



The Relationship between Local Wisdom-Based Diet and Gastritis Incidence in Berau 5 State Vocational School Students in Segah District

Muhd. Aras^{1*}, Joko Sapto Pramono², Mustaming³
Poltekkes Kaltim

Corresponding Author: Muhd. Aras marssaleh00@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Diet, Local Wisdom, Ulcer

Received : 6, December
Revised : 10, January
Accepted: 14, February

©2023 Aras, Pramono, Mustaming:
This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Gastritis is a social and public health problem in both developed and developing countries, especially in adolescents. They are required to live independently and at this age teenagers often do not eat breakfast or eat too late. So the purpose of this study was to determine the relationship between eating patterns based on local wisdom and the incidence of gastritis in students of SMK Negeri 5 Berau in Segah District. This type of *quantitative* research with analytic study and *cross sectional* design. The population is 187 students who are at SMK Negeri 5 Berau in Segah District. Then the data were analyzed univariately and bivariately with the *Chi Square* test. Diet includes meal times, meal frequency and types of food. There is a relationship between the time and frequency of eating with the incidence of gastritis at SMK Negeri 5 Berau, Segah District. While there is no relationship between the type of food and the incidence of gastritis at SMK Negeri 5 Berau, Segah District

The Relationship between Local Wisdom-Based Diet and Gastritis Incidence in Berau 5 State Vocational School Students in Segah District

Muhd. Aras^{1*}, Joko Sapto Pramono², Mustaming³

Poltekkes Kaltim

Corresponding Author: Muhd. Aras marssaleh00@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Pola Makan, Kearifan Lokal, Gastritis

Received : 6, Desember

Revised : 10, Januari

Accepted: 14, Februari

©2023 Aras, Pramono, Mustaming:
This is an open-access article
distributed under the terms of the
[Creative Commons Atribusi 4.0
Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Gastritis menjadi masalah sosial dan kesehatan masyarakat baik di negara maju maupun berkembang terutama pada usia remaja. Mereka dituntut untuk hidup mandiri dan di usia ini juga remaja sering tidak sarapan pagi juga terlambat makan. Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan berbasis kearifan lokal dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Jenis penelitian *kuantitatif* dengan studi analitik dan desain *cross sectional*. Populasi berjumlah 187 siswa yang berada di SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Kemudian data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*. Pola makan meliputi waktu makan, frekuensi makan dan jenis makanan. Ada hubungan antara waktu dan frekuensi makan dengan kejadian gastritis di SMK Negeri 5 Berau Kecamatan Segah. Sementara tidak ada hubungan antara jenis makanan dengan kejadian gastritis di SMK Negeri 5 Berau Kecamatan Segah

PENDAHULUAN

Gastritis adalah penyakit yang diakibatkan oleh peradangan pada mukosa lambung. Hal ini ditandai dengan nyeri, pembengkakan, dan iritasi pada membran mukosa lambung (Smith et al., 2019; Dávila-Collado et al., 2020). Selain itu, dimanifestasikan oleh tanda dan gejala seperti mual, muntah, nyeri tumpul, rasa tidak nyaman di perut bagian atas, rasa penuh, dan kehilangan nafsu makan (Feyisa & Woldeamanuel, 2021). Gastritis menjadi masalah sosial dan kesehatan masyarakat baik di negara maju maupun berkembang (Dávila-Collado et al., 2020; Gebru, 2018).

Secara global, 50,8% populasi di negara berkembang menderita gastritis (Sjomina et al., 2018; Toscano et al., 2018). Dengan angka yang lebih rendah, 34,7% penduduk di negara maju mengalami gangguan kesehatan akibat gastritis (Sjomina et al., 2018). Secara umum, gastritis lebih tinggi pada pria daripada wanita (Li et al., 2019; Wirth & Yang, 2016). Sebuah penelitian yang dilakukan di Brazil menunjukkan 67,8% wanita dan 32,2% pria menderita gastritis kronis (Ddine et al., 2012). Selanjutnya, di antara pasien yang mengunjungi rumah sakit umum di Brasil, 35,4% orang dewasa di atas 40 tahun, dan 24,7% remaja di bawah 40 tahun menderita gastritis (Sjomina et al., 2018). Sebuah tinjauan sistematis di Kenya, di antara pasien yang mengunjungi institusi perawatan kesehatan, 73,3% anak-anak dan 54,8% orang dewasa didiagnosis secara klinis menderita gastritis. Demikian pula di Uganda, 44,3% anak muda di bawah usia 12 tahun menderita gastritis.

Selanjutnya, di Nigeria, 40,7% anak-anak dengan rentang usia 6-10 tahun menderita gastritis (Smith et al., 2019). Studi lain yang dilakukan di Hawassa *University* menunjukkan bahwa 67,8% siswa laki-laki dan 32,2% siswa perempuan menderita gastritis (Gebru, 2018).

Data dari Kementerian Kesehatan RI, persentase kejadian penyakit gastritis di berbagai daerah cukup tinggi sebesar 40,8%, dengan prevalensi 274,396 kasus dari penduduk 238,452,952 jiwa. Beberapa kota dengan presentasi cukup besar mempunyai penyakit gastritis diantaranya: Surabaya (31,2%), Denpasar (46%) dan Medan (91,6%). Kasus rawat inap di rumah sakit satu dari sepuluh pasien terbanyak merupakan pasien gastritis diseluruh rumah sakit di Indonesia dengan 30.154 kasus (4,9%) (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Riset Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur (RISKESDAS) angka gastritis di Provinsi Kalimantan Timur tahun 2016 masuk ke dalam 10 besar sebanyak 78.979 kasus atau 5,89% (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, 2016). Pada tahun 2017 angka penyakit gastritis masih masuk dalam 10 besar penyakit terbanyak, namun angka penyakit turun menjadi 59.254 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur, 2017). Data Puskesmas Tepian Buah Kecamatan Segah didapatkan gastritis menduduki peringkat ketiga dari 10 (sepuluh) penyakit terbanyak pada tahun 2021.

Beberapa penelitian sebelumnya menemukan faktor-faktor seperti jenis kelamin, usia, status sosial ekonomi, biologis, faktor lingkungan, dan perilaku individu berkontribusi signifikan terhadap gastritis (Agbor et al., 2018; Alberts et al., 2020; Liu et al., 2019). Gastritis merupakan salah satu penyakit yang

banyak terjadi karena faktor gaya hidup. Selain gaya hidup, penyebabnya adalah infeksi, iritasi, dan ketidakteraturan pola makan, terlambat makan, makan dengan porsi berlebihan, makan makanan yang terlalu pedas dan asam, bahkan bisa juga karena obat-obatan tertentu (Anshari & Suprayitno, 2019).

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Barkah et al., 2021). Pola makan yang memicu terjadinya gastritis yaitu frekuensi makan yang tidak teratur dengan porsi makan sedikit, dengan mengkonsumsi makanan dan minuman yang memicu peningkatan asam lambung, selain itu makan yang kurang bervariasi sangat berpengaruh karena makanan yang tidak bervariasi tidak menarik dan dapat menimbulkan kebosanan, kejenuhan sehingga hal ini dapat mempengaruhi selera makan dan cenderung lebih menyukai dan memilih makanan cepat saji (*fast food*) (Sumbara, 2020).

Masalah kesehatan remaja merupakan suatu hal yang semakin menonjol pada saat ini, dimana terdapat kecenderungan peningkatan yang pesat dari penyalahgunaan obat, pergaulan bebas dan perubahan pola makan (Pratiwi, 2013). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Amri (2020), siswa SMK absen tidak masuk sekolah dikarenakan sakit perut yang dideritanya oleh hal ini disebabkan karena kebiasaan pola makan yang kurang baik dan mengkonsumsi makanan yang justru dapat menyebabkan iritasi pada lambung. Penelitian lain yang dilakukan oleh Apriyani *et al.* (2021) juga menunjukkan bahwa pola makan pada remaja masa *new normal* yaitu remaja yang mempunyai pola makan buruk lebih banyak dibandingkan remaja dengan pola makan baik, berdasarkan kejadian gastritis pada remaja masa *new normal* yaitu remaja yang mengalami gastritis lebih banyak dibandingkan remaja yang tidak gastritis.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian, "Hubungan Pola Makan Berbasis kearifan Lokal dengan Kejadian Gastritis pada Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah".

TINJAUAN PUSTAKA

Gastritis

Gastritis adalah suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus, atau lokal. Karakteristik dari peradangan ini antara lain anoreksia, rasa penuh atau tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah (Feyisa & Woldeamanuel, 2021). Peradangan lokal pada mukosa lambung ini akan berkembang bila mekanisme protektif mukosa dipenuhi dengan bakteri atau bahan iritan lainnya (Marlena, 2017).

Pola Makan

Pola makan adalah cara atau perilaku yang ditempuh seseorang atau sekelompok orang dalam memilih, menggunakan bahan makanan dalam kondisi pangan setiap hari yang meliputi frekuensi makan, porsi makan, dan

jenis makanan yang berdasarkan faktor-faktor sosial, budaya dimana mereka hidup (Diatsa, 2016).

Pola makan seimbang adalah suatu cara pengaturan jumlah dan jenis makanan dalam bentuk susunan makan sehari-hari yang mengandung zat gizi yang terdiri dari enam zat yaitu karbohidrat, protein, lemak vitamin, mineral dan air, serta keanekaragaman makanan (Menteri Kesehatan RI, 2014).

METODOLOGI

Jenis penelitian *kuantitatif* dengan studi analitik dan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah sebanyak 364 orang. Besar sampel ditentukan dengan cara *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, jumlah sampel sebanyak 187 siswa menggunakan perhitungan rumus Lameshow (1997). Metode pengumpulan data dilakukan dengan peneliti mengawasi pengambilan data terhadap calon responden dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian di setiap kelas. Selanjutnya, memberikan *informed consent* penelitian, kemudian jika calon responden bersedia menjadi responden, maka calon responden diminta menandatangani lembar persetujuan menjadi responden. Responden diminta untuk mengisi kuesioner pola makan dan kejadian gastritis, dan apabila responden tidak mengisi kuesioner dengan lengkap maka peneliti akan meminta responden untuk melengkapi lembar kuesioner. Data yang telah dikumpulkan dianalisis secara univariat, dan bivariat menggunakan uji *chi square* untuk mengetahui adanya hubungan pola makan berbasis kearifan lokal dengan kejadian gastritis pada siswa.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Agama, dan Suku

Tabel 1.

Karakteristik Responden Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	61	32,6
Perempuan	126	67,4
Usia (Tahun)		
11-14 (Remaja Awal)	1	0,5
15-18 (Remaja Madya)	158	84,5
19-21 (Remaja Akhir)	28	15,0
Agama		
Islam	132	70,6
Kristen Protestan	25	13,4
Katolik	30	16,0

Suku		
Jawa	12	6,4
Timur	23	12,3
Bugis	73	39,0
Makassar	11	5,9
Dayak	36	19,3
Batak	1	0,5
Toraja	3	1,6
Lombok	8	4,3
Luwu	2	1,1
Berau	9	4,8
Banjar	2	1,1
Sunda	4	2,1
Madura	1	0,5
Buton	1	0,5
Bajau	1	0,5
Total	187	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 1 di atas, menunjukkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin hampir seluruhnya adalah perempuan sebanyak 67,4% dan hampir sebagian adalah laki-laki sebanyak 32,6%. Karakteristik responden berdasarkan usia hampir seluruhnya pada kategori 15-18 tahun (remaja madya) sebanyak 84,5% dan sebagian kecil pada kategori 11-14 tahun (remaja awal) sebanyak 0,5%.

Karakteristik responden berdasarkan agama hampir seluruhnya beragama Islam sebanyak 70,6% dan sebagian kecil adalah Kristen Protestan 13,4%. Karakteristik responden berdasarkan suku hampir sebagian adalah Bugis sebanyak 39,0% dan sebagian kecil adalah Batak, Madura, Buton dan Toraja masing-masing 0,5%.

Distribusi Variabel

Distribusi responden berdasarkan jenis makanan

Tabel 2.

Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Makanan Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022

Jenis Makanan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak Berisiko	110	58,8
Berisiko	77	41,2
Total	187	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 2 di atas, didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan jenis makanan yang dikonsumsi siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 sebagian besar adalah baik sebanyak 58,8%, dan hampir sebagian kurang baik sebanyak 41,2%.

Distribusi responden berdasarkan waktu makan

Tabel 3.

Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Makan Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022

Waktu Makan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang Baik	103	55,1
Baik	84	44,9
Total	187	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 3 di atas, didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan waktu makan siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 sebagian besar adalah baik sebanyak 55,1% dan hampir sebagian kurang baik sebanyak 44,9%.

Distribusi responden berdasarkan frekuensi makan

Tabel 4.

Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Makan Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022

Frekuensi Makan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kurang Baik	110	58,8
Baik	77	41,2
Total	187	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 4 di atas, didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan frekuensi makan siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 sebagian besar baik sebanyak 58,8% dan hampir sebagian kurang baik sebanyak 41,2%.

Distribusi responden berdasarkan kejadian gastritis

Tabel 5.

Distribusi Responden Berdasarkan Keluhan Gastritis Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022

Kejadian Gastritis	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak ada	108	57,8
Ada	79	42,2
Total	187	100

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 5 di atas, didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan keluhan gastritis siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 sebagian besar tidak ada keluhan gastritis sebanyak 57,8% dan hampir sebagian ada keluhan gastritis sebanyak 42,2%.

Analisa Bivariat

Hubungan pola makan berbasis kearifan lokal dengan kejadian gastritis

Analisis bivariat dilakukan dengan membuat tabel silang antara variabel independen dan dependen, untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan

pola makan berbasis kearifan lokal dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah.

Analisis untuk mencari hubungan antara variabel independen dan dependen dengan menggunakan uji *chi-square*. Taraf signifikansi yang digunakan adalah 95%, dan nilai kemaknaan yang dipilih, dengan kriteria yaitu: jika *p value* > 0,05 maka H_0 diterima, jika *p value* < 0,05 maka H_0 ditolak (Notoatmodjo, 2015).

Tabel 6.

Hubungan Pola Makan Berbasis kearifan Lokal dengan Kejadian Gastritis pada Siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022

Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		P <i>value</i>	OR (95% CI)
	Tidak Ada		Ada		n	%		
	n	%	n	%				
Frekuensi Makan								
Baik	77	70,0	33	30,0	110	100,0	0,001	3,462 1,879-6,381
Kurang Baik	31	40,3	46	59,7	77	100,0		
Waktu Makan								
Baik	67	65,0	36	35,0	103	100,0	0,025	1,952 1,083-3,518
Kurang Baik	41	48,8	43	51,2	84	100,0		
Jenis Makanan								
Tidak Berisiko	64	58,2	46	41,8	110	100,0	0,887	1,043 0,579-1,881
Berisiko	44	57,1	33	42,9	77	100,0		

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada tabel 6 didapatkan, bahwa frekuensi makan baik dengan tidak ada keluhan gastritis sebanyak 70,0% dan frekuensi makan baik dengan ada keluhan gastritis sebanyak 30,0%. Sementara frekuensi makan kurang baik dengan tidak ada keluhan gastritis sebanyak 40,3% dan frekuensi makan kurang baik dengan ada keluhan gastritis sebanyak 59,7%. Hasil analisis menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai *p value*=0,001 (*p value* < 0,05) yang artinya secara statistik ada hubungan antara variabel frekuensi makan dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Dari hasil analisis didapatkan juga nilai OR sebesar 3,462 yang artinya frekuensi makan kurang baik memiliki risiko 3,462 kali lebih besar menyebabkan ada keluhan gastritis, dibandingkan dengan frekuensi makan baik.

Hasil analisis bivariat pada tabel 6 didapatkan, bahwa waktu makan baik dengan tidak ada keluhan gastritis sebanyak 65,0% dan waktu makan baik dengan ada keluhan gastritis sebanyak 35,0%. Sedangkan waktu makan kurang baik dengan tidak ada keluhan gastritis sebanyak 48,8% dan waktu makan kurang baik dengan ada keluhan gastritis sebanyak 51,2%. Hasil analisis menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai *p value*=0,025 (*p value* < 0,05) yang artinya secara statistik ada hubungan antara variabel waktu makan dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Dari hasil analisis didapatkan juga nilai OR sebesar 1,952 yang artinya waktu makan kurang baik memiliki risiko 1,952 kali lebih besar menyebabkan ada keluhan gastritis, dibandingkan dengan waktu makan baik.

Hasil analisis bivariat pada tabel 6 didapatkan, bahwa jenis makanan tidak berisiko dengan tidak ada keluhan gastritis sebanyak 58,2% dan jenis makanan tidak berisiko dengan keluhan gastritis sebanyak 41,8%. Sedangkan jenis makanan berisiko dengan tidak ada keluhan gastritis sebanyak 57,1% dan jenis makanan berisiko dengan keluhan gastritis sebanyak 42,9%. Hasil analisis menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai *p value*=0,887 (*p value* < 0,05) yang artinya secara statistik ada tidak ada hubungan antara variabel jenis makanan dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Dari hasil analisis didapatkan juga nilai OR sebesar 1,043 yang artinya jenis makanan kurang baik memiliki risiko 1,043 kali lebih besar menyebabkan ada keluhan gastritis, dibandingkan dengan jenis makanan yang baik.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin hampir seluruhnya adalah perempuan sebanyak 67,4% dan hampir sebagian adalah laki-laki sebanyak 32,6%. Di dalam penelitian ini siswa perempuan lebih banyak dari pada siswa laki-laki yaitu 126 responden dari hasil perhitungan sampel pada siswa di SMK Negeri 5 Berau Kecamatan Segah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriyani et al. (2021), diperoleh data penelitian mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 112 responden (67,1%) dan laki-laki yaitu 55 responden (32,9%). Penelitian yang dilakukan oleh Anggita (2012) menyatakan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan dengan masalah gangguan lambung dimana perempuan 3 kali lebih berisiko mengalami gangguan lambung dibandingkan laki-laki. Peneliti berasumsi hal ini dikarenakan laki-laki bisa menahan sakit atau lebih toleran terhadap rasa sakit dan gejala gastritis daripada perempuan. Selain itu siswa perempuan memilih untuk membatasi makan untuk menjaga tubuh agar tetap ideal.

b. Usia

Karakteristik responden berdasarkan usia hampir seluruhnya pada kategori 15-18 tahun (remaja madya) sebanyak 84,5% atau 158 responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriyani et al. (2021), diperoleh data hasil penelitian responden lebih didominasi oleh usia 17 tahun yaitu sebanyak 97 responden (58,1%). Penelitian yang dilakukan oleh Shalahudin (2018), mengemukakan bahwa remaja pada usia tersebut rentan untuk mengalami kejadian gastritis dikarenakan diusia tersebut remaja di tuntun untuk hidup mandiri tidak lagi bergantung pada orangtua baik dalam hal pemilihan makanan dan di usia ini juga remaja sering tidak sarapan pagi juga terlambat makan. Peneliti berasumsi pada usia ini remaja mengalami masa peralihan dimana sebelumnya mereka sangat tergantung pada orangtua tetapi di usia ini mereka mulai belajar untuk hidup mandiri dan bertanggung jawab serta mengatur pola makannya sendiri dari pemilihan makanan, frekuensi makan dan porsi makan. Remaja memasuki usia produktif karena tingkat

aktivitas atau kesibukan yang mulai tinggi serta gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan.

c. Suku

Karakteristik responden berdasarkan suku hampir sebagian adalah Bugis sebanyak 39,0%. Hal ini erat kaitannya dengan menu masakan yang biasa dikonsumsi sehari-hari. Masakan suku Bugis sangat identik dengan cita rasa asam, berlemak dan identik penggunaan cabai. Padmavathi et al. (2013) melaporkan bahwa mengonsumsi makanan pedas secara berlebihan menyebabkan peradangan yang berlebihan, iritasi membran mukosa dan sekresi lambung yang berlebihan dan melukai lapisan mukosa lambung. Mengonsumsi makanan pedas dan asam secara berlebihan dapat mengakibatkan rasa panas dan nyeri di ulu hati yang disertai rasa mual dan muntah. Jenis makanan yang mengiritasi seperti makanan pedas, zat-zat korosif (misalnya: cuka) dapat menyebabkan kerusakan mukosa gaster dan menimbulkan luka pada dinding lambung. Selain itu dapat diasumsikan bahwa mengonsumsi makanan pedas atau asam akan merangsang sistem pencernaan, terutama lambung dan usus (Bajry, 2008). Peneliti berasumsi kebiasaan makan yang sudah membudaya dan berlangsung terus menerus menjadi pencetus kejadian gastritis ditambah waktu makan yang tidak teratur.

d. Pola Makan

Pola makan merupakan suatu gambaran perilaku seseorang yang berhubungan dengan kebiasaan makan yang tidak teratur. Kebiasaan ini meliputi waktu makan, frekuensi makan dan jenis makanan. Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan jenis makanan yang dikonsumsi siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 hampir sebagian berisiko sebanyak 41,2%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Syahputri, 2021), responden lebih banyak mengonsumsi jenis makanan yang dapat meningkatkan asam lambung (55,6%). Mengonsumsi jenis makanan yang dapat meningkatkan asam lambung seperti makanan pedas, makanan asam, makanan berpenyedap, makanan berlemak, makanan digoreng, dan makanan bersantan. Peneliti berasumsi bahwa remaja lebih memilih makan-makanan yang dapat merangsang terjadinya gastritis yaitu makanan atau minuman siap saji (junk food), minuman bersoda, makan-makanan pedas dan asam. Selain itu juga dipengaruhi oleh budaya masing-masing keluarga, dimana banyak suku di Indonesia yang terbiasa makan-makanan dengan cita rasa pedas, asam dan berlemak.

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan waktu makan siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 hampir sebagian kurang baik sebanyak 44,9%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Syahputri (2021), didapatkan bahwa waktu makan yang kurang baik lebih banyak pada responden sebanyak 34,9%. Sumbara dan Ismawati (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan keteraturan pola makan dengan kejadian gastritis yang disebabkan oleh kebiasaan masyarakat yang seringkali mengabaikan kebiasaan makan yang baik atau teratur sesuai waktunya. Peneliti berasumsi bahwa usia remaja adalah masa saat terjadinya perubahan-perubahan cepat, termasuk fundamental dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan pencapaian. Karakteristik

remaja yang dapat menimbulkan masalah pada remaja itu sendiri adalah salah satunya ketidakstabilan emosi. Kebiasaan makan yang buruk seperti tidak makan dengan tepat waktu merupakan suatu bentuk perilaku perubahan mood atau suasana hati yang berubah-ubah pada remaja sehingga untuk melakukan kebiasaan makan yang baik itu menunggu mood nya membaik.

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan frekuensi makan siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 hampir sebagian kurang baik sebanyak 41,2%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahputri (2021), didapatkan bahwa frekuensi makan utama perhari kurang dari 3 kali lebih banyak pada responden sebanyak 37,8%. Frekuensi makan dikatakan baik bila frekuensi makan setiap harinya 3 kali makanan utama atau 2 kali makanan utama dengan 1 kali makanan selingan, dan dinilai kurang bila frekuensi makan setiap harinya 2 kali makan utama atau kurang (Bagas, 2016). Peneliti berasumsi bahwa kebiasaan makan yang kurang dari 3 kali makan/hari menjadi penyebab kejadian gastritis.

e. *Kejadian gastritis*

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan keluhan gastritis siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah Tahun 2022 hampir sebagian ada keluhan gastritis sebanyak 42,2%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriyani et al. (2021), bahwa didapatkan sebanyak 53,3% responden mengalami gastritis. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Syamsu et al. (2017), didapatkan 65,3% responden yang terjadi gastritis. Menurut teori Brunner & Suddarth (2013), penyakit gastritis atau biasa dikenal dengan maag merupakan proses inflamasi pada mukosa dan submukosa lambung yang disebabkan oleh makanan yang dapat mengiritasi lambung. Salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis adalah pola makan yang tidak baik, terlambat makan, kebiasaan merokok, mengonsumsi makanan dan minuman seperti asam, pedas, soda, alkohol dan kafein.

Hubungan pola makan berbasis kearifan lokal dengan kejadian gastritis

Pola makan meliputi waktu makan, frekuensi makan dan jenis makanan. Hasil analisis menggunakan uji chi square diperoleh nilai p value=0,001 (p value < 0,05) yang artinya secara statistik ada hubungan antara variabel frekuensi makan dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Hasil analisis menggunakan uji chi square diperoleh nilai p value=0,025 (p value < 0,05) yang artinya secara statistik ada hubungan antara variabel waktu makan dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah. Hasil analisis menggunakan uji chi square diperoleh nilai p value=0,887 (p value < 0,05) yang artinya secara statistik ada tidak ada hubungan antara variabel jenis makanan dengan kejadian gastritis pada siswa SMK Negeri 5 Berau di Kecamatan Segah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriyani et al. (2021), diperoleh nilai p value 0,019 ($\alpha = 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan gastritis pada remaja dimasa new normal, dan didapatkan nilai odds ratio yakni 2.085 yang berarti

remaja dengan pola makan yang buruk berisiko mengalami gastritis sebesar 2.085 kali lipat dibandingkan remaja dengan pola makan yang baik.

Seseorang yang memiliki pola makan yang tidak teratur mudah terserang penyakit gastritis. Karena hal yang perlu diperhatikan ialah bukan pada porsi makan melainkan pada seberapa sering seseorang memasukkan makanan sehingga perut tidak kosong. Lambung yang kosong dalam waktu lama dapat membuat asam lambung akan tergenang dan mengiritasi dinding lambung (Kriswantoro, 2012).

Pola makan merupakan suatu gambaran perilaku seseorang yang berhubungan dengan kebiasaan makan yang tidak teratur. Kebiasaan ini meliputi frekuensi makan, jenis makan dan jumlah porsi makan. Beberapa jenis makanan atau minuman yang dapat merangsang terjadinya gastritis yaitu makanan atau minuman siap saji (junk food), minuman alkohol atau bersoda, makan makanan pedas dan asam. Apabila makanan dikonsumsi dalam jumlah yang banyak akan menimbulkan iritasi pada lambung dan dapat memicu terjadinya gastritis Rahman et al. (2016).

Pola makan yang buruk sering terjadi karena budaya orang Indonesia yang jarang untuk sarapan pagi. Terutama pada remaja yang tidak sempat sarapan pagi karena harus pergi terburu-buru. Kebiasaan tidak sarapan pagi tersebut akhirnya membudaya pada remaja di Indonesia. Adanya hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dalam keluarga dengan kebiasaan sarapan sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada anak usia sekolah di desa Rancawiru, yakni terdapat hubungan bermakna antara kebiasaan sarapan keluarga dengan kebiasaan sarapan pada anak usia sekolah. Pada penelitian Gemily et al. (2015), kebiasaan sarapan dalam keluarga yang sangat berpengaruh pada kebiasaan sarapan anak adalah adanya kebiasaan sarapan keluarga. Sehingga peneliti berasumsi bahwa kebiasaan sarapan keluarga juga akan membentuk kebiasaan sarapan anak karena orang tua cenderung menerapkan kebiasaan yang sama dengan yang mereka lakukan dan akan memberikan contoh yang baik pada anak sehingga anak akan mengikuti kebiasaan sarapan orang tuanya yang telah terbentuk. Adanya dorongan dari keluarga dapat membentuk kebiasaan sarapan anak. Anak yang diajak dan diharuskan untuk sarapan oleh orang tuanya akan menjadi lebih sering sarapan dibandingkan dengan anak yang tidak diajak atau disuruh untuk sarapan pagi.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya hubungan signifikan antara waktu dan frekuensi makan dengan kejadian gastritis di SMK Negeri 5 Berau Kecamatan Segah. Hasil penelitian ini dapat menjadi evaluasi bagi keluarga dalam meningkatkan kecukupan dan manajemen waktu remaja untuk makan tepat waktu.

PENELITIAN LANJUTAN

Agar meneliti lebih dalam lagi tentang jenis makanan dengan kejadian gastritis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terimakasih atas kerjasama SMK Negeri 5 Berau selama proses penelitian dan terimakasih kepada Indonesian Journal of Sport Management and Physical Education (IJSMPPE) yang telah mempublikasikan

DAFTAR PUSTAKA

- Agbor, N. E., Esemu, S. N., Ndip, L. M., Tanih, N. F., Smith, S. I., & Ndip, R. N. (2018). *Helicobacter pylori* in patients with gastritis in West Cameroon: prevalence and risk factors for infection. *BMC Research Notes*, *11*(1), 559. <https://doi.org/10.1186/s13104-018-3662-5>
- Alberts, C. J., Jeske, R., de Martel, C., den Hollander, W. J., Michel, A., Prins, M., Snijder, M. B., Schim van der Loeff, M. F., & Waterboer, T. (2020). *Helicobacter pylori* seroprevalence in six different ethnic groups living in Amsterdam: The HELIUS study. *Helicobacter*, *25*(3), 1–14. <https://doi.org/10.1111/hel.12687>
- Amri, S. W. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di SMK Kesehatan Napsi'ah Stabat Kabupaten Langkat. *Malahayati Nursing Journal*, *2*(4), 659–666. <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.2966>
- Anshari, S. N., & Suprayitno. (2019). Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Kelompok Usia 20-45 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda. *Borneo Student Research*, *1*(3), 140–145. journals.umkt.ac.id
- Apriyani, L., L, M. W., & Puspitasari, I. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong. *Jurnal Poltekkes Palembang*, *1*, 74–80.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS 2018* (Vol. 44, Issue 8). <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Barkah, A., Agustiyani, I., & Abdi. (2021). Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. *Stikes Abdi Nusantara Jakarta*, *4*(1), 52–58.
- Dávila-Collado, R., Jarquín-Durán, O., Dong, L. T., & Espinoza, J. L. (2020). Epstein-Barr Virus and *Helicobacter Pylori* Co-Infection in Non-Malignant Gastrointestinal Disorders. *Pathogens (Basel, Switzerland)*, *9*(2). <https://doi.org/10.3390/pathogens9020104>
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur. (2016). *10 Angka Kejadian Penyakit Terbesar di Provinsi Kalimantan Timur*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur. (2017). *10 Angka Kejadian Penyakit Terbesar di Provinsi Kalimantan Timur*.
- Feyisa, Z. T., & Woldeamanuel, B. T. (2021). Prevalence and associated risk factors of gastritis among patients visiting Saint Paul Hospital Millennium Medical College, Addis Ababa, Ethiopia. *PLOS ONE*, *16*(2), e0246619. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246619>

- Geburu, D. (2018). Factors Associated with Gastric Disease Among Students of Hawassa University: The Case of College of Agriculture Students. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 7(6), 207–214. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20180706.12>
- Liu, Q., Zeng, X., Wang, W., Huang, R.-L., Huang, Y.-J., Liu, S., Huang, Y.-H., Wang, Y.-X., Fang, Q.-H., He, G., & Zeng, Y. (2019). Awareness of risk factors and warning symptoms and attitude towards gastric cancer screening among the general public in China: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 9(7), e029638. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-029638>
- Notoatmodjo, S. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pratiwi, W. (2013). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di Pondok Pesantren Daar El-Qolam Gintung, Jayanti, Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 1, 101.
- Smith, S., Fowora, M., & Pellicano, R. (2019). Infections with *Helicobacter pylori* and challenges encountered in Africa. *World Journal of Gastroenterology*, 25(25), 3183–3195. <https://doi.org/10.3748/wjg.v25.i25.3183>
- Sumbara, Y. I. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk. *Jurnal Ilmiah Kesehatan IQRA*, 8(1), 1–5.