

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN
KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA PROGRAM
STUDI SI KEPERAWATAN SEMESTER II DI
INSTITUT TORAJA RAYA INDONESIA
TAHUN 2025**

Yusan Pabebang¹, Olgrid Algarini Allo², Tresia Parayo³

Institut Toraja Raya Indonesia
pabebangyusan4@gmail.com, tresiaparayoo@gmail.com

Abstrak

Penyakit Gastritis cenderung menyerang usia remaja sampai dewasa karena dapat mengganggu sistem pencernaan mereka pada masa tua, sehingga dengan terjadinya penyakit ini menyerang sejak dini. Faktor yang mempengaruhi gastritis adalah kurangnya pengetahuan dan pola makan yang tidak teratur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa program studi SI keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan menekankan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester II berjumlah 152 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sehingga sampel didapatkan berjumlah 110 orang. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala *Guttman* dan *Likert*. Pengolahan data menggunakan program SPSS versi 26. Data diuji statistik *Chi-Square* dengan tingkat ketelitian 5% (0,05).

Distribusi karakteristik remaja menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan rendah sebanyak 68 responden (61,8%), Pola makan tidak teratur sebanyak 63 responden (57,3%) dan kejadian gastritis terjadi pada mahasiswa sebanyak 63 responden (57,3%). Tingkat pengetahuan dengan Kejadian Gastritis (*Chi-Square*) *p-value* = 0,016 ($p < \alpha$) dan pola makan dengan kejadian gastritis (*Chi-Square*) *p-value* = 0,007 ($p < \alpha$).

Kesimpulan dalam penelitian ini ada hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa program studi SI keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2025. Diharapkan kepada mahasiswa untuk meningkatkan pengetahuan dan pola makan mengenai gastritis sehingga dapat terhindar dari risiko terjadinya gastritis.

Kata kunci : **Tingkat Pengetahuan, Pola Makan , Kejadian Gastritis**

Abstract

Gastritis tends to affect adolescents and adults because it can disrupt their digestive system during puberty, leading to early onset. Factors influencing gastritis include a lack of knowledge and irregular eating habits. The purpose of this study was to determine the level of knowledge and eating habits associated with the incidence of gastritis among second-semester nursing undergraduate students at the Toraja Raya Institute of

Indonesia in 2025.

The research design used was descriptive analytical with a cross-sectional approach. The population was 152 second-semester students. The sampling technique used purposive sampling, resulting in a sample size of 110 individuals. Data collection instruments used a questionnaire with a Guttman and Likert scale. Data processing was performed using SPSS version 26. Data were analyzed using chi-square statistics with a 5% accuracy level (0.05).

The distribution of adolescent characteristics showed that the majority had low knowledge (68 respondents (61.8%), irregular eating patterns (63 respondents (57.3%), and gastritis occurred among students (63 respondents (57.3%). Knowledge level correlated with gastritis incidence (Chi-square) $p\text{-value} = 0.016$ ($p < \alpha$), and dietary patterns correlated with gastritis incidence (Chi-square) $p\text{-value} = 0.007$ ($p < \alpha$).

The conclusion of this study is that there is a relationship between knowledge level and dietary patterns and gastritis incidence among second-semester nursing undergraduate students at the Toraja Raya Institute of Indonesia in 2025. Students are expected to improve their knowledge and dietary patterns regarding gastritis to avoid the risk of gastritis.

Keywords: Knowledge Level, Diet, Gastritis Incidence.

*Correspondent Author :

Email : pabebangyusan4@gmail.com

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan peradangan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronik, difus ataupun lokal yang disebabkan oleh adanya infeksi *bacterial Helicobacter pylori* ataupun beberapa bahan yang sering dimakan dan dapat menyebabkan rusaknya mukosa pelindung lambung (Maidartati, Ningrum, & Fauzia, 2021).

Penyakit Gastritis cenderung menyerang usia remaja sampai dewasa karena dapat mengganggu sistem pencernaan mereka pada masa tua nanti, sehingga dengan terjadinya penyakit ini menyerang sejak dini. Faktor risiko gastritis adalah pola makan tidak teratur, infeksi kuman *helicobacter pylori*, kebiasaan mengosumsi minuman beralkohol, memiliki kebiasaan merokok, dan sering mengalami stres (Zebua & Wulandari, 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO 2019), penelitian dilakukan di sejumlah negara untuk mengetahui persentase global orang yang menderita gastritis. Negara-negara tersebut antara lain Tiongkok (31%), Inggris (22%), Prancis (29,5%), Kanada (35%), dan Jepang (14,5%). Setiap tahunnya, antara 1,8 dan 2,1 juta orang di seluruh dunia menderita gastritis. Sekitar 583.635 orang di Asia Tenggara menderita gastritis setiap tahunnya. Di Shanghai, 17,2% orang menderita penyakit maag yang terdeteksi secara endoskopi, yang secara signifikan lebih besar dibandingkan 4,1% orang tanpa gejala di Barat (Asri, Hadija, & Surahman, 2024).

Persentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40,8%, dan angka kejadian gastritis di beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Dari penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI, angka kejadian gastritis di beberapa kota di Indonesia mencapai 91,6% yaitu di kota Medan, lalu di beberapa kota lainnya seperti

Jakarta 50%, Denpasar 46%, Palembang 35,5%, Bandung 32,5%, Aceh 31,7%, Surabaya 31,2%, dan Pontianak 31,1%.3 (Simbolon & Simbolon, 2025).

Gastritis merupakan salah satu penyakit yang termasuk ke dalam sepuluh besar penyakit rawat inap di Rumah Sakit tingkat Provinsi Sulawesi Selatan. Jumlah pasien yang keluar karena meninggal akibat penyakit gastritis adalah sebanyak 1,45% dari keseluruhan jumlah pasien yang keluar hidup (Sailino, Pabebang, & Buntu, 2021).

Berdasarkan data yang tersedia, jumlah kasus gastritis di Kabupaten Toraja Utara pada tahun 2024 tercatat sebanyak 6.121, yaitu laki-laki 2.204 dan perempuan 3.917 kasus (Dinkes, Toraja Utara, Sulsel 2024).

Berdasarkan survei awal pada Institut Toraja Raya Indonesia (ITRI) ditemukan bahwa jumlah mahasiswa semester II Prodi SI Keperawatan adalah 152 mahasiswa. Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 10 mahasiswa maka didapatkan informasi bahwa ada 6 dari 10 mahasiswa yang memiliki pola makan yang tidak teratur, seperti sering melewatkan waktu makan, konsumsi makanan pedas atau asam berlebihan dan sebagian besar mahasiswa memiliki pengetahuan masih kurang mengenai gastritis, termasuk penyebab, gejala dan cara pencegahannya.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *deskriptif analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa program studi SI keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah setiap subjek yang memenuhi kriteria. Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai pada penelitian ini maka populasi yang diteliti adalah semua mahasiswa program studi S1 keperawatan semester II Institut Toraja Raya Indonesia berjumlah 152 mahasiswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 110 responden.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *non probability sampling* atau *purposive sampling*.

Data diperoleh dalam penelitian ini dengan cara membagikan kuesioner yang sudah di siapkan oleh peneliti tentang hubungan tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis. Pada mahasiswa program studi SI keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025, dengan menggunakan SPSS versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

a. Usia

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Usia/umur Pada Mahasiswa
Program Studi SI Keperawatan semester II Responden di Institut
Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
17	2	1.8%
18	27	24.5%
19	55	50.0%
20	20	18.2%
21	5	4.5%
22	1	9%
Total	110	100,0%

Sumber: Data Primer 2025

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada umur 19 tahun sebanyak 55 responden (50.0%).

b. Jenis Kelamin

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan semester II Responden di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perempuan	104	94.5%
Laki-laki	6	5.5%
Total	110	100,0%

Sumber : Data Primer 2025

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 104 responden (94.5%).

c. Pengetahuan

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan semester II Responden di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Tingkat Pengetahuan	n	Presentase(%)
Baik	42	38.2%
Kurang	68	61.8%
Total	110	100.0%

Sumber :Data Primer 2025

Tabel 5.3 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 68 responden (61.8%).

d. Pola Makan

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan semester II Responden di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Pola Makan	n	Presentase(%)
Teratur	48	43.6%
Tidak teratur	62	56.4%
Total	110	100.0%

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 5.4 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pola makan tidak teratur sebanyak 62 responden (56.4%).

e. Kejadian Gastritis

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan semester II Responden di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Kejadian Gastritis	n	Presentase(%)
Tidak Mengalami	47	42.7%
Mengalami	63	57.3%
Total	110	100.0%

Sumber :Data Primer, 2025

2. Analisa bivariat

- a. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Tabel 5.6
Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Institut Raja Rany Indonesia Tahun 2023							
Tingkat Pengetahuan	Kejadian Gastritis						p.value
	Tidak mengalami		Mengalami		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Baik	24	21.8%	18	16.4%	42	38.2%	0.016
Kurang	23	20.9%	45	40.9%	68	61.8%	
Total	47	42.7%	63	57.3%	110	100.0%	

Sumber : Data Primer, 2025

Odds ratio 2.609

Tabel 5.6 menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 42 responden (38.2%) diantaranya tidak mengalami gastritis sebanyak 24 responden (21.8%) dan mengalami gastritis sebanyak 18 responden (16.4%), sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 68 responden (61.8%) diantaranya tidak mengalami gastritis sebanyak 23 responden (20.9%) dan mengalami 45 responden (40.9%).

Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value* = 0,016 < nilai α (0,05), hal ini menunjukkan Ha diterima atau ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa SI Keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2025

- b. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Tabel 5.7
Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025

Institut Teknologi Raja Raya Indonesia tahun 2025							
Pola Makan	Kejadian Gastritis						P.value
	Tidak mengalami		Mengalami		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Teratur	27	24.5%	21	19.1%	48	43.6%	0.012
Tidak teratur	20	18.2%	42	38.2%	62	56.4%	
Total	47	42.7%	63	57.3%	110	100.%	

Sumber ; Data Primer, 2025

Tabel 5.7 menunjukkan bahwa responden dengan pola teratur sebanyak 48 responden (43.6%) diantaranya tidak mengalami gastritis sebanyak 27 responden (24.5%) dan mengalami gastritis sebanyak 21 responden (19.1%), sedangkan responden dengan pola makan tidak teratur sebanyak 62 responden (56.4%) diantaranya tidak mengalami gastritis sebanyak 20 responden (18.2%) dan mengalami gastritis 42 responden (38.2%).

Berdasarkan uji statistik Chi-Square diperoleh p-value = 0,012 < nilai α (0,05), hal ini menunjukkan H_a diterima atau ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa SI Keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2025.

B. Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan

Responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 42 responden (38.2%). Hal ini dapat dilihat dari kuesioner bahwa sebagian mahasiswa tahu akan apa yang akan terjadi pada lambung saat mengalami gastritis, akibat dan pencegahannya seperti menghindari stress dan makan secara teratur, dan menghindari makan pedas, minuman berkafein atau beralkohol. Mahasiswa yang memiliki pengetahuan baik dapat menghindari faktor resiko gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Notoatmodjo (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat diperoleh melalui pengalaman sendiri, orang lain, pendidikan, media massa. Pengetahuan yang baik akan terbentuk apabila individu mendapatkan informasi secara terus-menerus dan berulang dari berbagai sumber yang dipercaya.

Penelitian yang serupa dilakukan oleh Yusdi Ghazaly (2023), yang meneliti hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian gastritis pada 62 responden menggunakan pendekatan cross-sectional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik mengenai gastritis tidak mengalami gejala atau diagnosis gastritis, sedangkan mengalami gastritis lebih banyak ditemukan pada responden dengan tingkat pengetahuan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pemahaman seseorang tentang penyebab, gejala dan cara pencegahan gastritis, maka semakin kecil kemungkinan individu tersebut mengalami gangguan pada lambung.

Menurut Lepu, Hinga & Riwu (2022) pengetahuan mempunyai peranan yang penting untuk mendukung pembentukan perilaku. Semakin tinggi pengetahuan seseorang, semakin baik tindakan untuk mendukung pencegahan gastritis.

Dalam penelitian ini pula didapatkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 68 responden (61.8%), hal ini disebabkan oleh sebagian besar mahasiswa kurang memahami pengertian gastritis, faktor penyebab seperti pola makan tidak teratur/pola makan tidak sehat, stress dan konsumsi kopi berlebihan, tanda dan gejala seperti nyeri ulu hati dan mual, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan seperti menghindari makanan pedas, minuman berkafein atau alkohol dan stres. Ketidaktahuan terhadap hal-hal tersebut menyebabkan sebagian mahasiswa tidak memiliki kesadaran untuk melakukan tindakan pencegahan secara mandiri, sehingga berpotensi meningkatnya terjadinya gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan teori Marbun & Manula (2023) yang menyatakan mahasiswa dengan tingkat pengetahuan kurang cenderung tidak mengetahui secara detail faktor penyebab gastritis seperti pola makan tidak teratur, stress dan konsumsi makanan pemicu, sehingga tidak mampu melakukan tindakan pencegahan secara tepat.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Menurut Juliardi, et al, (2024), pengetahuan merupakan hasil dari kognitif manusia yang melibatkan pemahaman, kesadaran dan informasi tentang berbagai aspek kehidupan, pengetahuan tersebut mencakup fakta, teori, dan konsep yang diperoleh melalui pengalaman, observasi dan pendidikan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angelica & Siagian (2022) terhadap 138 responden, 80 responden menunjukkan bahwa individu yang memiliki pengetahuan kurang tentang kesehatan serta pola makan yang tidak sehat cenderung memiliki risiko gastritis yang lebih tinggi. Kebiasaan seperti mengonsumsi makanan pedas, asam atau tidak makan teratur tanpa memahami dampaknya terhadap lambung, dapat meningkatkan gastritis. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa kurangnya informasi kesehatan serta kebiasaan makan yang buruk merupakan faktor yang memperbesar terjadinya gastritis, terutama pada mahasiswa.

2. Pola Makan

Responden yang memiliki pola makan teratur sebanyak 48 responden (43.6%), hal ini menunjukkan bahwa sebagian kecil responden telah menerapkan kebiasaan makan yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang, seperti menghindari konsumsi makanan pedas, asam dan berlemak secara berlebihan, serta menjaga keteraturan waktu makan. Pola makan seperti ini berperan penting dalam mencegah iritasi lambung dan menurunkan terjadinya gastritis. Responden yang memiliki pola makan teratur cenderung lebih sadar akan pentingnya menjaga pola makan.

Hal ini sejalan dengan teori Putri (2021), yang menyatakan bahwa responden yang menerapkan pola makan teratur serta menghindari konsumsi makanan pedas, asam dan berlemak cenderung memiliki status gizi yang lebih baik dan risiko gangguan saluran pencernaan.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan Nursaadah (2023), Pola makan sehat adalah pola makan seimbang dengan aneka ragam zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh, juga dalam takaran yang cukup. Pola makan sehat dilihat dari tiga hal yaitu jenis, jumlah dan jadwal makanan. Sumber energi bisa

didapatlan dari jenis makanan yang berasal dari beras, jagung gandum, umbi dan singkong. Sumber protein bisa didapatkan dari jenis makanan yang berasal protein hewani(olahan daging, telur, keju) dan nabati (kacang-kacangan, kedelai, kacang hijau) dan sumber zat dapat didapatkan jenis makanan yang berasal dari buah dan sayur.

Dalam penelitian ini pula didapatkan dari 110 responden, mayoritas responden memiliki pola makan tidak teratur sebanyak 62 responden (56.4%), hal ini disebabkan oleh sebagian besar responden belum menerapkan pola konsumsi makanan yang tepat, seperti makan secara teratur, menghindari makanan pedas dan asam, serta membatasi konsumsi kafein. Pola makan yang tidak sehat tersebut dapat memicu iritasi pada lambung dan meningkatkan risiko terjadinya gastritis. Hal ini menunjukkan bahwa ketidakaturan dalam jadwal makan, ditambah dengan konsumsi makanan yang mengandung zat pemicu seperti makanan pedas, berlemak dan minuman berkafein, berkontribusi terhadap meningkatnya sekresi asam lambung.

Hal ini sejalan dengan teori yang di kemukakan Hermawan et.al (2023) pola makan yang tidak teratur akan mengakibatkan lambung sulit beradaptasi, bila hal ini berlangsung secara terus menerus akan terjadi kelebihan asam lambung sehingga dapat mengakibatkan mukosa lambung teriritasi dan terjadilah gastritis. Kebiasaan makanan yang buruk dan mengkonsumsi makanan yang tidak *hygiene* merupakan faktor resiko terjadinya gastritis.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian oleh Waworuntu, Pangeman & Natalia (2024) yang meneliti sebanyak 87 responden di Desa Kopi, dimana hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis, yaitu individu yang memiliki pola makan tidak sehat cenderung lebih beresiko mengalami gangguan pada lambung seperti gastritis dibandingkan dengan mereka yang memiliki pola makan sehat, sehingga mendukung temuan dalam penelitian ini bahwa pola makan merupakan faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan risiko gastritis.

3. Kejadian Gastritis

Responden yang tidak mengalami gastritis sebanyak 47 responden (42.7%), hal ini dapat disebabkan karena, berdasarkan hasil kuesioner yang diisi responden tersebut tidak menunjukkan gejala-gejala gastritis seperti nyeri ulu hati, penurunan nafsu makan, mual, muntah, pusing, merasa kembung maupun tidak memiliki riwayat sakit maag sebelumnya. Berdasarkan hal tersebut responden dikategorikan tidak mengalami gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan teori Sumbara (2021), yang menyatakan individu yang tidak menunjukan gejala-gejala gastritis seperti nyeri ulu hati, mual muntah, kembung, kehilangan nafsu makan dikategorikan sebagai tidak mengalami gastritis.

Menurut Suwindri, Lestari, Susanti (2020), yang menyatakan diagnosis gastritis secara klinis hanya dapat ditegakkan apabila individu menunjukkan gejala khas nyeri epigastrium, mual, muntah, kembung atau kehilangan nafsu makan. Dalam penelitiannya yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Merdeka Palembang, mereka menjelaskan bahwa gejala-gejala tersebut menjadi indikator utama dalam penentuan status gastritis oleh tenaga kesehatan. Oleh karena itu, individu yang tidak menunjukkan gejala tersebut tidak mengalami gastritis.

Dalam penelitian ini pula ditemukan dari 110 responden, mayoritas responden yang mengalami gastritis sebanyak 47 responden (42.7%). Hal ini

disebabkan karena hasil kusioner menunjukkan sebagian besar responden memiliki riwayat sakit maag, nyeri pada ulu hati, mual dan muntah yang merupakan gejala klinis utama gastritis. Maka dari pada itu sebagian besar mengalami gastritis. Menurut Ayubbana, Pakarti, & Khasanah (2024) kejadian gastritis dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan kondisi mukosa lambung, salah satunya adalah infeksi bakteri *Helicobacter Pylori* yang dapat memicu peradangan pada lapisan lambung. Selain itu, peningkatan produksi asam lambung akibat stres, pola makan tidak teratur atau konsumsi makanan pedas, asam dan berlemak juga dapat menyebabkan iritasi hingga peradangan pada mukosa lambung. Proses peradangan ini mengakibatkan terlepasnya epitel mukosa lambung bagian *superfiscial* dan dapat berkembang menjadi kondisi akut maupun kronis. Nyeri pada ulu hati atau epigastrium menjadi gejala khas dari gastritis, yang umumnya dipicu oleh gangguan keseimbangan asam lambung dan lemahnya perlindungan mukosa. Oleh karena itu pemahaman mengenai penyebab dan mekanisme gastritis sangat penting untuk pencegahan dan pengelolaan yang tepat.

4. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025.

Responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik berjumlah 42 responden (38.2%), dimana responden yang tidak mengalami gastritis 24 responden (21.8%). Hal ini disebabkan mahasiswa tersebut memiliki tingkat pengetahuan yang baik seperti tahu tentang penyebab gastritis, gejala, dampaknya dan cara pencegahannya. Dengan pengetahuan yang baik responden cenderung berhati-hati menjaga pola makan, menghindari kebiasaan memicu iritasi lambung, dan lebih cepat mengambil tindakan saat muncul gejala awal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budhi Pratiwi et al. (2024), di STIKES Surya Global Yogyakarta, yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dengan tingkat pengetahuan baik mengenai gastritis cenderung memiliki perilaku pencegahan yang baik. Dalam penelitian tersebut, sebanyak 82% responden memiliki pengetahuan baik, dan 75% di antaranya menunjukkan perilaku pencegahan yang tepat. Hasil uji statistik juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis ($p=0,047$). Temuan ini diperkuat oleh penelitian Ghazaly (2023) di Puskesmas Ketapang Cipondoh, yang menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan upaya pencegahan gastritis ($p=0,000$). Kedua penelitian tersebut mendukung hasil penelitian ini, bahwa semakin baik tingkat pengetahuan seseorang tentang gastritis, maka semakin kecil kemungkinan individu tersebut mengalami gangguan pada lambung, karena cenderung lebih sadar dalam menjaga pola makan dan melakukan tindakan pencegahan sejak dini.

Pada penelitian ini terdapat pula 42 responden (38.2%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik dimana mengalami gastritis sebanyak 18 responden (16.4%). Kejadian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik belum tentu secara langsung berbanding lurus dengan kejadian penyakit, karena terdapat faktor lain yang turut memengaruhi, seperti tingkat stres yang tinggi, pola tidur yang tidak teratur, konsumsi obat-obatan tertentu seperti NSAID (Non-Steroid Anti-Inflammatory Drugs), serta infeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Selain itu, hal ini juga dapat disebabkan oleh kurangnya kesadaran diri responden dalam menerapkan pengetahuan yang dimiliki ke dalam perilaku hidup sehat sehari-hari. Dengan demikian, meskipun responden memiliki pengetahuan yang baik, namun

tanpa adanya kesadaran diri dan perilaku preventif yang konsisten, kejadian gastritis tetap dapat terjadi.

Hal ini sejalan dengan pendapat Suwindri, Tiranda, dan Ningrum (2021) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan yang tinggi tidak menjamin seseorang mampu menerapkan perilaku sehat secara konsisten, karena terdapat berbagai faktor lain yang turut memengaruhi kejadian gastritis, seperti pola makan yang tidak teratur, tingkat stres yang tinggi, serta kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman bersifat iritatif (misalnya makanan pedas, asam, berlemak, berkafein, atau beralkohol). Oleh karena itu, meskipun responden telah memahami informasi mengenai gastritis, masih ditemukan gejala klinis seperti nyeri pada ulu hati, mual, muntah, dan kembung yang menunjukkan bahwa sebagian dari mereka tetap mengalami gastritis akibat tidak diterapkannya pengetahuan tersebut dalam tindakan nyata.

Pada penelitian ini pula didapatkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 68 responden (61.8%) dimana responden yang tidak mengalami gastritis 23 responden (20.9%). Hal ini dapat disebabkan oleh adanya faktor lain di luar tingkat pengetahuan yang turut memengaruhi kejadian gastritis, seperti kebiasaan makan yang kebetulan teratur, konsumsi makanan yang tidak bersifat iritatif, serta kondisi fisik atau daya tahan tubuh yang relatif baik terhadap gangguan lambung. Selain itu, beberapa responden meskipun memiliki pengetahuan yang kurang, secara tidak sadar telah menjalani gaya hidup yang mendukung kesehatan saluran cerna, seperti tidak merokok, tidak mengonsumsi minuman berkafein secara berlebihan, serta tidak mengalami stres berat. Dengan demikian, meskipun tingkat pengetahuannya rendah, perilaku sehari-hari yang tidak berisiko tetap dapat menjadi faktor pelindung terhadap kejadian gastritis.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2021), yang menyatakan bahwa pengetahuan bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan. Perilaku seseorang juga dipengaruhi oleh sikap, motivasi, pengalaman, dan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, meskipun sebagian responden memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, mereka tetap tidak mengalami gastritis karena kemungkinan telah menjalani kebiasaan makan yang teratur atau gaya hidup yang secara tidak langsung mendukung kesehatan saluran cerna.

Penelitian ini sejalan dengan teori Model *PRECEDE-PROCEED* dalam Green et al. (2022), yang menekankan bahwa untuk menjelaskan perilaku kesehatan, diperlukan pendekatan multidimensional yang melibatkan faktor predisposisi (pengetahuan, sikap), pemungkin (akses, fasilitas), dan penguat (dukungan sosial, lingkungan). Meskipun sebagian responden memiliki pengetahuan yang rendah, kebiasaan makan yang teratur, jenis makanan yang tidak iritatif, dan dukungan lingkungan—yang termasuk dalam faktor pemungkin dan penguat—dapat berperan sebagai proteksi terhadap gastritis.

Pada penelitian ini pula didapatkan responden dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 68 responden (61.8%) dimana responden yang mengalami gastritis 45 responden (40.9%). Hal ini disebabkan karena ketidaktahuan mahasiswa tentang pemahaman mengenai faktor penyebab gastritis, seperti kebiasaan makan tidak teratur, konsumsi makanan yang pedas dan asam secara berlebihan, serta kurangnya kesadaran akan pentingnya menjaga pola makan yang sehat. Kurangnya pengetahuan ini dapat berdampak pada perilaku makan yang keliru, yang pada akhirnya meningkatkan risiko terjadinya gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan teori Notoatmodjo dalam putri (2021) yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan seseorang terhadap suatu objek tertentu, yang sangat mempengaruhi tindakan atau perilaku individu terhadap kesehatan. Mahasiswa dengan pengetahuan yang kurang tentang gastritis cenderung tidak memahami bahaya dari pola makan yang tidak sehat serta tidak menyadari pentingnya pencegahan sejak dini. Hal ini menyebabkan mereka lebih rentan terhadap perilaku beresiko yang dapat memicu terjadinya gastritis.

Dalam hal ini sejalan dengan teori Plato (427-347 SM) dikutip Juliardi et.al (2024) menyebutkan bahwa pengetahuan harus didasarkan pada keyakinan yang benar dan dibenarkan (justified true belief). Dalam konteks ini, mahasiswa yang tidak memiliki pemahaman yang benar mengenai gastritis, baik dari sumber ilmiah maupun pengalaman, akan sulit melakukan tindakan pencegahan yang efektif. Maka dari itu, rendahnya pengetahuan berkorelasi kuat terhadap tingginya kejadian gastritis di kalangan mahasiswa.

Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0.016 < \text{nilai } \alpha (0,05)$ dalam hal ini menunjukkan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa program studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025 atau H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil analisa diatas diperoleh nilai *Odds Ration* 2.609 dengan tingkat kepercayaan 95% yang berarti mahasiswa yang tingkat pengetahuan kurang memiliki peluang 2 kali lebih besar mengalami kejadian gastritis dibandingkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik.

Pada penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa sangat mempengaruhi kejadian gastritis, semakin rendah tingkat pengetahuan yang dimiliki mahasiswa maka semakin besar pula dampak risiko kejadian gastritis, sebaliknya jika pengetahuan tinggi maka semakin rendah kejadian gastritis yang akan terjadi pada mahasiswa. Dengan demikian bahwa pengetahuan yang baik berperan penting dalam membentuk perilaku sehat, khususnya dalam menjaga pola makan yang teratur, menghindari faktor pemicu seperti makanan pedas, asam dan minuman berkafein. Oleh karena itu, edukasi kesehatan mengenai gastritis sangat diperlukan agar mahasiswa memiliki pemahaman yang cukup untuk menerapkan upaya pencegahan secara mandiri dan konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

5. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Keperawatan Semester II di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025.

Responden yang memiliki pola makan teratur berjumlah 48 responden (43.6%), dimana responden yang tidak mengalami gastritis 27 responden (24.5%). Hal ini disebabkan karena responden telah menerapkan pola makan yang baik, yang mencakup makan secara teratur, menghindari konsumsi makanan pedas, asam, dan berminyak, tidak mengonsumsi minuman beralkohol/berkafein, serta rutin mengonsumsi makanan bergizi yang tidak bersifat iritatif bagi lambung. Selain itu, responden juga memiliki kesadaran dalam mengatur frekuensi makan yang cukup (seperti tidak melewati waktu makan), jumlah atau porsi makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dan memilih jenis makanan yang bersifat protektif terhadap lambung, seperti makanan yang tinggi serat dan rendah lemak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumbara (2024) yang menunjukkan bahwa aspek pola makan seperti frekuensi makan, jumlah atau porsi makan, dan jenis makanan memiliki hubungan yang sangat signifikan terhadap kejadian gastritis. Dalam penelitiannya, ditemukan bahwa keteraturan

frekuensi makan memiliki korelasi yang sangat kuat terhadap pencegahan gastritis ($p=0,000$; $r=0,870$), demikian pula dengan jumlah makan ($p=0,000$; $r=0,697$) dan jenis makanan ($p=0,000$; $r=0,800$). Temuan ini mendukung hasil penelitian saat ini, di mana responden yang tidak mengalami gastritis umumnya telah menerapkan pola makan yang baik, seperti makan secara teratur, memilih makanan yang tidak bersifat iritatif, serta mengatur jumlah dan frekuensi makan secara seimbang sesuai kebutuhan tubuh.

Penelitian ini juga sejalan dengan teori Arifianti dan Diaz (2023), yang menunjukkan bahwa aspek-aspek dalam pola makan seperti frekuensi makan, jumlah atau porsi makanan, serta jenis makanan memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian gastritis. Dalam penelitiannya tersebut dijelaskan bahwa individu yang menerapkan pola makan secara teratur, menjaga waktu makan agar tidak terlambat, mengatur porsi makan sesuai kebutuhan, serta memilih jenis makanan yang tidak bersifat iritatif terhadap lambung, memiliki risiko yang jauh lebih rendah untuk mengalami gastritis dibandingkan dengan individu yang memiliki pola makan yang tidak teratur.

Pada penelitian ini didapatkan pula responden dengan pola makan teratur sebanyak 48 responden (43.6%) dimana 21 responden (19.1%) yang mengalami gastritis, hal ini menunjukkan bahwa meskipun memiliki pola makan yang teratur, sebagian responden masih mengalami gastritis. Hal ini disebabkan oleh faktor lain seperti stress, konsumsi makanan yang mengiritasi lambung atau kebiasaan lain yang mempengaruhi kesehatan saluran cerna. Oleh karena itu, penting untuk tidak hanya menjaga keteraturan waktu makan, tetapi juga memperhatikan kualitas makanan serta faktor gaya hidup lainnya.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Andrea (2024), yang menyatakan pola makan tidak hanya dilihat dari keteraturan waktu makan, tetapi juga dari jenis makanan yang dikonsumsi. Frekuensi makan yang tidak teratur dapat menyebabkan peningkatan asam lambung yang berujung pada iritasi mukosa lambung. Namun demikian, ia juga menekankan bahwa pola makan yang teratur pun masih dapat memicu gastritis apabila tidak disertai dengan pemilihan makanan yang sehat, seperti menghindari makanan pedas, asam, berminyak, serta makanan yang dapat merangsang produksi asam lambung. Selain itu faktor-faktor lain seperti stres, kebiasaan merokok, konsumsi obat *antiinflamasi nonsteroid* (OAINS) serta gaya hidup kurang sehat.

Pada penelitian ini pula dari 110 responden dengan pola makan yang tidak teratur yaitu sebanyak 62 responden (56.4%) diketahui bahwa yang tidak mengalami gastritis yaitu 20 responden (18.2%). Hal ini disebabkan oleh kemungkinan adanya faktor lain di luar pola makan yang turut berperan dalam mencegah terjadinya gastritis, seperti daya tahan tubuh yang baik, kondisi fisiologis individu yang tidak sensitif terhadap perubahan pola makan, serta tidak adanya paparan faktor risiko lain seperti stres, penggunaan obat-obatan tertentu, dan konsumsi makanan atau minuman yang bersifat iritatif. Selain itu, meskipun pola makannya tidak teratur, beberapa responden tetap menjaga kualitas makanan yang dikonsumsi serta memiliki kebiasaan hidup sehat lainnya, yang secara tidak langsung dapat mengurangi risiko terjadinya gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Astuti (2021) di wilayah kerja Puskesmas Sungai Dareh, yang menunjukkan bahwa kejadian gastritis tidak hanya dipengaruhi oleh pola makan yang tidak teratur, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor lain seperti tingkat stres, kebiasaan merokok, dan konsumsi minuman beralkohol. Dalam penelitian tersebut ditemukan

bahwa meskipun sebagian responden memiliki pola makan yang kurang sehat atau tidak teratur, mereka tidak mengalami gastritis karena tidak terpapar faktor risiko lainnya. Temuan ini mendukung hasil penelitian saat ini, di mana sebagian responden dengan pola makan tidak teratur tetap tidak mengalami gastritis, kemungkinan karena memiliki daya tahan tubuh yang baik, kondisi fisiologis yang stabil, serta gaya hidup sehat yang secara tidak langsung memberikan perlindungan terhadap lambung.

Pada penelitian ini pula didapatkan responden yang memiliki pola makan tidak teratur sebanyak 62 responden (56.4%) dimana responden yang mengalami gastritis yaitu 42 responden (38.2%). Hal ini disebabkan oleh karena pola makan yang tidak teratur dapat menyebabkan ketidakseimbangan produksi asam lambung, sehingga meningkatkan risiko iritasi pada mukosa lambung. Ketika waktu makan tidak konsisten, asam lambung tetap diproduksi tanpa adanya asupan makanan yang menetralkan, yang pada akhirnya dapat merusak dinding lambung dan memicu peradangan. Selain itu, hal ini juga dapat terjadi karena responden memiliki kebiasaan yang tidak sehat, seperti sering menunda waktu makan, tidak menerapkan jadwal makan secara konsisten, serta sering mengonsumsi makanan pedas, makanan instan atau siap saji, minuman berkafein, dan minuman beralkohol, yang semuanya bersifat iritatif bagi lambung. Kombinasi antara ketidakteraturan makan dan kebiasaan konsumsi zat iritatif inilah yang secara signifikan meningkatkan risiko terjadinya gastritis pada responden tersebut.

Hal ini sesuai dengan penelitian Hermawan et al. (2023) yang menyatakan bahwa pola makan yang tidak teratur akan mengakibatkan lambung sulit beradaptasi, dan apabila berlangsung terus-menerus akan meningkatkan produksi asam lambung yang dapat mengiritasi mukosa lambung serta memicu terjadinya gastritis.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Angelica & Siagian (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki pola makan teratur. Dalam hal ini, pola makan yang tidak sehat tidak hanya mencakup waktu makan yang tidak teratur, tetapi juga pemilihan jenis makanan yang kurang tepat, seperti makanan pedas, asam dan berlemak tinggi yang menjadi faktor pencetus iritasi lambung.

Teori ini sejalan dengan pendapat Juliardi dalam Yuliana (2022) yang menyatakan bahwa pola makan yang tidak teratur seperti makan terlambat, tidak terjadwal, serta seringnya konsumsi makanan pedas, asam, dan berkafein, dapat memicu iritasi pada dinding lambung yang akhirnya menyebabkan gastritis. Ketidakteraturan ini menyebabkan produksi asam lambung meningkat tanpa penetral, sehingga lambung lebih mudah mengalami peradangan.

Berdasarkan uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $= 0,012 < \text{nilai } \alpha (0,05)$, hal ini menunjukkan ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa SI Keperawatan semester II di Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2025 atau H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dari hasil analisa diatas diperoleh pula nilai *Odds Ratio* 2.700 dengan tingkat kepercayaan 95% yang berarti mahasiswa yang pola makana tidak teratur memiliki peluang dua kali lebih besar mengalami kejadian gastritis dibandingkan responden yang pola makan teratur.

Berdasarkan hasil analisa dan temuan data di lapangan, dapat disimpulkan bahwa pola makan memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian gastritis pada mahasiswa. Semakin tidak teratur atau tidak sehat pola makan yang

diterapkan oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula risiko mereka mengalami gastritis. Kondisi ini disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak sesuai seperti mengonsumsi makanan pedas, asam dan berlemak secara berlebihan serta kesadaran membatasi konsumsi kafein. Sebaliknya mahasiswa yang memiliki pola makan teratur dan sehat cenderung terhindar dari gastritis, oleh karena itu penting bagi mahasiswa untuk menerapkan pola makan yang tepat sebagai salah satu upaya pencegahan gastritis, khususnya di usia produktif yang rentan terhadap kebiasaan makan yang tidak teratur akibat aktivitas akademik yang padat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Mahasiswa Program Studi SI Semester II Di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025 memiliki tingkat pengetahuan yang kurang sebanyak 68 responden (61.8%).
2. Mayoritas Mahasiswa Program Studi SI Semester II Di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025 memiliki pola makan tidak teratur sebanyak 63 responden (57.3%).
3. Mayoritas Mahasiswa Program Studi SI Semester II Di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025 mengalami kejadian gastritis terjadi sebanyak 63 responden (57,3%).
4. Ada hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Semester II Di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025 dengan nilai $p\text{-value} = 0,016$.
5. Ada hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Program Studi SI Semester II Di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2025 dengan nilai $p\text{-value} = 0,012$.

DAFTAR PUSTAKA

- Abimbola, S., Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2022). *Using the PRECEDE–PROCEED model to guide health program planning and evaluation: A systematic review*. Systematic Reviews.
- Andrea, C. (2024). *Hubungan Pengetahuan, Tingkat Stress Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis*. Retrieved from https://repository.unissula.ac.id/36903/1/Ilmu%20Keperawatan_30902300069.
- Angelica, Y., & Siagian, E. (2022). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 43-49.
- Arifianti, I., & Diaz, I. (2023). *Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada siswa kelas XI di SMAN 1 Kebomas Gresik (Diploma thesis)*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
- Asri, M., Hadija, & Surahman. (2024). Jurnal Ilmiah Multidisiplin. *Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Kejadian Penyakit Gastritis di*, hal 1041-1048.
- Buulolo, E. P. (2022). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Sma Negeri 1 Telukdalam Kabupaten Nias Selatan*. Retrieved from <https://repository1.stikeselisabethmedan.ac.id/files/original/12cab76ab1fdea0ef1699cfe9927733f6b2666ac>.
- Dinkes, (2024). Toraja Utara, Sulawesi Selatan
- Fajariyah, N., Argarini, D., & Chastiti, A. L. (2023). *Hubungan Pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMA Negeri 93 Jakarta Timur*. 13-19.

- Hermawan, S., Amrullah, J. F., Hadiyati, L., & Sulistiyawati, A. (2023). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan Di Stikes Dharma Husada*. 1-24.
- Juliardi, B., Pristiyanto, Putri, F. R., Pattiasina, P. J., Rismanto, D., Saleh, F. Amane, A. O. (2024). *Filsafat Ilmu. Padang*: Penerbit Gita Lentera.
- Kurniawati, A. (2023). *Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Remaja Di SMA Impiems Surabaya*.
- Lepu, R., Hinga, I. T., & Riwu, Y. R. (2022). *Knowledge Level Of Patients Related To Gastritis Chronic Prevention In The Work Area Of Mangulewa*. Media Kesehatan Masyarakat, Hal 162-169.
- Maidartati, Ningrum, T. P., & Fauzia, P. (2021). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Bandung*. Jurnal Keperawatan Galuh, hal 21-28.
- Notoatmodjo. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Nursaadah, O. (2023). *Pola Makan Dan Pengaruhnya Terhadap Psikologis & Spritual*. Sulawesi Selatan: CV Pustaka Taman Ilmu.
- Putri, A., & Astuti, A. (2021). *Faktor gaya hidup yang berhubungan dengan penyakit gastritis di wilayah kerja Puskesmas Sungai Dareh*. Jurnal Ilmu Kesehatan Dharma Indonesia.
- Putri, F. E. (2021). *Efektivitas Media Kabarza (Kartu Bergambar Napza) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Napza Di Smpn 13 Kota Bengkulu*. Bengkulu.
- Sailino, V., Pabebang, Y., & Buntu, F. (2021). *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Pekerja PT. Agrawatie di Dusun Bolong Lembang Rantelimong Kecamatan Kurra Kabupaten Tana Toraja Tahun 2021*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif.
- Simbolon, P., & Simbolon, N. (2025). *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa*. Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal), halaman 12-20.
- Suwindri, S., Tiranda, Y., & Cahya Ningrum, W. A. C. (2021). *Faktor Penyebab Kejadian Gastritis di Indonesia: Literature Review*. JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka, 1(2), 209–223.
- Waworuntu, E. T., Pangeman, D., & Natalia, A. (2024). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Di Desa Kopiwangker*. Jurnal Keperawatan, Hal 29-37.
- Zebua, E., & Wulandari, I. S. (2023). *Hubungan Pengetahuan Dan Pola Makan Terhadap Resiko Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia Yang Menjalani Sistem Blok*. Jurnal Ners, Hal 158-162.