

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRESS  
DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA PASIEN  
RAWAT INAP RSUD PROF. M. YAMIN  
PARIAMAN**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS AND  
STRESS LEVELS WITH THE INCIDENCE OF GASTRITIS  
IN INPATIENTS AT PROF. M. YAMIN HOSPITAL,  
PARIAMAN***

Deparman Kasmora<sup>1</sup>, Alpices<sup>2</sup>, Fauzi Al Fiki<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> STIKes Pila Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512 HP: 087776458077

\*Email corresponding: [dpkasmor@gmail.com](mailto:dpkasmor@gmail.com)

Naskah Masuk: 19 November 2025   Naskah Diterima: 25 November 2025   Naskah Disetujui: 30 Desember 2025

**ABSTRAK**

Penyakit gastritis sering dijumpai dengan prevalensi yang tinggi di masyarakat. Berbagai faktor risiko dapat memicu gastritis, termasuk pola makan yang kurang sehat dan kondisi psikologis seperti stres. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian gastritis pada pasien rawat inap di RSUD Prof. H. Yamin. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain potong lintang. Sampel terdiri dari 55 responden yang dipilih menggunakan teknik sampling probabilitas. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang mengukur pola makan, tingkat stres, dan kejadian gastritis. Penelitian dilaksanakan di Nagari Balah Air Timur pada 15–22 September 2025, dan data dianalisis menggunakan uji Chi-Square. Hasil menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara pola makan dan kejadian gastritis pada pasien di Bangsal Penyakit Dalam dan Bedah RSUD Prof. M. Yamin Pariaman tahun 2025 (uji Chi-Square  $p = 0,730$ ;  $p > 0,05$ ). Demikian pula, tidak ditemukan hubungan bermakna antara tingkat stres dan insiden gastritis (uji Chi-Square  $p = 0,092$ ;  $p > 0,05$ ). Dengan demikian, penelitian ini tidak memperlihatkan kaitan signifikan antara pola makan maupun tingkat stres dengan kejadian gastritis pada pasien yang dirawat di bangsal tersebut pada tahun 2025. Temuan ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang kaitan pola makan dan stres dengan gastritis serta sebagai rujukan bagi responden untuk menjaga pola hidup sehat, khususnya kebiasaan makan.

**Kata kunci:** Gastritis Pola Makan, Stres.

## ABSTRACT

*Gastritis is a common disease with a high prevalence in the community. Various risk factors can trigger gastritis, including unhealthy diets and psychological conditions such as stress. The aim of this study was to determine the relationship between dietary patterns and stress levels with the incidence of gastritis in inpatients at Prof. H. Yamin Regional General Hospital. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 55 respondents selected using a probability sampling technique. The research instrument was a questionnaire measuring dietary patterns, stress levels, and the incidence of gastritis. The study was conducted in Nagari Balah Air Timur on September 15–22, 2025, and data were analyzed using the Chi-Square test. The results showed no significant relationship between dietary patterns and the incidence of gastritis in patients in the Internal Medicine and Surgery Ward of Prof. M. Yamin Regional General Hospital, Pariaman in 2025 (Chi-Square test  $p = 0.730$ ;  $p > 0.05$ ). Similarly, no significant relationship was found between stress levels and the incidence of gastritis (Chi-Square test  $p = 0.092$ ;  $p > 0.05$ ). Thus, this study did not show a significant relationship between diet and stress levels with the incidence of gastritis in patients treated in the ward in 2025. These findings are expected to be information material to increase public awareness about the relationship between diet and stress with gastritis and as a reference for respondents to maintain a healthy lifestyle, especially eating habits.*

*Keywords: Dietary Pattern, Stress, Gastritis.*

## PENDAHULUAN

Gastritis merupakan peradangan pada lapisan mukosa lambung yang dapat menimbulkan gejala seperti sensasi terbakar di dada, mual, muntah, kembung, dan ketidaknyamanan setelah makan. Penyakit ini sangat umum di masyarakat. Berbagai faktor meningkatkan risiko terkena gastritis, termasuk pola makan yang tidak sehat serta stres psikologis. Kebiasaan makan yang kurang baik seperti jadwal makan yang tidak teratur, sering mengonsumsi makanan pedas, asam, atau berlemak beserta konsumsi kafein, alkohol, dan rokok yang tinggi, dapat merangsang produksi asam lambung dan merusak lapisan pelindung mukosa, sehingga memicu iritasi dan peradangan pada lambung (Daffa, 2023).

Gastritis adalah peradangan pada lapisan mukosa lambung yang dapat menimbulkan gejala seperti sensasi terbakar di dada, mual, muntah, kembung, dan ketidaknyamanan setelah makan. Kondisi ini cukup umum di masyarakat. Berbagai faktor dapat meningkatkan risiko gastritis, termasuk pola makan yang tidak sehat dan stres psikologis. Kebiasaan

makan yang kurang baik—misalnya tidak teratur dalam jadwal makan, sering mengonsumsi makanan pedas, asam, atau berlemak beserta konsumsi kafein, alkohol, dan rokok yang berlebihan, dapat meningkatkan produksi asam lambung dan merusak lapisan pelindung mukosa, sehingga memicu iritasi dan peradangan pada lambung (Daffa, 2023).

Selain kebiasaan makan, stres juga mempunyai peran signifikan dalam timbulnya gastritis. Stres berdampak pada sistem saraf otonom yang mengendalikan sekresi lambung; kondisi tegang dapat meningkatkan produksi asam lambung, mengganggu motilitas lambung, dan menurunkan aliran darah ke mukosa, sehingga lapisan pelindung lambung menjadi lebih mudah rusak. Kombinasi antara pola makan yang buruk dan stres yang tidak terkendali dapat mempercepat terjadinya peradangan pada mukosa lambung (Wahyuni & Suwahyu, 2024).

Menurut laporan WHO (2019), insiden gastritis di dunia berada pada kisaran 1,8 sampai 2,1 juta kasus per tahun. Di Indonesia, WHO mencatat

insiden sebesar 40,8% dengan prevalensi 274.396 kasus dari total populasi 238.452.952 jiwa di beberapa wilayah. Sementara itu, data Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa gastritis termasuk dalam 10 penyakit terbanyak, dengan 30.154 kasus (4,9%) yang mendapat perawatan di rumah sakit dan puskesmas (Jusuf, Adityaningrum, dan Yunus, 2022).

Gastritis merupakan salah satu gangguan saluran pencernaan yang sering terjadi dan menunjukkan angka kejadian yang cukup tinggi di Indonesia. Di Provinsi Sumatera Barat, penyakit ini menempati urutan kedua dari sepuluh penyakit terbanyak dengan 285.282 kasus (15,8%). Berdasarkan data RSUD Prof. M. Yamin Kota Pariaman, pada rentang tahun 2021–2025 tercatat 120 pasien gastritis yang dirawat di bangsal rawat inap dan ruang operasi (RSUD Prof. M. Yamin, Kota Pariaman, 2025).

Pencegahan agar gastritis tidak menjadi parah meliputi kebiasaan minum air putih yang cukup (sekitar 8 gelas per hari), cukup istirahat, pengurangan aktivitas fisik yang berlebihan, serta menghindari makanan pedas dan panas. Upaya lain meliputi pengelolaan stres, penataan pola makan harian bagi penderita gastritis, penentuan jadwal makan yang teratur, menghindari makanan tinggi lemak, serta menjauhi minuman beralkohol dan berkafein. Selain itu, penanganan dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Pengaturan pola makan menjadi kunci dalam memperbaiki kondisi pencernaan pada gastritis. Pemberian variasi menu juga penting—karenanya bila variasi makanan kurang menarik dapat menyebabkan kebosanan dan menurunkan nafsu makan; kondisi ini juga membuat banyak orang cenderung memilih makanan cepat saji (Y.f diliyana, 2020).

Temuan ini konsisten dengan penelitian Ruwi Donalia Triandika Sari

(2024) berjudul "Hubungan Stres Akademik dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa S1 Program Studi Ilmu Keperawatan," yang melaporkan responden berusia 18–23 tahun dengan mayoritas perempuan (102 mahasiswa; 81,6%). Mayoritas berasal dari angkatan 2018/semester 6 (42 mahasiswa; 33,6%) dan sedikit lebih banyak responden yang tidak memiliki riwayat gastritis (64 mahasiswa; 50,2%). Pada variabel stres akademik, terbanyak mengalami stres ringan (41 mahasiswa; 32,8%), sedangkan mayoritas memiliki pola makan yang sesuai (66 mahasiswa; 52,8%). Hasil uji chi-square menunjukkan  $p = 0,107$  untuk stres akademik (OR: 0,92) dan  $p = 0,06$  untuk pola makan (OR: 0,50), sehingga tidak ditemukan hubungan signifikan antara stres akademik dan pola makan dengan kejadian gastritis pada sampel tersebut.

Penelitian Pranata A (2024) di Puskesmas Kayon, Kota Palangka Raya, dengan 56 responden juga menemukan dominasi pola makan tidak teratur (44 responden; 78,6%) dibandingkan pola makan teratur (>50%) yang berjumlah 12 responden (21,4%). Pada variabel stres, 21 responden (37,5%) mengalami stres ringan dan 35 responden (62,5%) mengalami stres sedang. Sebanyak 54 dari 56 responden (96,4%) terdiagnosis gastritis. Uji chi-square antara pola makan dan kejadian gastritis memberikan nilai  $p = 1,000$  ( $p > 0,05$ ), sehingga tidak ada hubungan signifikan antara pola makan dan gastritis dalam studi ini.

Hasil ini sejalan pula dengan penelitian Shofah W (2022) pada remaja usia 12–15 tahun di MTs Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik, yang tidak menemukan hubungan signifikan antara tingkat stres dan kejadian gastritis ( $p = 0,213 > 0,05$ ), maupun antara pola makan dan kejadian gastritis ( $p = 0,134 > 0,05$ ).

Dalam studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 10 pasien, 7 orang

melaporkan pola makan tidak sehat, seperti sering mengonsumsi makanan pedas, makanan cepat saji, dan minuman kemasan—temuan yang juga didukung oleh survei pasien di lapangan (RSUD Prof. M. Yamin, Kota Pariaman).

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif-analitik dengan desain cross-sectional. Subjek penelitian meliputi seluruh pasien yang dirawat di bangsal Penyakit Dalam dan Bedah RSUD Prof. M. Yamin Pariaman selama tiga bulan terakhir sebelum studi, dengan total populasi sebanyak 120 orang. Penentuan sampel dilakukan secara probabilistik dengan menggunakan rumus Slovin untuk

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti berminat untuk meneliti hubungan antara pola makan dan tingkat stres dengan kejadian gastritis pada pasien yang dirawat di Unit Penyakit Dalam dan Bedah RSUD Prof. M. Yamin, Pariaman.

menghitung jumlah sampel, sehingga didapatkan 55 responden yang dipilih secara berurutan dari masing-masing bangsal. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Chi-square. Penelitian berlangsung di RSUD Prof. M. Yamin Pariaman pada bangsal Penyakit Dalam dan Bedah selama periode 15 hingga 22 September 2025.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

**Tabel 1**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (n=55)**

No	Karakteristik	F	%
1.	Dewasa Awal (26-35 tahun)	30	54.5
2.	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	25	45.5
Jumlah		55	100.0

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden dengan kategori umur Dewasa Awal (26 – 35 tahun)

sebanyak 30 responden dengan nilai (54.5 %) dan Dewasa Akhir (36 -45 tahun) sebanyak 25 responden dengan nilai (45.5 %).

**Tabel 2**  
**Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (n=55)**

No	Karakteristik	F	%
1.	Laki-laki	29	52.7
2.	Perempuan	26	47.3
Jumlah		55	100.0

Merujuk pada Tabel 2, sebagian besar responden berdasarkan jenis kelamin terdiri dari laki-laki sebanyak 29 orang

(52,7%), sedangkan responden perempuan berjumlah 26 orang (47,3%).

## Analisis Univariat

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Pola Makan Responden di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (n=55)**

No	Kategori	F	%
1.	Baik	16	29.1
2.	Buruk	39	70.9
	Jumlah	55	100.0

Dari Tabel 3 terlihat bahwa mayoritas responden memiliki pola makan yang tergolong buruk, yaitu sebanyak 39 orang (70,9%), sedangkan responden dengan pola makan baik berjumlah 16 orang (29,1%).

**Tabel 4**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (n=55)**

No	Kategori	F	%
1.	Normal	9	16.4
2.	Sedang	39	70.9
3.	Berat	7	12.7
	Jumlah	55	100.0

Berdasarkan Tabel 5.4 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres dengan kategori yaitu normal sebanyak 9 responden (16.4 %), sedang sebanyak 39 responden (70.9%), dan berat sebanyak 7 responden (12.7 %).

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Kejadian Gastritis Responden di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (n=55)**

No	Kategori	F	%
1.	Positif	43	78.2
2.	Negatif	12	21.8
	Jumlah	55	100.0

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa mayoritas responden mengalami gastritis, yakni sebanyak 43 orang (78,2%) yang menunjukkan gejala positif, sedangkan 12 responden (21,8%) tidak menunjukkan gejala tersebut.

## Analisis Bivariat

**Tabel 6**  
**Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (N=55)**

RSCD PTOR M. Pahlia Paramahan (N = 55)							
Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		P value
	Positif		Negatif				
	f	%	f	%	F	%	
Baik	12	75	4	25	16	100	0.730
Buruk	31	79.5	8	20.5	39	100	
Jumlah					55		

Berdasarkan Tabel 6, dari 16 responden yang memiliki pola makan baik, sebanyak 4 orang (25%) termasuk dalam kategori gastritis negatif dan 12 orang (75%) masuk kategori gastritis positif. Sementara itu, di antara 39 responden dengan pola makan buruk, terdapat 8 orang (20,5%) dengan gastritis

negatif dan 31 orang (79,5%) dengan gastritis positif. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai  $p = 0,730$  ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dan kejadian gastritis.

**Tabel 7**  
**Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Gastritis di Ruang Interne dan Bedah RSUD Prof M. Yamin Pariaman (N=55)**

Tingkat Stres	Kejadian Gastritis				Total		P value
	Positif		Negatif				
	f	%	f	%	F	%	
Normal	5	55,6	4	44,4	9	100	0.092
Sedang-Berat	38	82,6	8	17,4	46	100	
Jumlah					55		

Berdasarkan Tabel 7 hasil analisis menunjukkan bahwa dari 9 responden dengan tingkat stres normal, sebanyak 5 orang (55,6%) mengalami gastritis dan 4 orang (44,4%) tidak mengalami gastritis. Sementara itu, dari 46 responden dengan tingkat stres sedang, terdapat 38 orang (82,6%) yang

mengalami gastritis dan 8 orang (17,4%) tidak mengalami gastritis. Hasil uji chi-square memperoleh nilai  $p$  sebesar 0,092 ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian gastritis.

## KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan di Bangsal Penyakit Dalam dan Bedah RSUD Prof. M. Yamin Pariaman menemukan bahwa:

1. Mayoritas responden memiliki pola makan yang kurang baik (70,9%).
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat stres dengan kategori sedang sebanyak 70.9%.

3. Sebagian besar responden memiliki kejadian gastritis dengan kategori yaitu negatif sebanyak 78.2%.

4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis ( $p > 0,05$ ).

5. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian gastritis ( $p > 0,05$ ).

## SARAN

Diharapkan temuan penelitian dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga pola makan yang sehat dan mengelola stres demi mencegah terjadinya gastritis. Kegiatan edukasi dan pelatihan

secara rutin tentang pola makan sehat, manajemen stres, serta pencegahan gastritis penting dilakukan agar pengetahuan dan kesiapsiagaan masyarakat dalam menjaga kesehatan, khususnya terkait pola makan, semakin baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori M. (2018). Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- Almatsier, S. (2019). Penuntun Diet. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Amri, Siska Wati. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di SMK Kesehatan Napsi'ah Stabat Kabupaten Langkat. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 659-66.
- Barkah, A., & Agustiyani, I. (2021). Pengaruh Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. *Jurnal Antara Keperawatan*, 4(1), 52-58. <https://doi.org/10.37063/antaraperawat.v4i1.462>
- Burnner & Suddarth. (2022). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Daffa, R. Z., Susanti, N., Pranita, M., Miftahul Jannah, M., Zahra, M. U., Saragih, P. A., Harahap, M., Karina, R. L., Fikri, M. A., & Wijaya, M. A. (2023). Hubungan antara pola makan dan stres terhadap kejadian penyakit gastritis di Desa Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(2), 133-141.
- Diliyana, Y. F., & Utami, Y. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 5(1), 19-24
- Elys, S. P. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Telukdalam Kabupaten Nias Selatan. Program Studi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.
- Firman, I., & Andriani, C. D. (2020). Polarisasi Peresepan Obat Gastritis di Puskesmas Pangale Kabupaten Mamuju Tengah Periode Januari–Agustus Tahun 2020. *Koloni*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.31004/koloni.v1i1.9>
- Futriani, E., Tridiyawati, F., & Maulana Putri, D. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Tingkat II di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta. *Jurnal Antara Keperawatan*, 3(2), 276–282. <https://doi.org/10.37063/jurnalantarakeperawatan.v3i2.276>
- Hanna Fatchi Rodliya. (2022). Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Gejala Gastritis pada Remaja di MA Ibnul Qoyyim Putri Sleman. Skripsi, Program Studi Gizi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Jusuf, H., Adityaningrum, A., & Yunus, R. (2022). Determinan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(2), 108-118.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Gizi Rumah Sakit. Diperoleh tanggal 13 Oktober 2018, dari. <http://peraturan.bkpm.go.id/jdih/pdf>
- Koesmardini, S. (2020). Ilmu Gizi dan Aplikasinya Untuk Keluarga dan Masyarakat. Ditjen Dikti. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping.

- New York: Springer Publishing Company.
- Lukaningsih, Z. L., & Bandiyah, S. (2021). Psikologi Kesehatan. Yogyakarta: Numed.
- Merita., Sapitri, W. I., & Sukandar, I. (2022). Hubungan Tingkat Stress Dan Pola Konsumsi Dengan Kejadian Gastritis Di Puskesmas Pakuan Baru Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim*, 5(1), 51-58.
- Merbawani, R., Sajidin, M., Munfadhila, A.W. (2018). Stress And Gastritis Relationship At Public Health Service. *International Journal Of Nursing And Midwifery*, 1(2), 154-159
- Mardalena, I. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Pencernaan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Mutiara Rengganis, Achmad Dafir Firdaus, & Reny Tri Febrian (2021). Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Siswa di MTs NU Pakis Kabupaten Malang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3), 45306.
- Nursalam. (2020). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Selemba Medika
- Nikmah, M. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dengan Gejala Gangguan Pencernaan Pada Santriwati Pondok Pesantren Sirojul Mukhlasi II Payaman Magelang Tahun 2020. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2020). Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta
- 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.
- Pratiwi, W. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di Pondok Pesantren Daar El-Qolam Gitung, Jayanti, Tangerang. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah
- Putri, R. S. M., Agustin, H., & Wulansari. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Timbulnya Gastritis Pada Pasien di Universitas Muhammadiyah Malang Medical Center (UMC). *Jurnal Keperawatan*, 1(2), 156-164.
- Rahma, M., Ansar, J., & Rismayanti. (2020). Faktor Risiko Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampili Kabupaten Gowa. Makassar: Hasanuddin. Diperoleh tanggal 4 November 2020, dari <http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5489/JURNAL%20MKMI.pdf>
- Sari, M. D. P. (2021). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Tingkat Kekambuhan Gastritis.
- Sari, R. D. T., Anggeny, Y., & Lita. (2024). Hubungan Stres Akademik dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan*,

- 14(1), 146.  
<https://doi.org/10.59870/jurkep.v14i1.146>
- Sepdianto, T. C., Abiddin, A. H., & Kurnia, T. (2022). Asuhan Keperawatan pada Pasien Gastritis di RS Wonolangan Probolinggo: Studi Kasus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 220–225.
- Shofah, W., & Widiyawati, W. (2022). Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 12–15 Tahun di MTs. Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik. *Journal of Public Health Science Research*, 3(1), 1–6.  
<https://doi.org/10.30587/jphsr.v3i1.5417>
- Soeparman, S. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Masyarakat di Desa Sopi. *Leleani: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 162–169.  
<https://doi.org/10.55984/leleani.v3i2.162>
- Sukarmin. (2020). Keperawatan pada sistem pencernaan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sumbara, S. (2020). Pola makan dengan kejadian gastritis. *AACENDIKIA: Journal of Nursing*, 1(1), 12–19.  
<https://doi.org/10.59183/aacendikiajournal.v1i1.12>
- Swarjana, I. K. (2022). Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi Revisi. Yogyakarta: Andi
- Smelzer, S. C. (2020). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth, Ed. 8. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Badung: Alfabeta
- Wahyuni, S. W., Rumpiati., & Lestariningsih, R. E. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Global Health Science*, 2(2), 149–154.
- WHO (2020). Adolescent Health Epidemiology. Word Health Organization. Diperoleh tanggal 6 Mei 2020 dari [http://www.mho.int/maternal\\_child\\_adolescent/epidemiology/adolescenceen/](http://www.mho.int/maternal_child_adolescent/epidemiology/adolescenceen/)
- Widiyanto, J., & Khaironi, M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis. *Jurnal Photon*, 5(1), 29–32
- Yani, N. (2021). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 3(2), 1261–1268.  
<https://doi.org/10.57084/jikpi.v3i2.1261>
- Yatmi, F. (2020). Pola Makan Mahasiswa Dengan Gastritis Yang Terlibat Dalam Kegiatan Organisasi Kemahasiswaan Di Universitas Islam Negeri Jakarta. [Skripsi]. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Yuliarti, N. (2018). Maag: Kenali, Hindari Dan Obati. Yogyakarta: Andi.