1	Laki-laki	32	50,8%
2	Perempuan	31	49,2%
TOTAL		63	100%

Tabel 1 menjelaskan bahwa sebanyak 63 responden yang ikutserta dalam penelitian ini sebagian besar mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 32 orang (50,8%), lalu perempuan sebanyak 31 orang (49,2%).

Tabel 2. Data Demografi Berdasarkan Usia

No.	Kategori	Frekuensi	Presentasi
1	18 Tahun	9	14,3%
2	19 Tahun	37	58,7%
3	20 Tahun	15	23,8%
4	21 Tahun	2	3,2%
TOTAL		63	100%

Tabel 2 menjelaskan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas pada responden dengan usia 19 tahun sebanyak 37 orang (58,7%), lalu usia 20 tahun sebanyak 15 orang (23,8%), diikuti oleh usia 18 tahun sebanyak 9 orang (14,3%), dan usia 21 tahun sebanyak 2 orang (3,2%).

Tabel 3. Data Pola Makan

No.	Kategori	Frekuensi	Presentasi
1	Baik	28	44,44%
2	Tidak Baik	35	55,56%
TOTAL		63	100%

Tabel 3 menjelaskan bahwa karakteristik responden dengan pola makan tidak baik sebanyak 35 orang (55,56%) dibanding dengan responden yang memiliki pola makan baik sebanyak 28 orang (44,44%).

Tabel 4. Data Kejadian Gastritis

No.	Kategori	Frekuensi	Presentasi
1	Gastritis	60	95,2%
2	Tidak Gastritis	3	4,8%
TOTAL		63	100%

Tabel 4 menjelaskan bahwa sebagian besar responden sebanyak 60 orang (95,2%) mengalami gastritis dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami gastritis sebanyak 3 orang (4,8%).

Tabel 5. Hubungan Antara Pola Makan dan Kejadian Gastritis

Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total	
	Gastritis		Tidak Gastritis		F	%
	F	%	F	%	F	%
Baik	28	44,4%	0	0%	28	44,4%
Tidak Baik	32	50,8%	3	4,8%	35	55,6%
TOTAL	60		3		63	100%

Uji Statistik Chi-Square $p=0,116 > \alpha=0,05$

Tabel 5 menunjukkan bahwa responden yang melakukan responden yang memiliki pola makan baik dan kejadian gastritis sebanyak 28 orang (44,44%) dan responden yang memiliki pola makan tidak baik berjumlah 35 orang (55,6%) dengan 32 orang (50,8%) menderita gastritis serta 3 orang (4,8%) yang tidak menderita gastritis. Analisis data yang dilakukan menggunakan uji statistic Chi-Square diperoleh angka signifikan 0,116 diatas standar signifikan 0,05, maka H0 diterima dan H1 ditolak yang artinya tidak ada hubungan antara pola makan yang benar dengan kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 di Universitas Advent Indonesia.

Pola makan merupakan suatu usaha yang dilakukan dalam mengatur jumlah, jenis, dan frekuensi makanan yang akan dikonsumsi oleh individu (Liliandriani et al., 2021). Menurut Irianty et al., (2020) menjelaskan bahwa pola makan ialah suatu cara seseorang untuk memilih, menggunakan bahan makanan dalam konsumsi pangan setiap hari yang meliputi frekuensi makan, porsi makan, dan jenis makan yang berdasarkan faktor-faktor sosial, budaya dimana mereka. Pola makan meliputi pola makan baik dan juga pola makan tidak baik atau buruk. Berdasarkan hasil penelitian ini pada tabel 3 dijelaskan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan tidak baik sebanyak 35 orang (55,6%) dan pola makan sehat sebanyak 28 orang (44,44%).

Salah satu penyakit yang disebabkan karena pola makan yang tidak sehat yaitu Gastritis. Asep Barkah & Indah Agustiyani, (2021) menjelaskan bahwa secara alami lambung manusia akan terus memproduksi asam lambung setiap waktu dengan jumlah yang kecil sekitar 4-6 jam saat sesudah makan. Saat makanan yang masuk akan banyak diserap oleh glukosa darah untuk memberikan tenaga kepada tubuh seseorang, sehingga tubuh akan merasakan lapar dan saat itu juga produksi asam lambung akan terstimulasi. Apabila seseorang telat untuk makan, maka asam lambung yang diproduksi juga semakin banyak dan berlebihan sehingga mengiritasi mukosa lambung yang memberikan tanda nyeri pada epigastrium yang disertai dengan rasa mual dan muntah.

Pola makan yang baik terdiri atas 3 komponen yang baik diantaranya adalah 1) jenis makanan yang baik yang dimana harus variatif dan kaya nutrisi yaitu karbohidrat, protein, vitamin, lemak, dan mineral, 2) jumlah porsi makan yang cukup, 3) frekuensi makan yang teratur (Apriyani et al., 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam Tiranda et al., (2021) menjelaskan bahwa setiap hari tubuh membutuhkan asupan protein nabati dan hewani 2-3 porsi, makanan pokok 3-8 porsi, sayuran 3-5 porsi, buah 3-5 porsi dan minum air mineral minimal 8 gelas serta konsumsi lemak per orang per hari yaitu 65 gr (5 sendok makan minyak).

Penelitian ini sejalan dengan Diliyana & Utami, (2020) dalam penelitiannya yang dimana mayoritas responden memiliki kebiasaan atau pola makan yang buruk. Mengingat bahwa responden yang ikut serta dalam penelitian ini merupakan mahasiswa keperawatan tingkat 1, yang dimana berada pada masa adaptasi menjadi mahasiswa dengan jadwal yang padat baik di kelas ataupun di laboratorium yang membuat mahasiswa ini mengabaikan pola makan yang baik seperti makan tidak tepat waktu, makan-makan yang sehat dan porsinya yang terlalu sedikit.

Hasil penelitian ini pada tabel 4 mengenai kejadian gastritis didapatkan bahwa mayoritas responden menderita gastritis sebanyak 60 orang (95,2%) dan responden yang tidak menderita gastritis sebanyak 3 orang (4,8%). Gastritis merupakan peradangan yang terjadi pada mukosa lambung bisa bersifat akut maupun kronik yang dimana tanda dan gejala yang dialami adalah anoreksia, perut begah, nyeri pada ulu hati, mual, dan muntah (Pondaa et al., 2019). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purbaningsih, 2020) yang menjelaskan bahwa terdapat faktor-faktor yang menyebabkan gastritis. Tiranda et al., (2021) memaparkan dalam

penelitiannya bahwa ada beberapa faktor penyebab gastritis diantaranya adalah jenis makanan, frekuensi makan dan porsi makan, stres, konsumsi kopi, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, jenis kelamin dan usia.

Kebiasaan sering mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan produksi asam lambung, seperti makan yang tinggi lemak jenuh seperti santan, makanan pedas, makanan asam, makanan olahan atau makanan instan, makanan atau minuman yang bergas atau bersoda (Irianty et al., 2020). Jadwal makan yang tidak teratur, terlambat makan atau menunda waktu makan bahkan tidak makan sehingga membuat perut mengalami kekosongan dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan risiko terjadinya gastritis (Asep Barkah & Indah Agustiyani, 2021). Porsi makan yang kurang dari kebutuhan tubuh seperti diet yang ketat untuk menjaga berat badan tetap ideal agar penampilan tetap terjaga, dapat meningkatkan asam lambung yang akan mengiritasi dinding mukosa lambung sehingga timbul gastritis (Nurus et al., 2019).

Kusnadi & Yundari, (2020) menjelaskan bahwa stress yang berkepanjangan mengakibatkan peningkatan produksi asam lambung. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stress, seperti beban kerja yang berlebihan, cemas, takut, atau diburu-buru. Tiranda et al., (2021) menjelaskan bahwa konsumsi alkohol dapat merusak selaput lendir lambung sehingga menimbulkan peradangan dan perdarahan pada lambung. Muhammad Ishak Ilham et al., (2019) menjelaskan bahwa kopi mengandung zat kafein yang dapat mempercepat proses terbentuknya asam lambung. Hal ini membuat produksi gas dalam lambung berlebih sehingga sering mengeluhkan sensasi kembung di perut.

Manurung et al., (2022) menjelaskan bahwa kebiasaan merokok seseorang dapat menambah sekresi asam lambung yang mengakibatkan perokok menderita lambung (gastritis) sampai tukak lambung. Menurut Tiranda et al., (2021) memaparkan dalam penelitiannya dibandingkan laki-laki, perempuan lebih mudah menderita gastritis. Ini disebabkan karena tingkat kejadian stress pada perempuan cenderung lebih tinggi dibanding pada laki-laki serta usia muda atau remaja yang sedang memiliki semangat belajar dan bekerja yang membuat pola makan yang tidak baik, adanya keinginan untuk dapat diterima oleh teman sebaya, dan mulai tertarik pada lawan jenis yang menyebabkan penampilan, pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan.

Hasil penelitian pada tabel 5 menjelaskan bahwa analisis data yang dilakukan menggunakan uji statistik Chi-Square diperoleh P value 0,116 yang berarti $P > \alpha$ (0,05), sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara pola makan yang benar dengan kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 di Universitas Advent Indonesia. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlina et al., (2023) dengan judul penelitian Pola Makan Dan Gastritis Pada Remaja Santriwati Di Madrasah Al-Huffadz II yang dimana p value = 0,046 < 0,05 yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan gastritis pada remaja santriwati di pondok. Namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Firdausy et al., (2022) yang menunjukkan tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun.

Peneliti berasumsi bahwa pola makan bukan faktor tunggal yang menyebabkan gastritis akan tetapi pola makan saling berhubungan dengan faktor predisposisi yang juga dapat menyebabkan terjadinya gastritis yang dipengaruhi oleh rentang waktu yang lama, serta adanya faktor budaya, agama, ekonomi, serta status kesehatan yang berpengaruh pada pola makan yang dapat merujuk pada gastritis.

Melalui pengalaman peneliti selama penelitian dilakukan, peneliti menyadari bahwa terdapat keterbatasan yang dimiliki yang boleh menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya. Pada penelitian ini tidak melihat secara spesifik mengenai pengetahuan dan perilaku pencegahan Covid-19. Ini dikarenakan adanya keterbatasan peneliti dalam situasi pandemic Covid-19.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah mayoritas responden memiliki pola makan yang tidak sehat sebanyak 35 orang (55,6%) dan pola makan sehat sebanyak 28 orang (44,44%). Berdasarkan kejadian gastritis, mayoritas responden menderita gastritis sebanyak 60 orang (95,2%) dan responden yang tidak menderita gastritis sebanyak 3 orang (4,8%). Untuk analisis Chi-square didapatkan nilai $P=0,116$ yang berarti $P > \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pola makan yang benar dengan kejadian gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat 1 Universitas Advent Indonesia.

Untuk penelitian selanjutnya perlu dilakukan penelitian kembali mengenai pola makan dengan faktor predisposisi yang lain melalui kuesioner seperti Food Recall 24, Dietary History, atau Food Frequency Questionnaire yang dapat membuktikan bahwa pola makan berhubungan dengan kejadian gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Apriyani, L., L, M. W., & Puspitasari, I. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.986>
- Asep Barkah, & Indah Agustiyani. (2021). Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. *Jurnal Antara Keperawatan*, 4(1), 52–58. <https://doi.org/10.37063/antaraperawat.v4i1.462>
- Diliyana, Y. F., & Utami, Y. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), 19–24.
- Firdausy, A. I., Amanda, K. A., Alfaeni, S. W., Amalia, N., Rahmani, N. A., & Nasution, A. S. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 3(2), 75. <https://doi.org/10.30829/contagion.v3i2.9627>
- Hastari, N. K., Putri, T. H., & Fujiana, F. (2023). Hubungan Antara Ansietas Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(1), 215–224.
- Herlina, L., Sutarna, A., Kristanti, I., & Hananah. (2023). Pola Makan Dan Gastritis Pada Remaja Santriwati Di Madrasah Al-Huffadz Ii. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 378–368.
- Irianty, H., Hayati, R., & Suryanto, D. (2020). Kejadian Gastritis Berdasarkan Aspek Promosi Kesehatan Dan Pola Makan. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 3(3), 251–258. <https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.343>

- Khoirunnisa, I., & Saporwati, M. (2020). The Food Patterns in People With Gastritis at Puskesmas Gunung Pati Working Area Semarang. *JGK*, 12(1).
- Kusnadi, E., & Yundari, D. T. (2020). Hubungan Stress Psikologis Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Cisurupan. *Jurnal Medika Cendikia*, 7(1), 1–7.
- Liliandriani, A., Abidin, U. W., & Inrawati, I. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Al Asyariah Mandar. *Journal Peguruan: Conference Series*, 3(2), 789. <https://doi.org/10.35329/jp.v3i2.2545>
- Manurung, S., Mustikowati, T., & Rozali, R. (2022). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Salah Satu Prodi Di Universitas Binawan. *Jurnal Kesehatan Bhakti Husada*, 8(1), 31–41.
- Marbun, D. S. H., & Manalu, N. V. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat II. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 855–860. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1620>
- Muhammad Ishak Ilham, Haniarti, & Usman. (2019). Hubungan Pola Konsumsi Kopi Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Muhammadiyah Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 2(3), 433–446. <https://doi.org/10.31850/makes.v2i3.189>
- Nurus, S., Muhammad, K., & Nur, A. (2019). Hubungan Frekuensi Makan Dengan Kejadian Gastritis Santriwati Pondok Pesantren Nurul Madinah Bangil Pasuruan. *Sport and Nutrition Journal*, 1(2), 58–62.
- Pondaa, A., Kapojos, M. M., & Abraham, I. S. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Kelas 1 Sma Negeri 1 Melonguane Kabupaten. *Journal Community & Emergency*, 7(2), 233–243.
- Purbaningsih, E. S. (2020). Analisis Faktor Gaya Hidup Yang Berhubungan Dengan Risiko Kejadian Gastritis Berulang. *Syntax Idea*, 2(5), 33–48.
- Putra, P. S., & Wardani, K. (2023). Gambaran Karakteristik Gastritis Kronis Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Haji Medan Pada Tahun 2020. *Jurnal Kedokteran STM*, 4(1).
- 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. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i03.p03>
- Tiranda, Y., Ningrum, W. A. C., & Suwindiri. (2021). Faktor Penyebab Kejadian Gastritis Di Indonesia : Literature Review Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(November), 209–223.
- Yuliarsih, E. (2022). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Usia 17-25 Tahun*. Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan.
- Zebua, E., & Wulandari, I. S. M. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Terhadap Resiko Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Univeristas Advent Indonesia Yang Menjalani Sistem Blok. *Jurnal Ners*, 7(1), 158–162.