

INFORMASI ARTIKEL

Received: April, 27, 2021

Revised: May, 29, 2021

Available online: May, 29, 2021

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari Kabupaten Lampung Timur

Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Abstract

Gastritis is an inflammatory process in the mucosal and submucosal lining of the stomach, and histopathologically it lead proven the infiltration of inflammatory cells in the area. Gastritis is an acute, chronic diffuse or local inflammation of the gastric mucosa with characteristics of anorexia, a feeling of fullness in the stomach, discomfort in the epigastrium, nausea, vomiting. The purpose of counseling is to provide information about the understanding of gastritis, provide information about the causes of gastritis, provide information about signs and symptoms of gastritis disease. The target of the extension is people diagnosed with gastritis in Batang Harjo Village, Batang Hari District, East Lampung Regency. The location of the counseling at Batang Harjo Village, Batang Hari District, East Lampung Regency. The result of counseling is how to prevent gastritis.

Keywords: Gastritis; Community; Health counseling; Health promotion

Gastritis adalah proses inflamasi pada lapisan mukosa dan submukosa lambung, dan secara histopatologis terbukti adanya infiltrasi sel inflamasi di daerah tersebut. Gastritis adalah peradangan akut, kronis atau peradangan lokal pada mukosa lambung dengan karakteristik anoreksia, perasaan kenyang di perut, ketidaknyamanan di epigastrium, mual, muntah. Tujuan penyuluhan adalah memberikan informasi tentang pengertian maag, memberikan informasi tentang penyebab maag, memberikan informasi tentang tanda dan gejala penyakit maag. Sasaran penyuluhan adalah penderita gastritis di Desa Batang Harjo, Kecamatan Batang Hari, Kabupaten Lampung Timur. Lokasi penyuluhan di Desa Batang Harjo, Kecamatan Batang Hari, Kabupaten Lampung Timur. Hasil penyuluhan adalah bagaimana mencegah terjadinya gastritis.

Kata kunci: Gastritis; Masyarakat; Penyuluhan kesehatan; Promosi kesehatan

PENDAHULUAN

Gastritis adalah proses inflamasi pada lapisan mukosa dan submukosa lambung dan secara histopatologi dapat dibuktikan dengan adanya infiltrasi sel-sel radang pada daerah tersebut (Valle, 2008). Gastritis merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus atau lokal dengan karakteristik anoreksia, perasaan penuh di perut (begah), tidak nyaman pada epigastrium, mual, muntah (Ardiansyah, 2012).

Gastritis merupakan masalah utama yang sering dialami oleh pasien ini disebabkan karena pola makan yang tidak teratur, kebiasaan merokok, konsumsi NSAID dan kopi. Pola makan yang tidak teratur menyebabkan lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat. Produksi HCl (asam lambung) yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya gesekan pada dinding lambung dan usus halus, sehingga timbul rasa nyeri yang disebut tukak lambung. Gesekan akan lebih parah kalau lambung

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari
Kabupaten Lampung Timur

dalam keadaan kosong akibat makan tidak teratur yang pada akhirnya akan mengakibatkan pendarahan pada lambung (Putri, & Agustin, 2010). Berdasarkan data 10 penyakit yang diperoleh dari Desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari Kabupaten Lampung Timur penyakit tertinggi pertama adalah gastritis, hipertensi, influenza, rhinitis akut, gastroenteritis, artritis rheumatoid,

tuberkulosis paru, limfoma maligna, demam thypoid. Penyakit gastritis termasuk urutan pertama remaja Desa Batang Harjo dengan jumlah kasus gastritis sebanyak 60 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Timur, 2020). Dari hasil survey selama 1 bulan dengan responden sebanyak 63 remaja didapatkan hasil.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Responden (N = 63)

Distribusi Frekuensi Karakteristik	n(%)	M±SD	p-value	OR (90%CI)
Umur (Tahun)(Rentan) (18-25)		20.90±1.634	0.710	
Jenis Kelamin:				
- Laki-laki	13 (25.0)			
- Perempuan	39 (75.0)			
Pendidikan Terakhir:				1.500 (0.371-6.067)
- SMA/SMK	38 (73.1)			
- Perguruan Tinggi	14 (26.9)			
Status:				2.833 (0.644-12.461)
- Belum menikah	42 (80.8)			
- Sudah menikah	10 (19.2)			

Berdasarkan table 1 bahwa usia rata-rata dari 63 responden yaitu dengan rentan usia antara 18-25 tahun dengan mean 20.90 dan standar deviasi 1.634. Pada 63 responden (75.0%) berjenis kelamin perempuan (73.1%) memiliki pendidikan sekolah menengah atas (80.8%) responden belum menikah.

Tabel 2 Faktor Pemicu Dengan Kejadian Gastritis (N=63)

Faktor Pemicu Gastritis	n(%)	p-value	OR (90%CI)
Apakah maag anda sering kambuh di 3 bulan terakhir ini?			
- Ya	33 (63.5)	0.300	1.200 (0.292-4.934)
- Tidak	19 (36.5)		
Apakah anda mengalami kebiasaan makan tidak teratur?	40 (76.9)	0.901	3.194 (0.362-28.180)
- Ya	12 (2.31)		
- tidak			
Apakah kebiasaan pola makan anda teratur?	33 (63.5)	0.889	1.542 (0.128-18.463)
- Ya	19 (36.5)		
- Tidak			
Apakah anda kebiasaan sering			

Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari
Kabupaten Lampung Timur

mengonsumsi alkohol?			
- Ya	2 (3.8)	0.464	4.556 (0.260-79.879)
- Tidak	50 (96.2)		
Apakah anda kebiasaan tidak sarapan di pagi hari?	34 (65.4)	0.889	2.462 (0.463-13.062)
- Ya	18 (34.6)		
- Tidak			
Apakah anda sering mengalami stress?	26 (50.0)	0.713	0.450 (0.37-5.631)
- Ya	26 (50.0)		
- Tidak			
Apakah anda kebiasaan mengonsumsi makanan pedas?	49 (94.2)	0.028	1.800 (0.196-16.567)
- Ya	3 (5.8)		
- Tidak			
Apakah anda kebiasaan mengonsumsi makanan yang mengandung santan(soto,kari,gulai,dll)?	33 (63.5)	0.325	1.436 (0.324-6.365)
- Ya	19 (36.5)		
- Tidak			
Apakah anda sering mual, dan muntah?	16 (30.8)	0.663	0.906 (0.213-4.290)
- Ya	36 (69.2)		
- Tidak			
Apakah anda mengetahui makanan yang dianjurkan dikonsumsi untuk penderita gastritis?	26 (50.0)	0.084	0.410 (0.100-1.681)
- Ya	26 (50.0)		
- Tidak			
Apakah anda mengetahui makanan yang dilarang untuk penderita gastritis?	30 (57.7)	0.058	0.635 (0.336-1.200)
- Ya	22 (42.3)		
- Tidak			
Apakah anda sering mengonsumsi obat warung?			
- Ya	19 (36.5)	0.744	2.000 (0.490-8.076)
- Tidak	33 (63.5)		
Apakah anda kebiasaan mengonsumsi makanan asam?	23 (44.2)	0.743	1.333 (0.335-5.311)
- Ya	29 (55.8)		
- Tidak			
Apakah anda sering mengonsumsi makanan siap saji (mie instan dll)	44 (84.6)	0.708	1.800 (0.196-16.567)
-	8 (15.4)		

Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari
Kabupaten Lampung Timur

- Ya			
- Tidak			
Apakah anda mengetahui untuk mencegah penyakit gastritis apabila kambuh kembali?			
- Ya	24 (46.2)	0.296	1.333 (0.335-5.311)
- Tidak	28 (53.8)		
Apakah anda kebiasaan mengkonsumsi makanan yang berlemak dan digoreng?			
- Ya	43 (82.7)	0.207	3.111 (0.705-13.724)
- Tidak	9 (17.3)		
Apakah anda kebiasaan mengkonsumsi makanan yang asin?			
- Ya	32 (61.5)	0.713	1.587 (0.359-7.014)
- Tidak	20 (38.5)		
Apakah anda kebiasaan makan dalam porsi terlalu banyak?			
- Ya	20 (38.5)	0.076	3.111 (0.705-13.724)
- Tidak	32 (61.5)		
Apakah anda kebiasaan makan terlalu dekat dengan waktu tidur ?			
- Ya	25 (48.1)	0.519	3.111 (0.705-13.724)
- Tidak	27 (51.9)		
Apakah anda kebiasaan ngemil coklat setiap hari ?			
- Ya	5 (9.6)	0.893	1.056 (0.105-10.619)
- Tidak	47 (90.4)		

Berdasarkan dalam penelitian pada tabel 2, dapat diketahui bahwa terdapat faktor pemicu dengan kejadian gastritis, diperoleh hampir semua variabel berpengaruh terhadap kejadian gastritis pada usia 18-25 tahun yaitu riwayat maag kambuh dalam 3 bulan terakhir, mengkonsumsi makanan asin, mengkonsumsi makanan berlemak, mengalami kebiasaan makan tidak teratur, mengalami kebiasaan tidak sarapan di pagi hari, kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas, kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji.

Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Tabel. 3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Gastritis

Kejadian Gastritis	n (%)	p-value	OR (90% CI)
Apakah maag anda sering kambuh di 3 bulan terakhir ini?			
- Ya	33 (63.5)	0.300	1.200 (0.292-4.934)
- Tidak	19 (36.5)		
Apakah anda mengalami kebiasaan makan tidak teratur?			
- Ya	40 (76.9)	0.091	3.194 (0.362-28.180)
- tidak	12 (2.31)		
Apakah kebiasaan pola makan anda teratur?			
- Ya	33 (63.5)	0.889	1.542 (0.128-18.463)
- Tidak	19 (36.5)		
Apakah anda kebiasaan tidak sarapan di pagi hari?			
- Ya	34 (65.4)	0.889	2.462 (0.463-13.062)
- Tidak	18 (34.6)		
Apakah anda kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas?			
- Ya	49 (94.2)	0.028	1.800 (0.196-16.567)
- Tidak	3 (5.8)		
Apakah anda sering mengkonsumsi makanan siap saji (mie instan)			
- Ya	44 (84.6)	0.708	1.800 (0.196-16.567)
- Tidak	8 (15.4)		
Apakah anda kebiasaan mengkonsumsi makanan yang berlemak dan digoreng?			
- Ya	43 (82.7)	0.207	3.111 (0.705-13.724)
- Tidak	9 (17.3)		

Berdasarkan penelitian pada tabel 3, dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi kejadian gastritis pada maag anda sering kambuh di 3 bulan terakhir ini (63.5%). mengalami kebiasaan makan tidak teratur (76.9%). kebiasaan pola makan anda teratur (63.5%). kebiasaan tidak sarapan di pagi hari (64.5%). kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas (94.2%). sering mengkonsumsi makanan siap saji (mie instan dll) (84.6%).

Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengkajian Lingkungan Rumah

Pengkajian Lingkungan Rumah	Ya		Tidak	
	n	%	n	%
Terdapat toilet atau wc dirumah	63	100.0	0	0
Terdapat kandang hewan dekat rumah	13	43.3	17	56.7
Tersedia sumber air bersih	63	100.0	0	0
Terdapat tempat pengolahan sampah	8	26.7	22	73.3
Lantai rumah beralaskan tanah	5	16.7	25	83.3
Dinding rumah dalam keadaan baik	28	93.3	2	6.7

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa sebanyak 63 responden (100%) memiliki toilet atau wc dirumah dan tersedia air bersih, 28 responden (93.3%) Dinding rumah dalam keadaan baik, 13 responden (43.3%) Terdapat kandang hewan dekat rumah, 8 responden (26.7%) Terdapat tempat pengolahan sampah, dan 5 responden (16.7%) Lantai rumah beralaskan tanah.

MASALAH

Alasan saya memilih lokasi penyuluhan di Desa Batang Harjo karena masyarakat remaja di Desa Batang Harjomasih kurang dalam melakukan gaya hidup sehat untuk mencegah ataupun mengurangi resiko penyakit Gastritis. Selain hal tersebut pada masa pandemi covid 19 ini masih terdapat masyarakat remaja yang belum mematuhi protokol kesehatan dengan baik, contohnya masih terdapat masyarakat ataupun remaja yang tidak menggunakan masker ketika berpergian keluar rumah. Sehingga hal ini membuat saya ingin untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan mengenai Penyakit Gastritis dan pentingnya menaati protokol kesehatan di masa pandemi Covid 19 di Desa Batang Harjo.

METODE PELAKSANAAN

Tahap Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan ini adalah pembuatan pre planing, persiapan leaflet dan lembar balik untuk pelaksanaan kegiatan penyuluhan.

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan Penyuluhan

No.	Waktu	Kegiatan penyuluhan	Kegiatan peserta
1.	10 menit	1. Mempersiapkan acara 2. Mengarahkan peserta untuk mencuci tangan	Mengikuti arahan dari penyuluh
2.	10 menit	1. Membuka penyuluhan dengan salam 2. Memperkenalkan diri kepada peserta 3. Memberikan leaflet	Menjawab salam dari penyuluh
3.	20 menit	1. Menyampaikan materi penyuluhan: a. Definisi gastritis	Menyimak dan memperhatikan pada

Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari
Kabupaten Lampung Timur

		b. Faktor resiko c. Gejala gastritis d. Pencegahan penyakit gastritis e. Pentingnya menaati protocol kesehatan dimasa pandemic covid 19	saat penyuluh menyampaikan materi
4.	15 menit	1. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya 2. Menjawab pertanyaan yang diajukan peserta 3. Bertanya kepada peserta	1. Memberikan pertanyaan dan menjawab pertanyaan
5	5 menit	Penutup: 1. Mengucapkan terimakasih dan mengucapkan salam	Membalas salam yang di berikan penyuluh

HASIL

Setelah materi selesai diberikan, pembicara memberikan kesempatan pada peserta penyuluhan untuk bertanya. Ada 2 Pertanyaan yang diajukan oleh peserta, diantaranya:

1. Bagaimana cara mengurangi nyeri saat kambuh? Jawaban : bisa dengan kompres air hangat dan saat nyeri bisa diparktikan teknik tarik napas dalam. Acara promosi kesehatan kemudian dilanjutkan dengan kuis mengenai materi penyuluhan yang telah diberikan.
2. Bagaimana pencegahan gastritis? Jawaban : cara membatasi atau menghilangkan kebiasaan-kebiasaan yang tidak sehat seperti, makan tidak teratur, merokok, mengkonsumsi alkohol, minuman bersoda, makanan berlemak, pedas, asam, dan menimbulkan gas di lambung

Acara penyuluhan kemudian dilanjutkan dengan memberikan bingkisan kepada semua peserta yang telah berpartisipasi dalam penyuluhan ini. Selanjutnya melakukan sesi foto bersama dengan peserta penyuluhan. Acara selanjutnya penutupan yang dilakukan oleh penyuluh dengan mengucapkan terimakasih dan salam.

Photo Dokumentasi Kegiatan 1



Yenny Marthalena*, Eva Yunitasari, Eka Nurzanah, Komalasari

Universitas Aisyah Pringsewu.

Korespondensi Penulis: Yenny Marthalena. Email: yennymarthalena.YM@gmail.com

Photo Dokumentasi Kegiatan 2



PEMBAHASAN

Karakteristik Demografi Responden

Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 didapatkan hasil bahwa dari 63 responden rata-rata usia responden 18-25 tahun dengan rata-rata (mean) 1.75 tahun dengan p value 0.128. Pada jenis kelamin diketahui jumlah responden terbanyak berjenis kelamin perempuan (75.0%) dengan nilai $p=0.128$, yang berarti dalam penelitian ini jenis kelamin tidak memiliki hubungan dengan kejadian gastritis. Temuan ini sesuai dengan data gastritis ini terbesar di pada negara yang berkembang diderita pada usia dini dan pada negara maju sebagian besar didapatkan pada usia tua dan angka kejadian infeksi gastritis helicobacter pylori pada beberapa daerah di Indonesia menunjukkan data yang cukup tinggi (Zakaria, 2016; Gustin, 2011).

Pendidikan

Dalam penelitian ini pendidikan memiliki nilai $p=0.568$ yang berarti tidak terdapat hubungan

antara tingkat pendidikan dengan kejadian gastritis. Penelitian yang lain tentang hubungan kebiasaan makan dengan kejadian gastritis pada remaja, dimana menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan makan dengan kejadian gastritis (Saroinsong, Palandeng, & Bidjuni, 2014).

Faktor Pemicu Dengan Kejadian Gastritis Mengalami Kebiasaan Makan Tidak Teratur

Responden yang mengalami kebiasaan makan tidak teratur sebanyak (76.9%) dengan nilai $p=0.901$, yang artinya terdapat hubungan antara kebiasaan makan tidak teratur dengan kejadian gastritis pada remaja dengan 7.0 kali lebih beresiko pada responden yang sering mengalami kebiasaan makan tidak teratur dari yang makan teratur. Kebiasaan makan yaitu waktu makan yang tidak teratur, serta terlalu banyak makan makanan yang pedas dan asam. Penelitian sebelumnya terdapat hubungan yang bermakna antara stres dan kebiasaan makan dengan kekambuhan penyakit gastritis. Ada hubungan antara pola

makan dengan timbulnya gastritis (Rani, & Fauzi, 2016; Maulidiyah, 2006).

Mengalami Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Pedas

Responden yang mengalami kebiasaan mengonsumsi makanan pedas sebanyak (94.2%) dengan nilai $p=0.028$, yang artinya terdapat hubungan antara kebiasaan mengonsumsi makanan pedas dengan kejadian gastritis pada remaja dengan 9.0 kali lebih beresiko pada responden yang sering mengalami kebiasaan mengonsumsi makanan pedas dengan yang tidak. Jenis makanan yang mengiritasi seperti makanan pedas, zat-zat korosif (misalnya: cuka) Selain itu dapat diasumsikan bahwa mengonsumsi makanan pedas atau asam akan merangsang sistem pencernaan, terutama lambung dan usus (Bajry, 2017).

Sebaliknya kebiasaan makan yang baik, seperti makan dengan tepat waktu dan membiasakan konsumsi pola makan yang baik menjauhkan seseorang dari penyakit gastritis. Hal ini dibuktikan pada penelitian yang dilakukan dimana responden dengan jenis makan berisiko lebih banyak menderita gastritis dibandingkan dengan responden tidak berisiko (Angkow, Robot, & Onibala, 2014).

Mengonsumsi Makanan Siap Saji

Responden yang sering mengonsumsi makanan siap saji seperti mie instant sebanyak (84.6%) dengan $p=0.708$, yang artinya terdapat hubungan antara sering mengonsumsi makanan siap saji seperti mie instant dengan kejadian gastritis yang terdapat pada remaja dengan 8.0 kali beresiko pada responden yang sering mengonsumsi makanan siap saji dengan yang tidak. Pada usia yang masih muda, banyak remaja yang memiliki pola makan tidak sehat seperti halnya mengonsumsi makanan pedas, asam-asaman, makanan mengandung gas, makanan siap saji, minum-minuman bersoda, melewati waktu makan karena sibuk, dan frekuensi makan yang sedikit yang dilakukan oleh remaja mulai dari usia dini. Hal ini tentu menyebabkan masalah dari apa yang mereka konsumsi, karena mereka tidak memperhatikan jenis makanan, frekuensi makan, jadwal makan dan porsi makan yang seharusnya

sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan dan perkembangannya saat ini (Siska, 2017).

Kebiasaan Mengonsumsi Makanan yang Berlemak

Responden yang sering mengalami kebiasaan mengonsumsi makanan yang berlemak adalah sebanyak (82.7%) dengan $p=0.207$, yang artinya terdapat hubungan antara sering mengonsumsi makanan yang berlemak dengan kejadian penyakit gastritis yang terdapat pada remaja dan sangat beresiko pada responden yang sering mengonsumsi makanan yang berlemak itu. Penelitian sebelumnya didapatkan bahwa yang memiliki riwayat mengonsumsi makanan yang berlemak juga berpengaruh pada penderita gastritis, karena makanan yang berlemak membutuhkan waktu yang lebih lama untuk dicerna. Kandungan lemak harus dipecah menjadi partikel yang lebih kecil agar bisa diserap oleh usus halus. Semakin lama di lambung maka lambung akan memproduksi asam lambung lebih banyak pula untuk membantu mencerna (Barkah, & Agustiyani, 2021; Verdiana, & Muniroh, 2017).

SIMPULAN

Tingginya angka kejadian gastritis dapat diakibatkan oleh berbagai faktor baik faktor risiko yang masih dapat dikendalikan maupun faktor yang tidak dapat dikendalikan lagi. Perlu penyuluhan berkisinambungan untuk merubah perilaku masyarakat menjadi sehat dan mencegah gastritis. Perlunya pemanfaatan tanaman herbal dilingkungan sekitar dalam penanganan gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Angkow, J., Robot, F., & Onibala, F. (2014). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Ardiansyah, M. (2012). Medikal bedah untuk mahasiswa.
- Bajry, H. A. (2017). *Tubuh anda adalah dokter yang terbaik*. Hayati Qualita.
- Barkah, A., & Agustiyani, I. (2021). Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di

Penyuluhan kesehatan mengenai penyakit gastritis di desa Batang Harjo Kecamatan Batang Hari
Kabupaten Lampung Timur

- Puskesmas Setu I. *Jurnal Antara Keperawatan*, 4(1).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Timur (2020). Angka Kejadian Gastritis di Puskesmas Batang Hari Kabupaten Lampung Timur.
- Gustin, R. K. (2011). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat Jalan Di Puskesmas Gulai Bancah Kota Bukittinggi Tahun 2011. Diunduh dari: URL: http://repository.unand.ac.id/17045/1/17-Jurnal_Penelitian.pdf.
- Maulidiyah, U. (2006). *Hubungan antara stres dan kebiasaan makan dengan terjadinya kekambuhan penyakit gastritis: Studi Pada Penderita Gastritis di Balai Pengobatan Dan Rumah Bersalin Mawaddah Kecamatan Ngoro Kabupaten Mojokerto* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Putri, R. S. M., & Agustin, H. (2010). Hubungan Pola Makan Dengan Timbulnya Gastritis Pada Pasien Di Universitas Muhammadiyah Malang Medical Center (UMC). *Jurnal Keperawatan*, 1(2).
- Rani, A. A., & Fauzi, A. I. (2016). *Helicobacter pylori dan penyakit gastro-duodenal. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. 1st ed. Jakarta: Interna Publ*, 331-5.
- Saroinson, M., Palandeng, H., & Bidjuni, H. (2014). Hubungan stres dengan kejadian gastritis pada remaja kelas XI IPA di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Siska, H. (2017). Gambaran Pola Makan Dalam Kejadian Gastritis Pada Remaja di SMP Negeri 1 Sekayam kabupaten Sanggau. *Jurnal ProNers*, 3(1).
- Verdiana, L., & Muniroh, L. (2017). Kebiasaan Sarapan Berhubungan Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Sdn Sukoharjo I Malang. *Media Gizi Indonesia*, 12(1), 14-20.
- Zakaria, R. (2016). *Pengetahuan tentang pola makan yang benar dan Sikap dalam mencegah kekambuhan gastritis kronis* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammdiyah ponorogo).