

# Factors Associated with the Incidence of Gastritis in Adolescents at SMP Muhammadiyah 2 Kebumen

Ahmad Anwar Rosyidi<sup>1</sup> , Wuri Utami<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

<sup>2</sup> Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gombong Indonesia

 [ahmadanwarrosyidi13@gmail.com](mailto:ahmadanwarrosyidi13@gmail.com)

## **Abstract**

*Gastritis is one of the digestive disorders that often occurs both acutely and chronically, with 274,396 cases in Indonesia. Gastritis occurs due to a bad lifestyle, such as poor diet, stress that is not managed properly, and also bad coffee consumption. The purpose of this study was to analyze factors associated with the incidence of gastritis in adolescents at SMP Muhammadiyah 2 Kebumen. This study used quantitative methods of descriptive design of relationships (correlation) with Cross Sectional approach and random sampling techniques. The respondents used were 78 people. The instruments used are questionnaires and data are processed analysis using the chi-square test. The results of the study found that there was a relationship between diet and the incidence of gastritis ( $p: 0.000$ ). There was no association between stress levels and gastritis incidence ( $p: 0.394$ ), There was no association between coffee consumption and gastritis incidence ( $p: 0.264$ ). Gastritis in adolescents results from various factors such as diet. Stress levels, and coffee consumption. The most influential factor on the incidence of gastritis in SMP Muhammadiyah 2 Kebumen is diet. This study is a correlation study without intervening with a sample of 78 respondents, it is hoped that future research will be able to examine*

**Keywords:** *Gastritis, Teenagers, Diet*

## **Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen**

### **Abstrak**

Gastritis menjadi salah satu gangguan pencernaan yang sering terjadi baik secara akut maupun kronik, dengan jumlah kasus 274,396 di Indonesia. Gastritis terjadi disebabkan gaya hidup yang tidak baik, seperti pola makan yang buruk, stress yang tidak dikelola dengan baik, dan juga konsumsi kopi yang buruk. Tujuan penelitian ini adalah untuk Menganalisa faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif desain deskriptif hubungan (korelasi) dengan pendekatan Cross Sectional dan teknik random sampling. Responden yang digunakan sejumlah 78 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan data diolah analisis menggunakan uji chi-square. Hasil Penelitian didapatkan ada hubungan antara Pola Makan dengan kejadian gastritis ( $p: 0.000$ ). Tidak ada hubungan antara Tingkat Stress dengan kejadian gastritis ( $p : 0.394$ ), Tidak ada hubungan antara Mengonsumsi Kopi dengan kejadian gastritis ( $p: 0,264$ ). Gastritis pada remaja diakibatkan dari adanya berbagai faktor seperti pola makan. Tingkat stress, dan mengonsumsi kopi. Faktor yang paling berpengaruh pada kejadian gastritis di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen adalah faktor pola makan. Peneliti berharap penelitian selanjutnya mampu meneliti lebih banyak responden dan mampu mengembangkan menjadi penelitian experimental

**Kata kunci:** Gastritis, Remaja, Pola Makan

## 1. Pendahuluan

Penyakit gastritis merupakan salah satu gangguan yang sering terjadi pada sistem pencernaan manusia. Gastritis adalah kondisi serius dan berbahaya yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang secara signifikan [1]. Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 50,8% dari populasi di negara berkembang dan 34,7% di negara maju menderita gastritis[2].

Di wilayah Asia Tenggara, WHO melaporkan sebanyak 583.635 kasus gastritis, dengan tingkat kejadian yang cukup tinggi di beberapa daerah di Indonesia, mencapai 274,396 penderita dari total 238,452,952 jiwa penduduk [2]. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah juga mencatat 5.744 kasus gastritis dari total 42.978 kasus (13,4%) pada tahun 2014.

Tidak hanya pada orang dewasa, gastritis juga dapat terjadi pada remaja, dipengaruhi oleh berbagai faktor penyebab. Beberapa studi menyebutkan bahwa pola makan, tingkat stres, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, dan usia serta jenis kelamin merupakan faktor risiko yang berkontribusi terhadap kejadian gastritis pada remaja[3]. Selain itu, sikap remaja yang cenderung eksperimental dan kurangnya kesadaran terhadap kesehatan juga dapat berkontribusi pada tingginya angka gastritis pada kelompok usia ini [4]. Menurut Childern Health Orange Country Gastritis pada remaja dapat disebabkan oleh konsumsi makanan pedas, stres dan juga pada remaja dan dewasa muda berisiko lebih tinggi terkena gastritis [5]. Maka dari itu memberikan edukasi kesehatan kepada pelajar merupakan langkah paling efektif untuk mengurangi angka atau mencegah terjadinya gastritis.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen, sebagian siswa juga mengalami gejala gastritis seperti perut sakit, lemas, mual, nafsu makan menurun, dan sulit berkonsentrasi. Beberapa siswa tersebut memiliki kebiasaan makan tidak teratur dan mengonsumsi makanan pedas, yang berpotensi menjadi faktor risiko gastritis pada remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisa faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen. Faktor-faktor yang dijelaskan nantinya pada penelitian ini adalah faktor pola makan, faktor konsumsi kopi, dan faktor tingkat stress. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu kesehatan khususnya pada remaja mengenai faktor risiko gastritis. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para praktisi, tempat penelitian, dan masyarakat secara keseluruhan, dalam meningkatkan kesadaran dan upaya pencegahan gastritis pada remaja

## 2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif hubungan (korelasi) menggunakan pendekatan Cross Sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara faktor-faktor penyebab gastritis dengan kejadian gastritis pada siswa-siswa SMP Muhammadiyah 2 Kebumen.

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Muhammadiyah 2 Kebumen yang terdiri dari kelas 7, kelas 8, dan kelas 9, dengan total jumlah 360 orang. Penelitian ini menggunakan teknik random sampling untuk memilih sampel dari populasi. Berdasarkan jumlah populasi (N) yang berjumlah 360 siswa dan menggunakan tingkat presisi 10%, peneliti mendapatkan hasil perhitungan jumlah sampel minimal yang dibutuhkan yaitu sebanyak 78 responden. Pengambilan sampel dilakukan dari masing-masing kelas 7, 8, dan 9.

Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen, Kecamatan Kebumen, Kabupaten Kebumen, pada bulan Maret hingga April 2023. Dengan Variabel bebas dalam penelitian ini adalah faktor-faktor penyebab gastritis, meliputi: Pola Makan, Kebiasaan Mengonsumsi Kopi, dan Tingkat Stres dengan Variabel terikat yaitu kejadian gastritis.

Validitas instrumen diuji menggunakan uji korelasi bivariate Person, dengan hasil yang dikomparasikan dengan nilai r-tabel. Reliabilitas instrumen diuji menggunakan Cronbach's Alpha. Pengelolaan data dilakukan dengan editing dan coding untuk mengubah data menjadi angka sesuai dengan kategori yang telah ditetapkan. Data-data ini kemudian akan disusun dalam bentuk tabel. Selanjutnya, analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menganalisis karakteristik responden dan variabel-variabel penelitian secara terpisah. Analisis bivariat dilakukan dengan uji statistik chi-square untuk menguji hubungan antara variabel bebas

dan variabel terikat. Hasil uji statistik akan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan menentukan faktor risiko dan protektif yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada siswa-siswa SMP Muhammadiyah 2 Kebumen.

### 3. Hasil dan Pembahasan

#### 3.1. Hasil

Karakteristik responden pada penelitian ini berjumlah 78 Responden dengan 44 responden (56,4%) adalah responden terbanyak berusia 13 – 14 tahun dengan responden laki-laki berjumlah 45 orang (57,7%) dan berjenis kelamin perempuan sejumlah 42,3%. Hasil Data tabulasi frekuensi makan didapatkan pola buruk responden di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen sejumlah 53 responden (67,9%) dan Baik 25 (32,1%) responden. Kemudian hasil olah data frekuensi mengonsumsi kopi didapatkan kategori buruk sejumlah 7 responden (9%) dan berkategori baik 71 responden (91%). Lalu Hasil tabulasi data frekuensi tingkat stress, mendapatkan hasil tingkat stress berkategori sedang berjumlah 29 responden (37,2%) sedangkan berkategori tinggi sejumlah 24 responden (30,8%).

Table 1

*Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen*

Pola Makan	Kejadian Gastritis		P
	Gastritis	Tidak	
Baik	5	20	0.000
Buruk	35	18	
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>38</b>	

Faktor Pola makan responden dengan gastritis 35 orang buruk dan pola makan baik dengan tidak gastritis adalah 20 orang. Didapatkan hasil P Value adalah 0.000 yang berarti di bawah 0.05 sehingga disimpulkan ada hubungan pola makan dengan kejadian gastritis.

Table 2

*Hubungan Mengonsumsi Kopi Dengan Kejadian Gastritis Di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen*

Mengonsumsi Kopi	Kejadian Gastritis		P
	Gastritis	Tidak	
Baik	35	36	0.264
Buruk	5	2	
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>38</b>	

Hasil olah data SPSS menunjukkan bahwa konsumsi kopi pada responden gastritis dengan kategori baik sejumlah 35 dan yang berkategori baik tidak gastritis sejumlah 36 responden. Diketahui P Value 0,264 (<0,005) yang berarti tidak ada hubungan antara mengonsumsi kopi dengan kejadian gastritis.

Table 3

*Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Gastritis Di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen*

Tingkat Stress	Kejadian Gastritis		P
	Gastritis	Tidak	
Ringan	8	11	0.349
Sedang	14	15	
Tinggi	13	11	
Baik	5	1	
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>38</b>	

Pada hasil olah data SPSS mendapatkan hasil tingkatan stress yang dialami oleh responden gastritis sejumlah 14 stress sedang, 13 stress tinggi, 8 stress ringan, dan 5 tidak stress. Didapatkan pula p value 0.349 (lebih dari 0.05) sehingga dapat disimpulkan tingkat stress tidak berhubungan dengan kejadian gastritis

Table 4

Distribusi Frekuensi Kejadian Gastritis Responden di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen (n : 78)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase
Kejadian Gastritis	Gastritis	40	51.3%
	Tidak Gastritis	38	48,7%
	Total	78	100%

Hasil distribusi frekuensi diketahui bahwa responden dengan gastritis di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen sejumlah 40 Responden (51.3%) sedangkan yang tidak gastritis 38 Responden (48.7%)

### 3.2. Pembahasan

#### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden pada penelitian ini berdasarkan usia mendapatkan hasil bahwa di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen didapatkan usia terbanyak yaitu 13 – 14 tahun sejumlah 44 orang (56.4%) dengan gastritis sejumlah 21 dan tidak gastritis sejumlah 24 responden, untuk usia 15 – 16 sejumlah 30 orang (38.5%) dengan sejumlah 19 responden dengan gastritis dan 11 tidak gastritis, dan yang usia 11 – 12 sejumlah 5.1% (4 responden) dengan sejumlah 0 Gastritis dan 3 Tidak Gastritis. Masa remaja memiliki definisi saat perubahan jati diri dari masa kanak-kanak menuju dewasa, Masa remaja mencakup perkembangan dan pertumbuhan biologis dan perubahan peran sosial utama [6].

Penelitian mengatakan bahwa gastritis dapat terjadi pada semua rentang usia, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI) juga melakukan survei yang menunjukkan bahwa sekitar 60 persen penduduk Jakarta dalam usia produktif telah mengalami gastritis. Bahkan, sekitar 27 persen anak-anak juga menderita gastritis. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh sikap meremehkan, pentingnya gastritis dalam masyarakat, terutama pada anak-anak muda, serta karena kesibukan dan gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan dan tingkat stres pada usia produktif [3].

Kemudian, Hasil penelitian berkaitan karakteristik jenis kelamin di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen menunjukkan bahwa, sebagian besar merupakan laki-laki dengan sejumlah 16 gastritis dan 29 tidak gastritis sedangkan responden perempuan 24 gastritis dan tidak 9 orang.

Ada perbedaan yang akan terjadi terkait kebutuhan zat gizi antara laki-laki dan perempuan, terutama saat mereka menginjak remaja. Menurut penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil bahwa pola makan berbeda antara perempuan dan laki-laki menyebabkan gastritis karena terdapat kecenderungan yang berbeda pada masing-masing jenis kelamin. Selain itu, dapat diasumsikan bahwa remaja perempuan lebih peduli terhadap postur tubuh mereka dibandingkan dengan remaja laki-laki [7].

Kemudian berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suwindri *et al* pada tahun 2021 disebutkan bahwa perempuan memiliki peluang 6,667 kali lebih tinggi untuk mengalami gastritis dibandingkan dengan laki-laki. Dengan kata lain, perempuan memiliki risiko yang lebih tinggi terkena gastritis [8]. Faktor penyebab perempuan lebih rentan terhadap gastritis adalah tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini didukung oleh penelitian di bidang psikologi yang menunjukkan bahwa jumlah perempuan yang mengalami depresi dua kali lipat lebih banyak daripada laki-laki.

#### 2. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis

Hasil penelitian di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen menunjukkan bahwa dari 78 sampel menunjukkan pola makan buruk responden sejumlah 53 responden (67%) dengan penderita gastritis 35 responden.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan chi square SPSS menunjukkan bahwa di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen Pola makan berhubungan dengan kejadian gastritis ditunjukkan dengan p value 0.000, oleh karena itu H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>1</sub> Diterima atau terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana dihasilkan p-value 0.000 sehingga dikatakan bahwa faktor pola makan berhubungan dengan kejadian gastritis, hal tersebut dijelaskan bahwa Pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur dapat mengganggu adaptasi lambung. Ketika perut seharusnya diisi

dengan makanan, tetapi dibiarkan kosong atau penundaan makan, atau jika terlalu banyak mengonsumsi junk food, hal ini dapat merangsang peningkatan asam lambung yang berlebihan. Akibatnya, dinding mukosa pada lambung dapat teriritasi, menyebabkan gastritis. Penyakit gastritis ini dapat mempengaruhi usia produktif. Pada usia ini, rentan terhadap serangan gastritis karena tingkat kesibukan dan gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan, yang memungkinkan faktor-faktor ini meningkatkan risiko terkena penyakit [9].

Penelitian lain juga memaparkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara faktor pola makan dengan kejadian gastritis dibuktikan nilai p-value sebesar 0,008. Dikarenakan nilai  $p < 0,05$  [3].

Pada rentang usia 11-19 tahun, remaja sering kali kurang memperhatikan pola makan dan kesehatan mereka karena kesibukan akademik dan non-akademik yang mereka hadapi. Selain itu, remaja cenderung tertarik untuk mencoba hal-hal baru, termasuk berkaitan konsumsi makanan. Hal ini menyebabkan kesulitan bagi remaja untuk mengatur pola makan yang baik dan sehat. Padahal kita tahu bahwa pola makan yang tidak teratur juga penyebab dari lambung sulit beradaptasi sehingga menimbulkan gastritis.

Pola makan sendiri dapat dibedakan menjadi tiga kategori, yaitu Frekuensi Makan, jenis makanan, dan Porsi makan. Frekuensi makan berkaitan dengan waktu makan sehari-hari. Secara ilmiah, makanan diolah oleh sistem pencernaan mulai dari mulut hingga usus halus. Jadwal makan ini disesuaikan dengan kondisi lambung yang kosong. Tidak teraturnya dalam frekuensi makan dapat memicu berbagai penyakit karena terjadi ketidakseimbangan dalam tubuh. Ketidakteraturan ini seringkali terkait dengan waktu makan, dimana seseorang kadang mengalami kondisi terlalu lapar dan kadang-kadang kekenyangan. Akibatnya, kondisi lambung dan proses pencernaan dapat terganggu.

Menurut pada penelitian Ketika sudah waktunya makan namun tetap dibiarkan kosong atau menunda untuk mengonsumsi makanan, maka asam lambung akan naik. Saat lambung kosong, gerak peristaltik lambung akan lebih kuat, yang akan merangsang peningkatan produksi cairan. dari asam lambung [2].

Kemudian jenis makanan sering menjadi penyebab utama terjadinya gastritis, apalagi pada remaja yang suka coba-coba, seperti makan makanan yang pedas, karena berdasarkan kandungan makanan pedas seperti cabai, sambal, maupun saos, terdapat kandungan zat capcaisin yang apabila dikonsumsi secara over atau berlebih dapat mengiritasi lambung sehingga menyebabkan peradangan dan sakit di lambung [2]

### 3. Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kejadian Gastritis

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sejumlah 71 responden (91%) berkategori baik dalam meminum kopi, Kemudian Analisa bivariate menggunakan chi square SPSS menunjukkan konsumsi kopi pada responden gastritis dengan kategori baik sejumlah 35 dan yang berkategori baik tidak gastritis sejumlah 36 responden mendapatkan hasil P Value 0,264 ( $>0,05$ ) yang berarti tidak ada hubungan antara mengonsumsi kopi dengan kejadian gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dengan hasil  $p=0,787$ , sehingga dapat diartikan tidak ada hubungan antara mengonsumsi kopi dengan kejadian gastritis. dimana Konsumsi kafein yang berlebihan dapat meningkatkan produksi asam lambung serta masalah saluran gastrointestinal, termasuk timbulnya ulser (luka) di lambung dan kerongkongan. Hal ini dapat memperbesar risiko seseorang terkena penyakit lambung, tukak lambung, dan tukak usus halus. Kafein dapat menyebabkan lambung memproduksi asam tambahan sehingga bisa menimbulkan masalah pada saluran pencernaan [10].

Penelitian menjelaskan dalam penelitiannya bahwa mengonsumsi kopi tidak berhubungan dengan kejadian gastritis dibuktikan dengan hasil uji Fisher's Exact Test diperoleh nilai  $p = 0,311$  dimana di atas 0.005. Walaupun mengonsumsi kopi secara berlebihan dapat menimbulkan peningkatan asam lambung, namun jika dikonsumsi tidak berlebihan atau jarang, maka kopi bukan merupakan faktor terjadinya penyakit gastritis[11].

Sehingga perlunya kita membatasi dalam mengonsumsi kopi supaya tidak terjadi efek gastritis pada diri kita nantinya.

#### 4. Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Gastritis

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa tingkat stress yang dialami oleh siswa di SMP Muhammadiyah 2 Kebumen sedang 37.2% (29 responden ) dan tingkat tinggi 24 responden (30,8%). Kemudian Hasil uji bivariate dengan SPSS Chi Square menghasilkan P value 0.394 dimana hasil tersebut  $>0.05$  maka dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 12-15 Tahun di MTs. Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik” dengan hasil Tingkat stres dengan kejadian gastritis dengan nilai p value =  $(0,213) > (0,05)$ [12].

Penelitian ini tidak selaras dengan penelitian yang mengatakan bahwa Stress dapat memicu Produksi pada asam lambung akan meningkat, misalnya saat melakukan beban kerja berat, panik, tergesa-gesa. Kadar asam dalam lambung yang meningkat akan mengiritasi mukosa (dinding lambung) dan jika hal ini terjadi maka dapat menyebabkan terjadinya rangsangan mukosa (dinding lambung) atau gastritis [13].

Pada kasus kecil sehari-hari misalnya, kondisi kesehatan fisik menurun, tekanan baik dari luar lingkungan maupun dari dalam diri seseorang. Beberapa faktor lain juga yang dapat mempengaruhi stres yaitu faktor lingkungan, faktor kognitif (penilaian dari seseorang), faktor kepribadian, dan faktor sosial-budaya.

Walapun hasil penelitian ini tidak terbukti adanya hubungan tingkat stress dengan kejadian gastritis, namun guna mencegah kejadian gastritis terjadi pada siswa sekolah kiranya perlu dikembangkan metode pembinaan maupun pembelajaran yang tidak menimbulkan stress pada siswa. Demikian halnya dengan peran guru perlu dioptimalkan dan dilaksanakan sebaik-baiknya dalam cara memberikan pengajaran belajar mengajar.

## 4. Kesimpulan

Karakteristik usia responden mayoritas berada dalam rentang usia 13-14 tahun dengan dominasi jenis kelamin laki-laki. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis, dengan P-value 0,000 yang lebih kecil dari ambang signifikansi (p) 0,05. Namun, tidak terdapat hubungan signifikan antara konsumsi kopi dan tingkat stres dengan kejadian gastritis, dengan masing-masing P-value 0,264 dan 0,394 yang lebih besar dari 0.05. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa faktor pola makan merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian gastritis pada responden SMP Muhammadiyah 2 Kebumen.

Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan. Pertama, kepada SMP Muhammadiyah 2 Kebumen, disarankan untuk mengimplementasikan kebijakan yang dapat mengurangi beban pelajaran dan aktivitas siswa, sehingga mereka tidak merasa terbebani. Kedua, kepada siswa SMP Muhammadiyah 2 Kebumen, disarankan untuk menjaga pola makan dengan baik, termasuk sarapan pagi, mengonsumsi makanan sebanyak tiga kali sehari, serta menghindari makanan pedas dan asam berlebihan. Terakhir, kepada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan metode eksperimental atau bahkan melakukan intervensi seperti memberikan terapi napas dalam untuk mengurangi tingkat kecemasan siswa saat menghadapi ujian sekolah. Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan siswa dan kualitas penelitian di masa mendatang.

## Referensi

- [1] P. Sipponen and H.-I. Maaros, “Chronic gastritis,” *Scand. J. Gastroenterol.*, vol. 50, no. 6, pp. 657–667, Jun. 2015, doi: 10.3109/00365521.2015.1019918.

- [2] M. M. Susanti and F. Fitriani, “Pengaruh Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis Di Puskesmas Purwodadi I Kabupaten,” *Shine Cahaya Dunia Ners*, vol. 3, no. 1, Apr. 2018, doi: 10.35720/tscners.v3i1.56.
- [3] Yusfar and Ariyanti, “Hubungan Faktor Resiko Gastritis Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa-Siswi SMA dan SMK,” *Heal. J.*, vol. VII, no. 1, pp. 9–21, 2019.
- [4] Y. A. Zainurridha, “Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Gastritis: Literature Review,” *Med. J. Al Qodiri*, vol. 5, no. 2, pp. 1–7, 2020, doi: 10.52264/jurnal\_stikesalqodiri.v5i2.45.
- [5] CHOC, “Gastritis - Children’s Health Orange County,” *www.choc.org*, 2019.
- [6] S. M. Sawyer, P. S. Azzopardi, D. Wickremarathne, and G. C. Patton, “The age of adolescence,” *Lancet Child Adolesc. Heal.*, vol. 2, no. 3, pp. 223–228, 2018, doi: 10.1016/S2352-4642(18)30022-1.
- [7] E. P. Rantung and N. S. H. Malonda, “Faktor-faktor yang Memengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado,” *eBiomedik*, vol. 7, no. 2, pp. 130–136, 2019.
- [8] Suwindri, Y. Tiranda, and W. A. C. Ningrum, “Faktor Penyebab Kejadian Gastritis Di Indonesia : Literature Review,” *J. Keperawatan Merdeka*, vol. 1, no. November, pp. 209–223, 2021.
- [9] M. Maidartati, T. P. Ningrum, and P. Fauzia, “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Bandung,” *J. Keperawatan Galuh*, vol. 3, no. 1, p. 21, 2021, doi: 10.25157/jkg.v3i1.4654.
- [10] S. D. Syam, A. A. Arsin, and J. Ansar, “Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Biru Kabupaten Bone,” *Hasanuddin J. Public Heal.*, vol. 1, no. 2, pp. 172–182, 2020, doi: 10.30597/hjph.v1i2.9319.
- [11] A. Novitasary, Y. Sabilu, and C. S. Ismail, “Faktor Determinan Gastritis Klinis Pada Mahasiswa Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2016,” *J. Ilm. Mhs. Kesehat. Masy. Unsyiah*, vol. 2, no. 6, pp. 1–11, 2017.
- [12] W. Shofah and W. Widiyawati, “Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 12-15 Tahun di MTs . Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik,” *J. Public Heal. Sci. Res.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–10, 2022.
- [13] Muhammad Ishak Ilham, Haniarti, and Usman, “Hubungan Pola Konsumsi Kopi Terhadap Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Muhammadiyah Parepare,” *J. Ilm. Mns. Dan Kesehat.*, vol. 2, no. 3, pp. 433–446, 2019, doi: 10.31850/makes.v2i3.189.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)