

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STRES TERHADAP KEKAMBUIHAN GASTRITIS DI PUSKESMAS REJOSARI KOTA PEKANBARU

SELVI AMMELIA, SABTRIA WINDA SARI

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru
ammeliasselvi@gmail.com, arienda011219@gmail.com

Abstract: *Gastritis is a disease or disorder in which the stomach wall is inflamed. This disorder is caused by excessive levels of hydrochloric acid (Hcl). The purpose of this study is to determine the relationship between diet and stress to the recurrence of gastritis in the Rejosari Health Center, Pekanbaru. This research was conducted at the Rejosari Health Center, Pekanbaru on December 23, 2024 – January 9, 2025. The sampling technique used the accidental sampling method, with a total of 97 respondents. The research design used is descriptive correlational with a cross sectional approach. The data collection tool is a questionnaire with analysis using the Chi-Square and Fisher's Exact Test with $\alpha = 0.05$. The results of this study found that there was a relationship between diet and the recurrence of gastritis at the Rejosari Health Center, Pekanbaru with a P value of 0.001, and there was a relationship between stress and the recurrence of gastritis at the Rejosari Health Center, Pekanbaru with a P value of 0.000. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between diet and stress on the recurrence of gastritis at the Rejosari Health Center, Pekanbaru. It is hoped that gastritis patients at the Rejosari Health Center in Pekanbaru City can manage their diet and manage stress to prevent gastritis and its recurrence.*

Keywords : *Diet, Stress, Gastritis.*

Abstrak: Gastritis merupakan suatu penyakit atau kelainan dimana dinding lambung mengalami peradangan. Gangguan ini disebabkan oleh kadar asam klorida (Hcl) yang berlebihan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan stres terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru pada tanggal 23 Desember 2024 – 9 Januari 2025. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *accidental sampling*, dengan jumlah responden 97 orang. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Alat pengumpulan data yaitu kuesioner dengan analisis menggunakan uji *Chi-Square* dan *Fisher's Exact Test* dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan antara pola makan terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dengan P *value* 0,001, dan ada hubungan stress terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dengan P *value* 0,000. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dan stres terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Diharapkan pasien gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dapat mengatur pola makan dan mengelola stres untuk mencegah terjadinya gastritis dan kekambuhannya.

Kata Kunci: Pola makan, Stres, Gastritis

A. Pendahuluan

Gastritis merupakan suatu penyakit atau kelainan dimana dinding lambung mengalami peradangan. Gangguan ini disebabkan oleh kadar asam klorida (Hcl) yang berlebihan. Selain itu, gastritis juga disebabkan jenis makanan yang mengandung bakteri yang tertelan oleh orang yang terinfeksi (Rahmawati, 2023). Gastritis atau biasa dikenal dengan maag merupakan penyakit peradangan pada lapisan lambung yang ditandai dengan rasa tidak nyaman pada lambung bagian atas (Muttaqin & Juwita, 2019). Gastritis ditandai

dengan rasa mual muntah, perdarahan, rasa lemah, dan nafsu makan menurun (Tri Utama, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, insiden gastritis di dunia sekitar 1,8-2,1 juta orang. Di Inggris (22%), China (31%), Jepang (14,5%), dan Prancis (29,5%). Di Asia Tenggara (Indonesia, Filipina, Vietnam, Thailand, Myanmar, Malaysia, Kamboja, Laos, Singapore, Timor-Leste, dan Brunei Darussalam) dengan jumlah populasi penduduk seluruhnya kurang lebih 668.619.840 juta jiwa dan sekitar 583.638 terkena gastritis atau (0,87%) pada tahun 2020. Gastritis biasanya dianggap sebagai suatu hal yang remeh, namun gastritis merupakan awal dari penyakit yang dapat menyusahakan penderitanya. Menurut *World Health Organization* (WHO) persentase angka kejadian Indonesia untuk penyakit gastritis pada tahun 2020 berjumlah 0,11% (Bunker, 2020). Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) angka terjadinya gastritis di Indonesia dalam berbagai daerah cukup tinggi 40,8% dengan preferensi 274.396 kasus dari penduduk 238.452.952 jiwa. Beberapa kota dengan presentasi cukup besar mempunyai penyakit gastritis diantaranya: Surabaya (31,2%), Denpasar (46%) dan Medan (91,6%) (Tri Utama, 2022). Bersumber pada profil kesehatan di Indonesia, gastritis tercantum ke dalam 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%) (Rahayu, 2020).

Salah satu faktor penyebab kejadian gastritis adalah pola makan yang tidak teratur dan tidak sehat (Audilla, 2023). Pola makan merupakan perilaku seseorang dalam memilih dan mengonsumsi bahan makanan yang meliputi frekuensi makan dalam sehari, jenis makanan yang dikonsumsi dan porsi makan. Kebiasaan makan tidak teratur akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi, jika hal itu berlangsung lama, produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung dan dapat berlanjut menjadi tukak peptik. Hal tersebut dapat menyebabkan rasa perih dan mual. Gejala tersebut bisa naik ke kerongkongan yang menimbulkan rasa panas terbakar (Uwa et al., 2019). Pola makan yang memicu terjadinya gastritis yaitu frekuensi makan yang tidak teratur, mengonsumsi makanan dan minuman yang memicu peningkatan asam lambung, selain itu makanan yang kurang bervariasi sangat berpengaruh dan dapat menimbulkan kebosanan, sehingga hal ini dapat mempengaruhi selera makan dan cenderung lebih menyukai dan memilih makanan cepat saji (Bahruddin, 2022).

Selain pola makan, stres juga dapat mengakibatkan kejadian gastritis (Audilla, 2023). Stres adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan pada seseorang yang dianggap ancaman sehingga dapat menyebabkan depresi, kemarahan, kepahitan, merasa kurang, dan adanya gangguan kesehatan lainnya (Armaru, 2021). Stres merupakan penyebab terjadinya gastritis karena pada sistem saraf di otak yang berhubungan dengan lambung mengalami kelainan karena ketidakseimbangan. Disamping itu stres juga dapat mengakibatkan perubahan hormonal didalam tubuh yang bisa merangsang produksi asam lambung secara berlebihan, kondisi ini menyebabkan lambung terasa perih dan kembung (Muna & Kurniawati, 2022).

Berdasarkan survei yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, Puskesmas Rejosari memiliki angka kejadian gastritis yang paling tinggi se-puskesmas Kota Pekanbaru tahun 2023 yaitu sebesar 4078 kasus. Sementara jumlah kasus gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru pada Bulan Januari sampai dengan Bulan Oktober 2024 adalah 3853 kasus. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 8 November 2024 melalui wawancara dengan dokter dan perawat di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru, penderita gastritis yang mengalami kekambuhan dari rentang usia 19-59 tahun. Faktor penyebab kekambuhan gastritis yang paling banyak adalah pola makan dan stres. Kekambuhan ini terus terjadi meskipun sudah dilakukan pengobatan medis dan diberi edukasi kesehatan tentang penatalaksanaan gastritis.

B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Lokasi penelitian dilaksanakan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2024 – 9 Januari 2025. Populasi yang ditentukan sebagai subjek penelitian ini adalah penderita gastritis sebanyak 3853 orang yang ada di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Teknik pengambilan sampel untuk penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik accidental sampling yang digunakan pada sampel yang memenuhi kriteria penelitian. Sampel pada penelitian ini adalah penderita gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru sebanyak 97 orang.

C. Hasil dan Pembahasan

Distribusi Frekuensi Pola Makan Responden di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru

(n=97)		
Pola Makan	Frekuensi	Persentase %
Pola Makan Baik	36	37,1
Pola Makan Buruk	61	62,9
`Jumlah	97	100,0

Sumber: Data Primer (2024)

Distribusi Frekuensi Stres Responden di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=97)

Stres	Frekuensi	Persentase %
Ringan	20	20,6
Sedang	59	60,8
Berat	18	18,6
`Jumlah	97	100,0

Sumber: Data Primer (2024)

Distribusi Frekuensi Kekambuhan Gastritis Responden di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=97)

Gastritis	Frekuensi	Persentase %
Kambuh	77	79,4
Tidak Kambuh	20	20,6
`Jumlah	97	100,0

Sumber: Data Primer (2024)

Hubungan Pola Makan Terhadap Kekambuhan Gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=97)

Pola Makan	Kekambuhan Gastritis				Total	p-value
	Kambuh		Tidak Kambuh			
	F	%	F	%		
Buruk	55	56,7	6	6,2	25	
Baik	22	22,7	14	14,4	16	
Total	77	79,4	20	20,6	97	0,001

Sumber: Data Primer (2024)

Hubungan Stres Terhadap Kekambuhan Gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru (n=97)

Stres	Kekambuhan Gastritis		Total	<i>p-value</i>
	Kambuh	Tidak Kambuh		
	F	%	F	%
Ringan	1	1,0	19	19,6
Sedang	58	59,8	1	1,0
Berat	18	18,6	0	0,0
Total	77	79,4	20	20,6
			97	0,000

Sumber: Data Primer (2024)

Analisa Univariat

Karakteristik Responden

Penelitian dilakukan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terhadap 97 responden hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 66 orang (68,0%) sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 orang (32,0%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Apriyani et al (2021) dari 167 responden dapat diketahui bahwa jenis kelamin responden paling banyak adalah perempuan dengan jumlah 112 orang (67,1%) dan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 55 orang (32,9%).

Pranata et al (2024) menyatakan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan dengan masalah lambung dimana perempuan lebih berisiko mengalami gangguan lambung dibandingkan laki-laki. Hal ini dikarenakan adanya perbedaan kebutuhan energi antara perempuan dan laki-laki yang terlihat pada susunan tubuh dan aktivitas. Dapat dikatakan perempuan dengan ukuran tubuh yang lebih kecil umumnya memerlukan energi yang lebih sedikit dibandingkan laki-laki pada tingkat kegiatan yang sama. Karena laki-laki mempunyai kegiatan yang lebih banyak sehingga kebutuhan asupan laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan.

Berdasarkan hasil analisis data kuesioner terhadap 97 responden di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru sebagian besar responden berusia 36-45 tahun sebanyak 32 orang (33,0%). Sedangkan responden yang berusia 46-59 tahun sebanyak 31 orang (32,0%), berusia 26-35 tahun sebanyak 29 orang (29,9%), dan berusia 19-25 tahun sebanyak 5 orang (5,2%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Susanti et al (2022) dari 58 responden sebagian besar responden berusia 36-45 tahun sebanyak 35 orang (60,3%).

Susanti et al (2022) menyatakan bahwa usia 36-45 tahun lebih banyak mengalami kekambuhan gastritis karena usia ini termasuk usia yang banyak melakukan kegiatan diluar rumah maupun didalam rumah. Pada usia ini juga lebih banyak menjalani fase kehidupan yang penuh tekanan dan tanggung jawab, seperti pekerjaan dan keluarga yang dapat meningkatkan stres. Stres ini berkontribusi pada produksi asam lambung yang berlebih sehingga menyebabkan iritasi pada lambung. Selain itu, gaya hidup yang kurang sehat dan pola makan yang buruk juga umum dilakukan dikalangan usia ini.

Mayoritas dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa pendidikan terakhir responden di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru adalah SMA sebanyak 44 orang (45,4%). Sedangkan SD sebanyak 11 orang (11,3%), SMP sebanyak 18 orang (18,6%), dan S1 sebanyak 24 orang (24,7%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rosiani et al (2020) bahwa dari 122 responden sebagian besar pendidikan terakhir responden adalah SMA sebanyak 46 orang (37,7%).

Rosiani et al (2020) menyatakan bahwa pendidikan merupakan bimbingan yang diberikan seseorang kepada individu ataupun kelompok agar yang bersangkutan tersebut dapat memahami. Secara tidak langsung pendidikan dapat berpengaruh terhadap kekambuhan gastritis. Tingkat pendidikan seseorang berpengaruh terhadap gaya hidup seperti kebiasaan memilih makanan yang kurang sehat, pola makan buruk, kebiasaan merokok, meminum alkohol, dan kebiasaan melakukan aktivitas fisik dalam sehari-hari.

Berdasarkan hasil analisis data kuesioner terhadap 97 responden di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dapat diketahui bahwa sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 39 orang (40,2%). Sedangkan responden yang bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 21 orang (21,6%), pedagang 15 orang (15,5%), guru 13 orang (13,4%), dan karyawan swasta sebanyak 9 orang (9,3%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fahrudin et al (2019) terhadap 40 responden dapat diketahui bahwa mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 15 orang (37,5%).

Firman dan Andriani (2022) menyatakan bahwa kekambuhan gastritis paling banyak dialami oleh ibu rumah tangga dikarenakan banyaknya pekerjaan rumah sehingga sering terlambat makan. Ibu rumah tangga yang sibuk dengan mengurus rumah dan anaknya sering kali terlambat makan yang dapat menyebabkan asam lambung meningkat. Menurut Waworuntu et al (2023) ibu rumah tangga cenderung sendiri dalam mengurus pekerjaan rumah dan anak sehingga berdampak pada pola makan bahkan stres dalam melakukan pekerjaannya. Mayoritas dari hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terhadap 97 responden bahwa 80 orang (82,5) beragama islam. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Musdalifah (2020) terhadap 15 responden bahwa 15 orang (100%) beragama islam.

Menurut asumsi peneliti perempuan lebih banyak yang mengalami kekambuhan gastritis daripada laki-laki dikarenakan adanya perbedaan kebutuhan energi antara perempuan dan laki-laki yang terlihat pada susunan tubuh dan aktivitas sehingga kebutuhan asupan laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Pada usia 36-45 tahun lebih banyak mengalami kekambuhan gastritis karena usia ini banyak menjalani fase kehidupan yang penuh tekanan dan tanggung jawab, seperti pekerjaan dan keluarga yang dapat meningkatkan stres dan pola makan yang buruk.

Pendidikan pada umumnya berguna dalam merubah pola pikir, tingkah laku, dan pengambilan keputusan.. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi seseorang untuk memilih makanan yang dikonsumsi, pola makan, dan cara mengidentifikasi stressor atau masalah dari dalam maupun dari luar dirinya. Kekambuhan gastritis paling banyak dialami oleh ibu rumah tangga dikarenakan banyaknya pekerjaan rumah yang dikerjakan yang menyebabkan terlambat makan sehingga asam lambung meningkat dan juga menyebabkan stres dalam menyelesaikan pekerjaan rumah.

Pola Makan

Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terhadap 97 responden didapatkan hasil penelitian bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan buruk sebanyak 61 orang (62,9%), sedangkan responden dengan pola makan baik sebanyak 36 orang (37,1%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Angelica dan Siagian (2022) terhadap 138 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan buruk sebanyak 70 orang (50,72%) sedangkan responden dengan pola makan baik sebanyak 68 orang (49,28%).

Uwa et al (2019) mengatakan bahwa pola makan merupakan perilaku seseorang dalam memilih, menggunakan, dan mengonsumsi bahan makanan setiap hari yang meliputi frekuensi makan dalam sehari, jenis makanan yang dikonsumsi, dan porsi makan. Sedangkan menurut Anggraini (2021) pola makan adalah suatu usaha seseorang dalam pengaturan

jumlah dan jenis makanan dengan tujuan mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit.

Menurut asumsi peneliti pola makan yang buruk dapat mempengaruhi kekambuhan gastritis. Karena menyebabkan lambung menjadi sensitif terhadap asam lambung yang berlebih. Makanan yang merangsang seperti, makanan pedas, makanan asam, dan pola makan tidak teratur dapat meningkatkan produksi asam lambung dan mengiritasi dinding lambung.

Stres

Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terhadap 97 responden dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang sebanyak 59 orang (60,8%). Sedangkan responden yang mengalami stres ringan sebanyak 20 orang (20,6%) dan stres berat sebanyak 18 orang (18,6%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pranata et al (2024) terhadap 56 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami stres sedang sebanyak 35 orang (62,5%).

Hoesny et al (2019) mengatakan bahwa stres merupakan fenomena umum dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari oleh setiap orang. Stres umumnya dialami oleh semua orang dan menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan. Stres menyebabkan seseorang yang mengalaminya berpikir dan berusaha keras untuk memecahkan suatu permasalahan dan tantangan hidup sebagai respon adaptasi terhadap kelangsungan hidup. Sedangkan Uwa et al (2019) mengatakan bahwa stres dapat mempengaruhi fungsi fisiologis sistem tubuh, salah satunya adalah sistem pencernaan. Stres dapat menurunkan nafsu makan, membuat lambung kosong, meningkatkan asam lambung sehingga menimbulkan rasa nyeri pada lambung.

Menurut asumsi peneliti stres dapat mempengaruhi kekambuhan gastritis karena saat stress hormon tubuh berubah termasuk peningkatan produksi asam lambung. Asam lambung yang meningkat dapat mengiritasi mukosa lambung yang menyebabkan nyeri dan inflamasi pada lambung.

Kekambuhan Gastritis

Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru terhadap 97 responden dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kekambuhan gastritis sebanyak 77 orang (79,4%) sedangkan yang tidak mengalami kekambuhan sebanyak 20 orang (20,6%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Septian et al (2021) terhadap 58 responden sebagian besar responden mengalami kekambuhan gastritis sebanyak 31 orang (53,4%) sedangkan responden yang tidak mengalami kekambuhan gastritis sebanyak 27 orang (46,6%).

Tania et al (2023) mengatakan bahwa kekambuhan gastritis adalah timbulnya kembali gejala yang dirasakan seperti rasa mual, muntah, nyeri dibagian ulu hati, dan rasa tidak nyaman. Sedangkan menurut Rosiani et al (2020) kekambuhan adalah munculnya kembali suatu penyakit secara berulang. Kekambuhan menunjukkan timbulnya kembali gejala-gejala penyakit sebelumnya yang mengganggu aktivitas sehari-hari.

Menurut asumsi peneliti kekambuhan gastritis disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah stres dan pola makan. Saat stres produksi asam lambung akan meningkat. Selain tingkat stress, pola makan yang buruk juga dapat mempengaruhi kekambuhan gastritis. Kekambuhan gastritis tidak boleh diabaikan, apabila diabaikan justru membuatnya semakin parah hingga mengarah ke komplikasi gangguan kesehatan bahkan bisa mengancam jiwa.

Analisa Bivariat

Hubungan Pola Makan Terhadap Kekambuhan Gastritis

Hasil analisis antara pola makan terhadap kekambuhan gastritis dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai pola makan memiliki hubungan $p=0,001$ ($p<0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan pola makan terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Patrisia et al (2024) terhadap 60 responden dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), sehingga H_a diterima artinya ada hubungan antara pola makan terhadap kekambuhan gastritis.

Lembong (2019) mengatakan secara teoritis, makanan diproses di dalam tubuh melalui pencernaan mulai dari mulut ke usus halus. Durasi makan di perut tergantung pada sifat dan jenis makanannya. Jika aktif rata-rata, umumnya perut dalam keadaan kosong antara 3-4 jam. Mengonsumsi makanan pedas atau asam akan merangsang sistem pencernaan, khususnya perut dan usus. mengonsumsi makanan pedas dan asam dalam jumlah berlebihan dapat mengakibatkan panas dan nyeri di ulu hati perut disertai mual dan muntah. Indikasi ini membuat penderita menurunkan nafsu makan mereka. Jika kebiasaan mengonsumsi makanan pedas dan asam ≥ 1 x dalam 1 Minggu, selama 6 bulan dan Frekuensi makan kurang dari tiga kali sehari bisa menyebabkan gastritis, seseorang akan terkena gastritis jika mereka terlambat makan dan mengonsumsi makanan pedas dan asam yang berlebihan.

Menurut asumsi peneliti pola makan memiliki hubungan yang signifikan terhadap kekambuhan gastritis. Pola makan yang buruk dapat meningkatkan produksi asam lambung dan makanan yang merangsang seperti makanan pedas dan makanan asam mengiritasi dinding lambung.

Hubungan Stres Terhadap Kekambuhan Gastritis

Hasil analisis antara stres terhadap kekambuhan gastritis dengan menggunakan uji *Chi-Square*, pada *Pearson Chi-Square* nilai didapatkan stres memiliki hubungan $p=0,000$ ($p<0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan stres terhadap kekambuhan di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Septian et al (2021) terhadap 58 responden dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p=0,020$ ($p<0,05$), sehingga H_a diterima artinya ada hubungan antara stres terhadap kekambuhan gastritis.

Menurut Armaru (2021) stres adalah reaksi emosional yang tidak menyenangkan pada seseorang yang dianggap ancaman sehingga dapat menyebabkan depresi, kemarahan, kepahitan, merasa kurang, dan adanya gangguan kesehatan lainnya. Sedangkan menurut Muna dan Kurniawati (2022) stres merupakan penyebab terjadinya kekambuhan gastritis karena pada sistem saraf di otak yang berhubungan dengan lambung mengalami kelainan karena ketidakseimbangan. Sementara menurut Septian et al (2021) tingkat stres yang tinggi berpengaruh dengan kekambuhan gastritis. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stres, seperti beban kerja yang berlebihan, cemas, takut, atau diburu-buru.

D. Penutup

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti tentang Hubungan Pola Makan dan Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa: Hasil penelitian karakteristik responden dari 97 responden menunjukkan berdasarkan jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 66 orang (68,0%), berusia 36-45 tahun sebanyak 32 orang (33,0%), lulusan SMA sebanyak 44 orang (45,4%), ibu rumah tangga sebanyak 39 orang (40,2%), dan beragama islam sebanyak 80 orang (82,5%). Hasil penelitian dari 97 responden memiliki pola makan buruk sebanyak 61 orang (62,9%). Hasil penelitian dari 97 responden mengalami stres sedang sebanyak 59 orang

(60,8%). Hasil penelitian dari 97 responden mengalami kekambuhan gastritis sebanyak 77 orang (79,4%). Ada hubungan pola makan terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dengan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* nilai $p=0,001$ ($p<0,05$) maka H_{01} ditolak dan H_{a1} diterima. Ada hubungan stres terhadap kekambuhan gastritis di Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru dengan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square*, pada *Pearson Chi-Square* nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka H_{02} ditolak dan H_{a2} diterima.

Daftar Pustaka

- Anggraini, W. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu Tahun 2021. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.
- Audilla, S. (2023). Laporan Karya Tulis Ilmiah Asuhan Keperawatan Gastritis Dengan Implementasi Kompres Hangat Pada Pasien Nyeri Abdomen Di RSUD Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023.
- Bahrudin, R. (2022). Pola makan dengan kejadian gastritis. *AACENDIKIA: Journal of Nursing*, 01(1), 6–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1234/aacendikiajon.vli2>
- Bunker, C. (2020). Gambaran Pelaksanaan Asuhan Keperawatan Keluarga Terhadap Ny.R Dengan Gangguan Nyeri Akut Pada Kasus Gastritis Di Desa Tanjung Aman Wilayah Kerja Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara. 1–4.
- Fahrudin, Roza, A., & Wulandini, P. (2019). Tingkat Pengetahuan Pasien Gastritis Pada Penyebab Gastritis Relapse. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 11(1), 1–14.
- Firman, I., & Andriani, C. D. (2022). Pola Peresepan Obat Gastritis di Puskesmas Pangale Kabupaten Mamuju Tengah Periode Januari-Agustus Tahun 2020. 1(1), 224–235.
- Hangraini, W. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu Tahun 2021.
- Hidayah, N. I. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Keluarga Bp.M Dengan Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangetayu Semarang Program Studi Diploma III Keperawatan.
- Kirnawati, A., Susumaningrum, L. A., Rasni, H., Susanto, T., & Kholida, D. (2021). Hubungan Tingkat Spiritual dan Religiusitas dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Jkep*, 6(1), 26–39. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i1.326>
- Pranata, A., Lestari, R. M., & Baringbing, E. P. (2024). Hubungan Pola Makan dan Stress dengan Kejadian Gastritis di UPT Puskesmas Kayon Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 10(2), 98–109.
- Restiana, D. E. (2019). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas X Di MA Walisongon Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun Tahun 2019. 1–23.
- Septian, A., Herlina, D., & Wijaya, R. (2021). Hubungan Stress Terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Semurup. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 4(2), 211–219.
- Tania, M., Irawan, E., Anggraeni, D. E., & Afilia, N. (2023). Gambaran Kekambuhan Gastritis. *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(2), 183–189. <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>

Daftar Pustaka

