

## Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di UGD Puskesmas

### Eyat Mayang

Aoladul Muqarrob<sup>1</sup>, D. Mustamu Qamal Pa'ni<sup>2</sup>, Maulin Halimatunnisa<sup>3</sup>, L. Hersika Asmawariza<sup>4</sup>, Iwan Wahyudi<sup>5</sup>, Bq. Fitrihan Rukmana<sup>6</sup>, Erwin Wiksuarini<sup>7</sup>, Amalia mastuty<sup>8</sup>  
Email: aoladul.muqarrob@gmail.com

<sup>1-8)</sup> Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

#### ABSTRAK

Gastritis merupakan proses inflamasi atau gangguan yang diakibatkan oleh adanya iritasi serta infeksi pada mukosa dan submukosa lambung. Kejadian gastritis telah mencapai 1,8 juta hingga 2,1 juta penduduk pada setiap tahunnya di dunia. Indonesia termasuk dalam sepuluh kasus terbanyak didunia yang dilakukan rawat inap di RS maupun di Puskesmas akibat terjadinya gastritis dengan jumlah kasus 30.154 (4,9%). Tujuan: mengetahui apakah terdapat hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada pasien yang mendapatkan pelayanan di UGD Puskesmas Eyat Mayang. Metode: Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode korelasional dengan jenis penelitian cross sectional. Sampel berjumlah 30 responden dengan teknik *purposive sampling*. Hasil: Hasil penelitian didapatkan disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara frekuensi makan, jumlah makan dan jenis makanan terhadap kejadian gastritis dengan nilai  $P= 1.000$  berarti  $>0.05$ . Hal ini disebabkan oleh karena adanya faktor lain yang mempengaruhi kejadian gastritis, seperti adanya faktor gaya hidup dan faktor resiko lainnya.

**Kata kunci:** Pola Makan, Gastritis

#### ABSTRACT

Background: Gastritis is an inflammatory process or disorder caused by irritation and infection of the gastric mucosa and submucosa. The incidence of gastritis has reached 1.8 million to 2.1 million people every year in the world. Indonesia is among the ten most cases in the world. Inpatients in hospitals and community health centers with a total of 30,154 cases (4.9%). Objective: to find out whether there is a relationship between diet and the incidence of gastritis in patients who receive services at the Eyat Mayang Community Health Center ER. Method: The research design used in this research is a correlational method with a cross sectional type of research. The sample consisted of 30 respondents using purposive sampling technique. Results: The research results concluded that there was no significant relationship between eating frequency, number of meals and type of food on the incidence of gastritis with a P value of 1,000 meaning  $>0.05$ . This is caused by other factors that influence the incidence of gastritis, such as lifestyle factors and other risk factors.

**Keywords:** Diet, Gastritis

### A. LATAR BELAKANG

Saat ini, di era globalisasi masalah kesehatan di lingkungan masyarakat semakin banyak yang muncul. Salah satunya yaitu penyakit gastritis. Gastritis yang biasa disebut dengan

Maag adalah proses terjadinya inflamasi atau peradangan atau gangguan kesehatan yang disebabkan karena adanya faktor iritasi serta infeksi pada mukosa dan submukosa lambung [1].

Salah satu tindakan untuk mencegah terjadinya gastritis adalah dengan menjaga pola makan dengan baik. Pola makan merupakan cara atau perilaku seseorang dalam mengatur bahan makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Pola makan meliputi porsi makan, frekuensi makan, dan jenis makanan apa saja yang baik dikonsumsi untuk kesehatan berdasarkan faktor sosial dan budaya dimana mereka hidup [2].

World Health Organization (2019) menjelaskan kejadian gastritis telah mencapai 1,8 juta hingga mencapai 2,1 juta penduduk pada setiap tahunnya di dunia dengan persentase 40,8%, dan mencapai 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk [3].

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan kasus gastritis masuk ke dalam sepuluh penyakit terbanyak di Indonesia, yaitu pada pasien rawat inap di RS maupun di Puskesmas dengan jumlah kasus sebanyak 30.154 (4,9%) [1].

Prevalensi gastritis dari tahun-ke-tahun semakin meningkat. Pada tahun 2015 kasus gastritis sebanyak 60.452, kemudian tahun 2016 sebanyak 95.770 kasus dan 2017 sebanyak 192.044 kasus (Profil Kesehatan Provinsi NTB Tahun 2017, 2017). Menurut Dikes Kabupaten Lombok Barat, pada tahun 2014 kasus gastritis sudah mencapai sebanyak 15.771 kasus [4].

Iwan Salahuddin (2018) menjelaskan bahwa Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis pada Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan YBKP3 Garut. Didapatkan hasil bahwa, ada hubungan yang signifikan antara pola makan siswa dengan gastritis dengan uji Chi Square

dengan nilai yang di peroleh  $p\text{-value} = 0,004$  [5]. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Lilis Apriyani (2021), pada penelitiannya yang berjudul Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muara Gebong, didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan nilai  $P\text{-value} 0,000$  [6].

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, juga menemukan bahwa gastritis masuk ke dalam sepuluh kategori penyakit terbanyak di Puskesmas Eyat Mayang. Berdasarkan data yang diperoleh pada bulan Maret-September tahun 2022 terdapat 390 orang penderita yang masuk pelayanan di UGD Puskesmas Eyat Mayang. Hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti mendapatkan, bahwa terdapat tiga orang mengatakan suka makan pedas, berminyak, dan suka menunda makan karena sibuk bekerja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, gastritis di Indonesia masih tinggi dan salah satu tindakan yang dapat dilakukan untuk mencegah serta mengatasi gastritis adalah dengan menjaga pola makan. Oleh karena itu, peneliti merasa tertarik untuk mengkaji lebih dalam dan melakukan penelitian terkait bagaimana Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis di UGD Puskesmas Eyat Mayang.

## B. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasional dengan jenis penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan

di Puskesmas Eyat Mayang, dengan jumlah sampel 30 responden.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 1. Hasil Analisis Univariat

##### 1.1 Jenis kelamin

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden**

**Berdasarkan Jenis Kelamin pada Pasien**

**UGD Puskesmas Eyat Mayang**

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Peraentase (%)
Laki-Laki	11	36.7%
Perempuan	19	63.3%
Total	30	100.0%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dari 30 responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 orang (36.7%) dan yang berjenis kelamin permepuan sebanyak 19 orang (63.3%). Ini menunjukkan responden Perempuan lebih banyak dibandingkan responden laki-laki.

##### 1.2 Umur

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi**

**Responden Berdasarkan Umur pada**

**Pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang**

Umur Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
10-30 Tahun	11	36.7%
31-50 Tahun	7	23.3%
51- 80 Tahun ke Atas	12	40.0%
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100.0%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dari 30 responden dapat diketahui karakteristik responden 11 orang (36.7%) berumur 10-30 tahun, kemudian 7 orang (23.3%) berumur 31-50 tahun dan 12 orang (40.0%) lainnya dikategorikan kedalam umur 51-80 tahun.

Hal ini berarti responden dengan kategori umur 51-80 tahun lebih dominan dari dua kategori umur lainnya.

##### 1.3 Frekuensi makan

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden**

**Berdasarkan frekuensi makan pada Pasien**

**UGD Puskesmas Eyat Mayang**

Frekuensi makann	Frekuensi (n)	Peraentase (%)
Kurang	22	73.3%
Baik	8	26.7%
Total	30	100.0%

Berdasarkan table 4.3 di atas dari 30 responden karakteristik frekuensi makan terdapat sebanyak 22 orang dengan persentase 73.3% memiliki frekuensi makan yang kurang. Sedangkan 8 orang lainnya memiliki frekuensi makan yang baik dengan persentase 26.7%. Ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden memiliki frekuensi makan yang kurang.

##### 1.4 Jumlah Makanan

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden**

**Berdasarkan Jumlah Makan Pada Pasien**

**UGD Puskesmas Eyat Mayang**

Jumlah makann	Frekuensi (n)	Peraentase (%)
Kurang	8	26.7%
Baik	22	73.3%
Total	30	100.0%

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dari 30 responden karakteristik jumlah makanan terdapat sebanyak 8 orang (26.7%) memiliki jumlah makanan yang kurang. Sedangkan 22 orang lainnya memiliki jumlah makanan

yang baik dengan persentase 73.3%. Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden memiliki jumlah makan yang baik.

### 1.5 Gastritis

Tabel 4.6

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Gastritis pada Pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang

Gastritis	Frekuensi (n)	Peraentase (%)
Ada gastritis	20	66.7%
Tidak ada gastritis	10	33.3%
Total	30	100.0%

Berdasarkan tabel 4.6 diatas dari 30 responden karakteristik kejadian gastritis tersebut terdapat sebanyak 20 orang (66.7%) dengan kategori ada gastritis. Sedangkan 10 orang lainnya dengan kategori tidak ada gastritis dengan persentase 33.3%. Hal ini berarti lebih banyak responden dengan kategori ada gastritis.

## 2. Hasil Analisis Bivariat

### 2.1 Hubungan Frekuensi Makan dengan Gastritis

Tabel 4.7 Hubungan Frekuensi Makan dengan Gastritis

Frekuensi makan	Gastritis		Total	P-value
	ada gastritis	Tidak ada gastritis		
<b>Kurang</b>	15 (50.0%)	7 (23.3%)	22 (73.3%)	<b>1.000</b>
<b>Baik</b>	5 (16.7%)	3 (10.0%)	8 (26.7%)	

<b>Total</b>	20 (66.7%)	10 (33.3%)	30 (100.0%)
--------------	------------	------------	-------------

Berdasarkan pada tabel diatas didapatkan bahwa analisa frekuensi makan dengan gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang adalah dari 22 responden frekuensi makan kurang terdapat 15 responden (50.0%) dengan ada gastritis dan 7 responden (23.3%) tidak ada gastritis. Sedangkan 8 responden dengan frekuensi makan yang baik terdapat 5 responden (16.7%) dengan ada gastritis dan 3 responden (10.0%) tidak ada gastritis. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai P= 1.000 berarti <0.05. dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara frekuensi makan dengan gastritis.

### 2.2 Hubungan Jumlah makan dengan Gastritis

Tabel 4.8 Hubungan jumlah makan dengan gastritis

Frekuensi makan	Gastritis		Total	P-value
	ada gastritis	Tidak ada gastritis		
<b>Kurang</b>	5 (16.7%)	3 (10.0%)	8 (26.7%)	<b>1.000</b>
<b>Baik</b>	15 (50.0%)	7 (23.3%)	22 (73.3%)	
<b>Total</b>	20 (66.7%)	10 (33.3%)	30 (100.0%)	

Berdasarkan pada tabel diatas didapatkan bahwa analisa jumlah makanan dengan gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang adalah dari 8 responden dengan jumlah makanan yang kurang terdapat 5 responden dengan ada gastritis dan 3 responden (10.0%) tidak ada gastritis. Sedangkan 22 responden dengan jumlah makanan yang baik terdapat 15 responden (15.0%) dengan ada gastritis dan 7 responden (23.3%) tidak ada gastritis. Berdasrakan hasil uji statistik didapatkan nilai P= 1.000 berarti <0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jumlah makanan dengan gastritis

### 2.3 Hubungan Jenis Makanan dengan Gastritis

**Tabel 4.9 Hubungan Jenis Makanan dengan Gastritis**

Frekuensi makan	Gastritis		Total	P-value
	ada gastritis	Tidak ada gastritis		
<b>Mengiritasi</b>	14 (46.7%)	8 (26.7%)	22 (73.3%)	<b>1.000</b>
<b>Tidak mengiritasi</b>	6 (20.0%)	2 (6.7%)	8 (26.7%)	
<b>Total</b>	20 (66.7%)	10 (33.3%)	30 (100.0%)	

Berdasarkan pada tabel diatas didapatkan bahwa analisa jenis makanan dengan gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang adalah dari 22 responden mengkonsumsi jenis makanan yang mengiritasi terdapat 10 responden

(46.7%) dengan ada gastritis dan 8 responden (27.7%) tidak ada gastritis. Sedangkan 8 responden diantaranya 6 responden (20.0%) mengkonsumsi jenis makanan yang tidak mengiritasi dengan ada gastritis dan 2 responden (6.7%) tidak ada gastritis. Hasil uji statistik yang didapatkan nilai P=0.682 berarti <0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis makanan dengan gastritis.

### 3. Pembahasan

#### 1) Analisis Univariat

##### a. Frekuensi makan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di UGD Puskesmas Eyat Mayang menunjukkan dari 30 responden terdapat 22 responden (73.3%) memiliki frekuensi makan yang kurang dan 8 responden (26.7%) memiliki frekuensi makan yang baik. Dari hasil penelitian ini responden yang menderita gastritis adalah responden yang menunda waktu makan dan makan secara tidak teratur.

Salah satu penyakit yang sering dialami oleh Masyarakat adalah gastritis. Gastritis adalah nyeri yang disebabkan oleh peradangan atau luka dilambung. Lambung akan menjadi sensitive dan menyebabkan asam lambung meningkat diakibatkan oleh pola makan yang tidak teratur [2]. Hal

ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Lestari (2016) yang menyatakan kasus gastritis biasanya terjadi karena frekuensi makan yang tidak teratur yang mengakibatkan asam lambung meningkat. Apabila ini terjadi secara terus-menerus akan mengakibatkan mukosa lambung teriritasi dan terjadilah gastritis [9].

### **b. Jumlah Makanan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di UGD Puskesmas Eyat Mayang menunjukkan bahwa, dari 30 responden terdapat 8 orang (26,7%) memiliki jumlah makanan yang kurang dan 22 orang (73,3%) memiliki jumlah makanan yang baik. Oleh karena itu, dalam penelitian sebagian besar responden memiliki pola makan yang baik dengan jumlah makanan yang dikonsumsi setiap harinya tercukupi.

Pola makan yang baik adalah apabila frekuensi makan 3 kali atau lebih setiap harinya dan mengonsumsi 3 jenis makanan atau lebih dalam setiap makan dengan porsi seimbang yang meliputi sayur dan vitamin 100 gram, karbohidrat 100 gram, protein 50 gram [10].

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siagina (2021) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan

secara persial antara porsi makan (jumlah makanan) dengan kejadian gastritis [11].

### **c. Jenis makanan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di UGD Puskesmas Eyat Mayang menunjukkan bahwa, terdapat 22 orang (73.3%) dari 30 respinden dengan jenis makanan yang mengiritasi dan 8 orang dengan jenis makanan yang tidak mengiritasi. Oleh karena itu, dalam penelitian ini diketahui sebagian besar responden mengonsumsi jenis makanan yang dapat menyebabkan iritasi pada lambung.

Makanan yang pedas dan asam akan memacu lambung untuk mensekresi asam lambung sehingga menyebabkan penurunan kekuatan dinding lambung [7]. Selain itu, Makanan yang bertekstur keras dan sulit dicerna juga dapat merusak lapisan lambung, hal ini terjadi karena lambung harus bekerja keras untuk mencerna makanan tersebut sehingga dapat mengiritasi lambung. Selain itu minuman berkafein seperti kopi makanan pedas, asam dan makanan instan atau cepat saji dapat menyebabkan iritasi pada lambung [8].

#### d. Kejadian gastritis

Kejadian gastritis di UGD Puskesmas Eyat Mayang, tentang gastritis pada tabel 4.6 dapat menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 20 responden (66.7%) ada gastritis dan 10 responden (33.3%) yang tidak ada gastritis. Sehingga didapatkan lebih banyak responden dengan ada gastritis dibanding dengan yang tidak ada gastritis. Hal ini disebabkan oleh responden dengan makannya tidak terjaga serta kebiasaan mengkonsumsi jenis makanan yang dapat mengiritasi lambung.

#### 2) Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis yang dilakukan di UGD Puskesmas Eyat Mayang didapatkan bahwa frekuensi makan dengan gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang yaitu dari 22 responden frekuensi makan kurang terdapat 15 responden (50.0%) dengan ada gastritis dan 7 responden (23.3%) tidak ada gastritis. Sedangkan 8 responden dengan frekuensi makan yang baik terdapat 5 responden (16.7%) dengan ada gastritis dan 3 responden (10.0%) tidak ada gastritis. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $P= 1.000$  berarti  $<0.05$ . Adapun jumlah makanan dengan gastritis dari 8 responden dengan jumlah makanan yang kurang terdapat 5 responden

dengan ada gastritis dan 3 responden (10.0%) tidak ada gastritis. Sedangkan 22 responden dengan jumlah makanan yang baik terdapat 15 responden (15.0%) dengan ada gastritis dan 7 responden (23.3%) tidak ada gastritis. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $P= 1.000$  berarti  $<0.05$ .

Kemudian jenis makanan dengan gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang adalah dari 22 responden mengkonsumsi jenis makanan yang mengiritasi terdapat 10 responden (46.7%) dengan ada gastritis dan 8 responden (27.7%) tidak ada gastritis. Sedangkan 8 responden diantaranya 6 responden (20.0%) mengkonsumsi jenis makanan yang tidak mengiritasi dengan ada gastritis dan 2 responden (6.7%) tidak ada gastritis. Hasil uji statistik yang didapatkan nilai  $P=0.682$  berarti  $<0.05$ . Oleh karena itu dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan gastritis.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang Hermanto (2018) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan gastritis dengan hasil uji statistik yang diperoleh adalah  $p=0,619$  yang berarti tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan gastritis [12]. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh

Sandi (2020) menyatakan tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis. Hasil distribusi pola makan responden terdiri 58,5% responden memiliki pola makan yang kurang baik, 41,5% responden memiliki pola makan yang baik dan sebanyak 55,4% responden mengalami gastritis dan 44,6% orang responden tidak mengalami gastritis. Uji statistic menunjukkan  $p=0,073$  yang berarti tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan gastritis [13].

Hasil yang berbeda ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan Erna Yuliarsih (2022) yang menyatakan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis [8]. Penelitian menggunakan 79 responden dengan hasil 61 responden (77,2%) memiliki pola makan tidak sehat dan 1 responden (77,2%) mengalami kejadian gastritis. Hasil uji statistic didapatkan  $p = 0,00 < \alpha 0,05$  yang berarti terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis. Menurut Dewi (2017) menyatakan bahwa factor penyebab terjadinya gastritis tidak hanya dari pola makan, namun bisa juga dikarenakan faktor psikologis (setres psikis dan setres fisik) [14].

#### **D. KESIMPULAN**

Dari penelitian ini bisa ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a) Jenis kelamin responden yang paling banyak mengalami gastritis adalah Perempuan sebanyak 19 responden dan laki-laki sebanyak 11 responden
- b) Umur responden yang dominan lebih banyak adalah responden yang berumur 51-80 tahun sebanyak 12 responden
- c) Responden yang mengalami gastritis lebih banyak memiliki frekuensi makan yang kurang
- d) Responden yang menderita gastritis lebih banyak yang mengkonsumsi jenis makanan yang dapat mengiritasi
- e) Responden yang ada gastritis lebih banyak dibandingkan responden yang tidak ada gastritis
- f) Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi makan dengan kejadian gastritis pada pasien di UGD Puskesmas Eyat Mayang
- g) Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jumlah makanan dengan kejadian gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang
- h) Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis makanan dan kejadian gastritis pada pasien UGD Puskesmas Eyat Mayang

## E. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada perawat di IGD Puskesmas Eyat Mayang, pasien dan keluarga pasien yang sudah berkenan untuk mengisi kuesioner dan semua pihak yang sudah membantu sehingga penelitian ini berjalan sebagaimana mestinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Tussakinah, dkk. (2018). Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Terhadap Kekambuhan Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas, (JKA)*. Vol 7 (2).  
<https://doi.org/10,25077/jka.v7.i2.p217-225.2018>
- [2] Diatsa, B., Muhlisin, A., Kep,M.,Yulian, V.,& Kep,S.(2016). Hubungan Pola Makan Dedang Kejadian Gastritis Pada Remaja di Pondok Al-Hikmah, Trayon, Karanggede, Boyolali
- [3] Nirmalarumsari, C.,& Tandipasang, F.(2018). Faktor Risiko Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bantilang Tahun 2019. *Jurnal Nurse Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, Vol 7 (2), 196-202.  
<https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.ART.p196-202>
- [4] Dikes Lobar. (2014). Profil Kesehatan Lombok Barat.Kabupaten Lombok Barat
- [5] Iwan Shalahudin, & Udin Rosidin. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan YBKP3 Garut. *Jurnal KesehatanBakti Tunas Husada* 18.33-34
- [6] Apriani, Lilis & Puspita, Sari. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muara Gebong. *Jurnal Keperawatan Merdeka*. 1 (1)
- [7] La Ode Muhammad Taufiq, Taswin, Muhammad Subhan, N. Ketut M. (2019). Hubungan Dan Pengaruh Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Kekambuhan Gastritis. *Jurnal Kesehatan*
- [8] Yuliarsih, Erna. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Usia 17-25 Tahun. (Skripsi Sarjana, Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang)
- [9] Lestari, E.P. (2016) Pola Makan Salah Satu Penyebab Gastritis Pada Remaj. In *Nursing News*. (1,2)
- [10] Prasetyaningsih, E., Duru, E. P., & Novitasari, E. (2021). Dekripsi Pola Makan Dan Risiko Gastritis Pada Manusia Universitas Swasta. 9 (1)
- [11] Siagina, Mellina Siswati. (2021). Literature Review: Hubungan Pola Makan

Dalam Kejadian Gastritis Pada Remaja. ( Karya Tulis Ilmiah. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan)

[12] Hermanto. (2018). Pola Hubungan Makan Dengan Pencegahan Gastritis dari SMK Antartika 2 Sidoarjo. Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan

[13] Sandi, Erika Dini. (2020). Hubungan Keteraturan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Remaja: Sistematic Review. (Skripsi. Universitas Bhakti Kencana)

[14] Dewi, A. (2017). Hubungan Pola Makan dan Karakteristik Individu Terhadap Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. ( Skripsi, Universitas Hasanuddin Makasar)