

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastritis merupakan inflamasi yang terjadi pada lapisan mukosa lambung serta mengalami kerusakan atau erosi pada mukosa (Diyono, 2016). Menurut Luthfiana gastritis adalah penyakit yang berkaitan dengan perut bagian atas, khususnya *epigastrium*, yang merupakan masalah kesehatan yang terjadi di saluran pencernaan pada masyarakat, khususnya kelompok remaja yang biasanya sering diremehkan (dikutip dalam penelitian RIKA, 2016). Gastritis memiliki karakteristik yang dapat berkaitan dengan proses infeksi pada mukosa lambung, sehingga perlu diketahui perjalanan penyakit gastritis ini.

Proses terjadinya gastritis diawali dengan terinfeksi mukosa lambung, sehingga mengakibatkan mukosa lambung menjadi erosi. Kondisi ini menyebabkan produksi asam lambung meningkat sehingga memperburuk kondisi mukosa lambung menjadi inflamasi. Akibatnya timbul gejala seperti kembung, nyeri perut, mengalami rasa sesak pada bagian perut atas sehingga kepala terasa pusing, sering mual muntah dan bersendawa dalam keadaan lapar serta nafsu makan yang menurun drastis (Rukmana, 2018). Proses terjadinya penyakit gastritis dapat dengan mudah terjadi, sehingga semua kalangan usia dapat dengan mudah terkena penyakit ini.

Prevalensi kasus gastritis menurut penelitian dari badan kesehatan dunia *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2012 dikutip dalam Asep (2018) didapatkan kasus kejadian gastritis sekitar 1.8 - 2.1 juta dari jumlah penduduk di setiap tahunnya. Pada kasus gastritis yang terjadi di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk di setiap tahunnya dan di Indonesia sendiri angka terjadinya gastritis cukup tinggi dengan persentase 40,8% (*WHO*, 2012). Pada profil Kesehatan Kabupaten Tangerang tahun (2018) penyakit gastritis menempati posisi ke-3 dari 10 besar penyakit dengan 35.737 jiwa. Angka kejadian gastritis setiap tahun memperoleh peningkatan. Hal ini dapat menunjukkan bahwa penyakit gastritis bukanlah penyakit yang dapat diabaikan, sehingga perlu untuk diketahui faktor risiko dari penyakit gastritis.

Faktor-faktor risiko terjadi gastritis meliputi konsumsi makanan pedas, minuman beralkohol dan kafein. Gastritis pada umumnya disebabkan karena pola makan yang tidak tepat baik dalam frekuensi makan, waktu makan yang tidak teratur, dan jenis makanan yang dikonsumsi sehingga faktor ini dapat menyebabkan iritatif terhadap mukosa lambung (Diyono, 2016). Gastritis disebabkan karena adanya pola makan yang tidak sesuai, sehingga diperlukan upaya untuk mencegah terjadinya gastritis pada masyarakat khususnya usia remaja yang baru memasuki perkuliahan.

Usia remaja cenderung memiliki risiko yang lebih besar terkena penyakit gastritis. Perihal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rantung, Elizabeth P, Kaunang & Malonda (2019), diperoleh usia remaja >16 tahun sebanyak

64 orang (62,7%) mengalami gastritis. Pada umur usia remaja >16 tahun merupakan masa dimana memasuki dunia perkuliahan dan menjadi mahasiswa (Hatmanti & Septianingrum, 2012). Fase remaja seringkali mengalami tekanan ganda yaitu dalam mencari ilmu dan pekerjaan. Remaja atau mahasiswa baru mengalami perubahan dari sekitarnya seperti adaptasi lingkungan yang baru, berinteraksi dengan orang lain, tekanan untuk belajar, dan akan menimbulkan stres dalam kehidupannya (Hou, Linping, Liu, Yaozhong, 2016 dikutip dalam Hatmanti & Septianingrum, 2012). Menurut Oktaviani (2010) masa remaja adalah masa dalam mencari identitas diri, remaja sering kali takut untuk menjadi gemuk sehingga remaja mengurangi porsi makannya dan menghindari sarapan atau hanya makan sehari sekali yang memicu terjadinya gastritis. Kebanyakan mahasiswa memiliki pola makan dan kondisi psikologis yang dapat memicu terjadi gastritis, sehingga diperlukan pencegahan dan melakukan pola makan yang sesuai untuk mencegah terjadinya gastritis.

Upaya yang dapat dilakukan oleh mahasiswa untuk meminimalkan bahaya dari gastritis melalui peningkatan kesadaran ialah dengan menjaga pola makan dengan jenis makan, jadwal makan, frekuensi makan dan porsi makan yang sesuai (Minggu, 2014). Jenis makanan yang mudah dicerna adalah makanan yang memiliki kandungan dari karbohidrat seperti nasi, roti, dan biskuit. Dan kurangi mengonsumsi makanan pedas dan asam selain itu hindari mengonsumsi makanan yang sulit dicerna seperti kentang dan jagung (Almatsier, 2010 dikutip dalam Imayani, CH, & Aritonang, 2019). Dengan mengonsumsi makanan yang memiliki banyak

kandungan serat seperti sayur dan buah- buahan dapat membantu melancarkan pencernaan. Dengan minum air putih dan makan dengan porsi sedikit tapi sering dapat membantu menetralkan asam lambung (Suryono, 2016).

Berdasarkan hasil *survey* yang dilakukan peneliti pada mahasiswa keperawatan tahun pertama angkatan 2020 yang berjumlah 219 mahasiswa keperawatan di salah satu Universitas di Tangerang didapatkan bahwa 67,4% suka mengonsumsi makanan pedas, dan 70,7% memiliki pola makan yang tidak teratur, selain itu terdapat 69% yang sering menunda untuk makan dan 69,6% yang sering telat makan dan juga dari beberapa wawancara yang kami lakukan kepada beberapa mahasiswa mengatakan bahwa mereka mengalami kesulitan dalam membagi waktu antara kuliah dan mengerjakan tugas sehingga mereka mengalami stres dan membuat mereka tidak nafsu dalam makan atau makan tidak teratur. Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran pola makan dalam terjadinya gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama di salah satu Universitas swasta di Tangerang.

1.2 Rumusan Masalah

Penyakit gastritis merupakan peradangan atau inflamasi pada mukosa lambung. Prevalensi gastritis di Indonesia cukup tinggi. Gastritis lebih sering dialami oleh kalangan remaja atau mahasiswa pada tingkat pertama, karena pada usia tersebut remaja atau mahasiswa memiliki tingkat stres yang tinggi atau tekanan ganda antara belajar dan bekerja saat memulai perkuliahan. Kebiasaan yang dimiliki mereka

dengan menunda waktu makan akan meningkatkan risiko mahasiswa tersebut terkena penyakit gastritis. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengidentifikasi “Bagaimana gambaran pola makan dalam terjadinya gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama di Universitas Pelita Harapan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengidentifikasi bagaimana pola makan mahasiswa dalam terjadinya gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama di Universitas Pelita Harapan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Penelitian ini memiliki tujuan khusus sebagai berikut :

- a. Untuk mengidentifikasi bagaimana karakteristik usia, jenis kelamin dan riwayat penyakit gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama di Universitas Pelita Harapan.
- b. Untuk mengidentifikasi bagaimana tingkatan pola makan mahasiswa dalam terjadinya gastritis pada mahasiswa keperawatan tingkat pertama di Universitas Pelita Harapan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan kesehatan keperawatan dan memberikan informasi mengenai gastritis dan pola makan yang sesuai untuk mencegah terjadinya penyakit gastritis.

1.4.2. Manfaat Praktisi

1) **Bagi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Pelita Harapan**

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan forum diskusi bagi mahasiswa dalam pembelajaran pola makan yang baik dalam terjadinya gastritis di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Pelita Harapan.

2) **Bagi Mahasiswa Keperawatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tumpuan bagi mahasiswa dalam menjaga pola makan sebagai pencegahan terjadinya gastritis pada mahasiswa.

3) **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam penelitian selanjutnya dengan populasi dan metode yang berberbeda.