

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS BALE BANDUNG

Dedi Kurnia^{1*}, Monesha Aulia Shaleha²

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Bale Bandung, Jawa Barat, Indonesia

Abstrak

World Health Organisation (WHO) 2018, menilai prevalensi pasien gastritis di banyak negara di dunia Amerika, Hongkong, Australia, China dan sekitar 583.635 orang di Asia Tenggara menderita gastritis setiap tahun. Angka kejadian gastritis di Puskesmas di Jawa Barat masih cukup tinggi dari 21 besar penyakit setelah Nasoparingitis dan Hipertensi Primer. Sejauh ini belum ada perubahan yang signifikan dari tahun 2009 hingga sekarang. Gastritis atau yang lebih sering kita sebut penyakit maag, merupakan penyakit yang sangat mengganggu aktivitas dan bisa berakibat fatal jika tidak dikelola dengan baik. Biasanya gastritis terjadi pada orang yang memiliki gaya hidup tidak sehat dan pola makan tidak teratur sehingga dapat merangsang sekresi asam lambung. Beberapa infeksi mikroba juga dapat menyebabkan gastritis. Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui adakah Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung. Desain dalam penelitian ini adalah studi kolerasi dengan menggunakan metode pendekatan cross-sectional. Sampel diambil dalam penelitian ini berjumlah 120 seluruh Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung dari tingkat 1 - 4. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner melalui google form. Analisa data menggunakan Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan 61,6% Mahasiswa memiliki pola makan yang sehat dan 60,8% Mahasiswa tidak mengalami gastritis. Uji Chi-square menunjukkan hasil $p\text{-value} = 0,000 < (0.05)$. Artinya secara statistik bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara Pola Makan dan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Bale Bandung.

Kata kunci: Pola Makan, Kejadian Gastritis

Abstract

World Health Organisation (WHO) 2018, assessing the prevalence of gastritis patients in many countries in the world America, Hong Kong, Australia, China and around 583,635 people in Southeast Asia suffer from gastritis every year. The incidence of gastritis at health centers in West Java is still quite high from the 21 major diseases after nasoparingitis and primary hypertension. So far there has been no significant change from 2009 until now. Gastritis or what we often call stomach ulcers, is a disease that really interferes with activities and can be fatal if not managed properly. Gastritis usually occurs in people who have an unhealthy lifestyle and irregular eating patterns that can stimulate stomach acid secretion. Some microbial infections can also cause gastritis. The general objective of this study was to find out whether there is a relationship between diet and the incidence of gastritis in health science students at Bale University, Bandung. The design in this study is a correlation study using an approximation method cross-sectional. Samples were taken in this study totaling 120 students of Health Sciences at the University of Bale Bandung from level 1 - 4. The research instrument used a questionnaire via google form. Data analysis using Chi-Square. The results showed that 61.6% of students had a healthy diet and 60.8% of students did not experience gastritis. The Chi-square test shows the result of $p\text{-value} = 0.000 < (0.05)$. This means statistically that there is a positive and significant relationship between diet and the incidence of gastritis in Bale Bandung health science students.

Keywords: Diet, Gastritis Incidence

Informasi Artikel Submitted: 28-09-2023 Accepted: 18-10-2023 Online Publish: 30-10-2023

Healthy Journal is licensed under:

Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)



Pendahuluan

World Health Organisation (WHO) 2018, menilai prevalensi pasien gastritis di banyak negara di dunia dan menemukan bahwa kejadian gastritis global adalah 7-45%, dimana 22 di Amerika Serikat adalah 25,8%, 30,4% , dan Hong Kong 18,4%, Australia 24,4-38,2%, China 23,3%. (Merita et al., 2018). Di seluruh dunia, kejadian tahunan gastritis adalah sekitar 1,8-2,1 juta pada populasi umum.

Di Indonesia, menurut data Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, prevalensi gastritis adalah 40-50%. Secara global, Indonesia memiliki jumlah infeksi gastritis tertinggi keempat dengan jumlah penduduk 2.384.542.952 juta dan prevalensi 274.396. Menurut data kesehatan Indonesia, penyakit maag merupakan salah satu dari 10 penyakit yang paling banyak diderita pasien. Jumlah total kasus rawat inap di rumah sakit Indonesia adalah 30.154 (4,9%) (Nage et al., 2018).

Menurut hasil penelitian dan observasi Kementerian Kesehatan RI, angka kejadian gastritis tertinggi mencapai 91,6%, yaitu di Kota Medan, lalu diikuti Surabaya 31,2%, Denpasar 46%, dan Jakarta 50%, Bandung 32,5%, Palembang 35,35%, Aceh 31,7% dan Pontianak 31,2% (WHO dalam Islam 2016). Angka kejadian gastritis di Puskesmas di Jawa Barat masih cukup tinggi dari 21 besar penyakit setelah Nasoparingitis dan Hipertensi Primer. Sejauh ini belum ada perubahan yang signifikan dari tahun 2009 hingga sekarang. Di kabupaten Bandung Gastritis merupakan penyakit saluran pencernaan tertinggi dibandingkan dengan diare, Tifoid Fever, Hepatitis, dan Apendikitis. (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2010 dalam Hopia dkk 2012).

Gastritis adalah peradangan mukosa lambung akut, kronis difus atau

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS BALE BANDUNG**
/Healthy Journal
Dedi Kurnia^{1*}, Monesha Aulia Shaleha²

lokal, ditandai dengan anoreksia, perasaan penuh di perut (kembung), ketidaknyamanan epigastrium, mual dan muntah (Suratun SKM, 2010). Gastritis atau yang lebih sering kita sebut penyakit maag, merupakan penyakit yang sangat mengganggu aktivitas dan bisa berakibat fatal jika tidak dikelola dengan baik. Biasanya gastritis terjadi pada orang yang pola makannya tidak teratur sehingga dapat merangsang sekresi asam lambung. Beberapa infeksi mikroba juga dapat menyebabkan gastritis.

Faktor yang sering menyebabkan maag seringkali diawali dengan pola makan yang tidak teratur, sehingga lambung menjadi sensitif saat asam lambung meningkat. Pola makan adalah berbagai informasi yang menguraikan jenis dan jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Pola makan mencakup frekuensi makan, jenis makan, dan jumlah (Baliwati, 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur Hasanah (2020), ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di BPM Indah Suryawati Kota Binjai Madya Kabupaten Binjai Timur Tahun 2020. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis, dan responden dengan pola makan tidak teratur juga berisiko terkena gastritis.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung Pada tanggal 10 Januari 2023 diperoleh hasil 6 (60%) Mahasiswa mempunyai riwayat penyakit maag, pola makan Mahasiswa ditandai dengan sering melewatkan sarapan, makan kurang dari 3 kali sehari, selalu makan makanan pedas dan asam. 4 orang (40%) tidak mempunyai riwayat penyakit maag, dalam keadaan sehat dan mempunyai pola makan yang teratur.

Peneliti memilih Mahasiswa, seperti yang ditemukan banyak di antara mereka umumnya berada dalam kelompok usia ini pola hidup yang tidak

sehat, seperti kurang memperhatikan makanan pola makan dan jenis makanan yang dikonsumsi. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung”.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung dari tingkat 1-4 dengan jumlah 120 Mahasiswa. Teknik sampling yang digunakan adalah Nonprobability Sampling dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga sampel yang diambil adalah 120 dari jumlah total Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup (close ended questions) menggunakan skala Guttman (Sugiyono, 2019:149). Instrumen pola makan terdiri dari pertanyaan favorable dan unfavorable. Selanjutnya, untuk mengukur kejadian gastritis menggunakan pertanyaan skala pengukuran yaitu skala likert dalam pertanyaan berupa favorable dan unfavorable.

Hasil validitas terhadap instrumen pola makan diperoleh nilai dalam rentang 0,145-0,702 serta nilai reliabilitas diperoleh dengan nilai Cronbach Alpha 0,557. Hasil validitas terhadap instrumen variabel kejadian gastritis diperoleh hasil 0,432-0,837 serta nilai reliabilitas diperoleh dengan nilai Cronbach Alpha 0,910.

Hasil dan Pembahasan

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS BALE BANDUNG**
/Healthy Journal
Dedi Kurnia^{1*}, Monesha Aulia Shaleha²

Hasil penelitian mengenai “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung” terhadap 120 responden. Setelah melakukan analisis statistik deskriptif, berikut adalah hasil dari distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel. 1
Analisis Statistik Deskriptif Responden

Variabel	N	%
Usia		
18-20	66	55%
21-23	54	45%
Total	120	100%
Jenis kelamin		
Laki-laki	11	9,1%
Perempuan	109	90,9%
total	120	100%

Tabel. 2

Hasil analisis statistic deskriptif berdasarkan pola makan dan kejadian gastritis

Data deskriptif	Variabel yang diteliti	
	Pola	Kejadian
	makan	gastritis
	(X ₁)	(X ₂)
Nilai skore yang diperoleh	464	3946
Derajat skor tertinggi	840	6720
Derajat skor terendah	0	1680
Hasil ukur	55,23%	58,72%
kategori	Pola makan sehat	Tidak mengalami gastritis

Hasil ukur terhadap variabel independent dan dependen memiliki nilai yang berimbang, di mana kategorinya masuk dalam kategori Pola makan sehat untuk variabel pola makan, kategori Tidak mengalami gastritis untuk variabel kejadian gastritis.

Seluruh skor maksimum untuk jawaban responden terhadap 7 pernyataan adalah 840. Dari perhitungan dalam tabel menunjukkan nilai yang diperoleh 464 atau 55,23% dari skor maksimum yaitu 840, berada dalam kategori pola makan sehat.

Secara ideal, skor tertinggi untuk jawaban responden terhadap 14 pertanyaan adalah 6270. Dari perhitungan dalam tabel menunjukkan nilai yang diperoleh 3946 atau 58,72% dari skor ideal yaitu 6270, Berada dalam kategori tidak mengalami gastritis.

Tabel.3
Tabulasi Silang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian
Gastritis Kejadian Gastritis

Pola Makan	Tidak Mengalami		Mengalami		Total n	Total %	Pearson chi-square	Contingency coefficient
	n	%	n	%				
Sehat	56	75,6	18	24,4	74	100%		
Tidak Sehat	17	37	29	63	46	100%		
Total	73		47		120	100%	17,849	0,360
$p= 0,000$ $X^2=17,849$								
Kontingensi Koefisien = 0,360								

Berdasarkan tabel. 3 diperoleh bahwa responden dengan pola makan yang sehat cenderung tidak mengalami kejadian gastritis sebanyak 56 responden dengan

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS BALE BANDUNG**
/Healthy Joutnal
Dedi Kurnia^{1*}, Monesha Aulia Shaleha²

nilai persentase (75,6%), responden dengan pola makan sehat yang mengalami kejadian gastritis sebanyak 18 responden dengan nilai presentase (24,4%). Dan responden dengan pola makan yang tidak sehat cenderung mengalami gastritis sebanyak 29 responden dengan nilai persentase (63%), responden dengan pola makan tidak sehat yang tidak mengalami gastritis sebanyak 17 responden dengan nilai persentase (37%). Selain itu hasil *pearson chi-square* didapatkan nilai 17,849 dan *contingency coefficient* 0,360.

Tabel. 4
Hasil uji chi-square pola makan dengan kejadian gastritis

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	17.849 ^a	1	,000
N of Valid Cases	120		

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 18.02

Symmetric Measures		
	Value	Approximate Significance
Contingency Coefficient	,360	,000
N of Valid Cases	120	

Sumber : Data Primer diolah SPSS versi 23.0

Hasil uji Chi-square didapatkan hasil p -value 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 0,05 ($p=0,000 < \alpha=0,05$) dan didapatkan nilai X^2 hitung 17,849 ($\alpha=0,05$ dan X^2 tabel 3,841). Nilai tersebut menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ dan X^2 Hitung $> X^2$ tabel ($17,849 > 3,841$), maka kolerasi antara variabel Pola makan

dengan Kejadian Gastritis H_a diterima dan H_0 di tolak, artinya secara statistik bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara Pola Makan dan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Bale Bandung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan memiliki pengaruh yang besar terhadap timbulnya gastritis. Hasil penelitian menunjukkan 46 responden memiliki pola makan yang buruk dan gastritis. Kebiasaan makan yang buruk pada Mahasiswa ini sering menimbulkan gejala seperti nyeri ulu hati, perut kembung, mual dan bersendawa. Ditambah lagi dengan sering nya menunda dan melewati waktu makan dan tidak nafsu makan jika tidak makan makanan pedas.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Baliawati, 2011) yang menyatakan bahwa makan dalam jumlah besar itu bisa menyebabkan regurgitasi atau refluks isi lambung, yang dapat menyebabkan lapisan dinding lambung tidak kuat, suatu kondisi yang dapat menyebabkan peradangan atau tukak lambung. Saat makan makanan pedas atau asam berlebihan dapat mengiritasi sistem pencernaan, jika hal ini terjadi secara berkelanjutan, maka akan menghasilkan asam berlebih yang mengiritasi dinding mukosa lambung (Smeltzer, 2014).

Peneliti berasumsi bahwa timbulnya gastritis disebabkan oleh berbagai alasan. Karena kebiasaan makan yang tidak teratur, sebagian besar responden hanya makan pokok 1-2 kali sehari, bahkan beberapa responden makan sekali sehari, dan porsi nya sangat besar. Selain itu, adanya ketidakseimbangan antara kandungan karbohidrat, protein, vitamin dan mineral dalam makanan yang dikonsumsi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Putra, 2020), terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastroesophageal reflux disease (GERD) pada Mahasiswa Program Penelitian Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. Nilai prevalensi lebih besar dari

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS BALE BANDUNG**
/Healthy Journal
Dedi Kurnia^{1*}, Monesha Aulia Shaleha²

1 menunjukkan bahwa pola makan yang buruk merupakan faktor risiko GERD, yaitu Mahasiswa dengan pola makan yang buruk memiliki risiko GERD 2,5 kali lebih tinggi daripada siswa dengan pola makan yang baik. (p-nilai = 0,004; RP = 2,516).

Dari analisis data penelitian ditemukan adanya hubungan tertentu antara pola makan dengan terjadinya GERD, seperti pola makan yang tidak teratur, frekuensi makan, kebiasaan tidur yang buruk setelah makan, dan jenis makanan yang dimakan. Dari hal ini dapat didukung oleh penelitian yang dilakukan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di India dengan jumlah responden sebanyak 600 orang dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara melewatkan waktu sarapan dan kebiasaan tidur dalam satu jam setelah makan malam dengan terjadinya gastritis ($p = 0,010$ dan $p = 0,001$), selain itu penelitian lain yang dilakukan pada Mahasiswa kedokteran di Chennai, India Selatan dengan jumlah responden sebanyak 263 Mahasiswa terdapat hubungan antara menunda waktu makan dengan kejadian gastritis ($p = 0,037$).

Mengatur gaya hidup dengan cara memperhatikan pola makan (frekuensi makan, jenis makan, jumlah makan) sangat penting bagi penderita gastritis karena dapat mengurangi refluks lambung dan dapat meningkatkan pembersihan asam intra-esofagus. Menghindari kebiasaan makan yang buruk yang dapat memicu terjadinya faktor-faktor terjadinya gastritis seperti meninggikan posisi tidur setelah makan, kurangi konsumsi kopi, makanan pedas dan asam, serta minuman yang berkarbonasi, dan asupan lemak elah direkomendasikan oleh *American College of Gastroenterolog*.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukan bahwa dari 120 Mahasiswa Ilmu Kesehatan Universitas Bale Bandung memiliki pola makan yang sehat dan tidak mengalami gastritis. Dari hasil analisis statistic terdapat hubungan yang

positif dan signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis. Didapatkan hasil *contingency coefficient* 0,360. Hal ini menunjukkan hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis memiliki tingkat hubungan rendah (0,20-0,399).

Bibliografi

- Abdurrachim R, Meladista E, Yanti R. Hubungan Body Image Dan Sikap Terhadap Makanan Dengan Pola Makan Mahasiswa Jurusan Gizi Politeknik. *Gizi Indones*. 2018;41(2):117-24.
- Adwan, S. M. (2018). Penyakit hati, lambung, usus, dan gangguan sistem pencernaan.
https://library.stikesmus.ac.id/index.php?p=show_detail&id=487
- Alianto, r. (2015). Diagnosis histopatologik gastritis. Alianto, r. (2015) 'diagnosis histopatologik gastritis', 42(8), pp. 597-600., 42(8), 597-600.
- Ardiansyah. Medikal Bedah Untuk Mahasiswa. Yogyakarta: Divapress; 2012.
- Ausrianti, R., & Nurleni, N. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Faktor Stress Dengan Kejadian Gastritis Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUP Dr. M Jamil Padang Tahun 2018. *MENARA Ilmu*, XIII(4), 105-112.
- Baliwati, Y. 2019. Penelitian Gizi dan Makanan. *The Journal of Nutrition and Food Research*). 42, 1.
- Desty Eka Restiana. (2019). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 17-25 Tahun.
- DeVault K, Castell D. Updated guidelines for the diagnosis and treatment of gastroesophageal reflux disease. *Am J Gastroenterol*. 2005;100:190-200.
- Diatsa, B., Muhlisin, A., Kep, M., Yulian, V., & Kep, S. (2016). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di Pondok AL-Hikmah, Trayon, Karanggede, Boyolali.
- Dwi Meilani A, Ratna. 2016. "Pengetahuan Pasien Dengan Gastritis Tentang Pencegahan Kekambuhan Gastritis." *Jurnal AKP* 34(1):34-39.
- Dwigint S. The Relation of Diet Pattern to Dyspepsia Syndrome In College Students. *J Major*. 2015;4(1):73-80. Dalam jurnal "Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)" Teuku Romi Imansyah Putra, <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Eka Novitayanti. 2020. "Identifikasi Kejadian Gastritis Pada Siswa Smu Muhammadiyah 3 Masaran." *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan* 10(1):18-22. doi: 10.47701/infokes.v10i1.843.

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS BALE BANDUNG**
/Healthy Journal
Dedi Kurnia^{1*}, Monesha Aulia Shaleha²

- El-Serag HB, Sweet S, Winchester CC, Dent J. Update on the epidemiology of gastro-oesophageal reflux disease: A systematic review. *Gut*. 2014;63:871–80.
- Gibson, R (2005). Principles of nutritional assessment. *Oxford university. New York*
- Handayani, M., & Thomy, T. A. (2018). Hubungan Frekuensi, Jenis Dan Porsi Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 1(2), 40–46.
<https://doi.org/10.32524/jksp.v1i2.379>
- Hartati, S., & Utomo, W. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Resiko Gastritis Pada Mahasiswa Yang Menjalani Sistem Kbk. In *JOM PSIK* (Vol. 1, Issue 2).
- Islami. 2016. *Hubungan Pola Makan dan stres dengan kejadian gastritis pada pasien dewasa rawat jalan di rumah sakit umum daerah pariaman tahun 2016. Diploma Thesis*. [online] <http://scholar.unand.ac.id/12966/> (diakses 21 Desember 2017 Pukul 23.01)
- Kurniyanti I, Christianto E, Ismawati. Gambaran Sarapan dan Status Gizi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2017. *J Ilmu Kedokt*. 2018;2:108–12. Dalam jurnal “Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)” Teuku Romi Imansyah Putra
- Kasron, and Susilawati. 2018. *Buku Ajar Anatomi Fisiologi Dan Gangguan Sistem Pencernaan*. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media. Vol.3 No. 2 Nov.2021
- Liliandriani et al. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Al-Syariah Mandar. *Journal Peqguruang; conference series eISSN: 2686-3472 Vol.3 No. 2 Nov.2021*
- Mardalena. Ida. 2017. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Pencernaan*. Yogyakarta : PT Pustaka Baru.
- Merita, M., Sapitri, W. I., & Sukandar, I. (2018). Hubungan tingkat stress dan pola konsumsi dengan kejadian gastritis di Puskesmas Pakuan Baru Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 5(1), 51–58.
- Misnadiarly. (2009). *Mengenal Penyakit Organ Cerna*. Jakarta: Pustaka Pouler
- Obor. Nage, E., Mujahid, M., & Muzakkir, M. (2018). Hubungan antara Pola Makan dengan Terjadinya Gastritis pada Pasien yang Dirawat di RSUD Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 12(4), 442–447.
- Pastor, Naisha Madaley Zorrilla. 2019a. “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas X Di Ma Walisongo Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun Tahun 2019.” 23(3):2019.
- Pastor, Naisha Madaley Zorrilla. 2019b. “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Santri Di Pondok Pesantren Mambaul Hisan Kabupaten Pringsewu Tahun 2019.” 23(3):2019.

- Permenkes Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Permenkes Nomor 28 Tahun 2019 *Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Purbaningsih, E. S. (2020). Analisis Faktor Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Risiko Kejadian Gastritis Berulang. *Syntax Idea*, 50. (dalam Skripsi Auwalia Ismy Athiroh "Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Penderita Gastritis")
- Putra, Teuku. R. I., Mamfaluti, Teuku., Fitri, Bunga F, (2020) "Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)" <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Restiana, Desy Eka., Skripsi: (2019) Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas X Di MA Walisongo Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun.
- Shalahuddin, I, Rosidin, U. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja di sekolah Menengah Kejuruan YBKP3 Garut". *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*. Vol. 18. No. 1
- Saputra, M. A. S., & Tamzil, E. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Pasien di Puskesmas Pembina Palembang.
- Sukarmin, (2012). *Keperawatan Pada Sistem Pencernaan*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Sulistyoningsih, H., (2011). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Sugiyono, 2021., *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D.*, Bandung: Alfabeta (cetakan ke-3) ISBN: 978-602-289-533-6,. Anggota Ikatan Penerbit Indonesia (IKAPI)
- Wahyuni, S. D., Rumpiati, & LestaRiningsih, R. E. M. (2017). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Global Health Science*, 2(2), 149-154. <http://jurnal.csdforum.com/index.php/ghs>
- Wendl B, Pfeiffer A, Pehl C, T S, Kaess H. Effect of decaffeination of coffee or tea on gastro-oesophageal reflux. *Aliment Pharmacol Ther*. 1994;8:283-7.
- Yatmi, F. (2017). *Pola Makan Mahasiswa Dengan Gastritis Yang Terlibat Dalam Kegiatan Organisasi Kemahasiswaan Di Universitas Islam Negeri Jakarta*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017.