

## HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA PUTRI KELAS 1 SMA NEGERI 1 MELONGUANE KABUPATEN KEPULAUAN TALAUD

Angelia Pondaa<sup>1</sup>, Magie Melanie Kapojos<sup>2</sup>, Ivon Sisilia Abraham<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Keperawatan Universitas Pembangunan Indonesia Manado

E-mail coresponding author:

angelia.pondaa@unpi.ac.id

### ABSTRAK

Gastritis adalah peradangan yang mengenai mukosa lambung. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja putri kelas 1 sma negeri 1 melonguane. Jenis penelitian yang digunakan deskriptif analitik dengan pendekatan crossectional study. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 46 sampel. Dari hasil penelitian didapatkan hasil uji chi-square ( $\chi^2$ ) diperoleh nilai p-value = 0.003 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0.05$ . Diketahui Pola Makan Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud pola makan yang baik berjumlah 21 responden dan pola makan kurang baik berjumlah 25 responden. Diketahui Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud yang terjadi kejadian gastritis berjumlah 24 responden dan yang tidak terjadi berjumlah 22 respon. Dianalisa ada hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud. Berdasarkan hasil penelitian ini disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja putri kelas 1 sma negeri 1 melonguane kabupaten kepulauan talaud.

**Kata Kunci :** pola makan, gastritis

### ABSTRACT

*Gastritis is inflammation affecting the gastric mucosa. The purpose of the study was to determine the relationship of diet with the incidence of gastritis in adolescent girls in grade 1 high school 1 melonguane. This type of research used analytic descriptive with a crossectional study approach. The sample in this study amounted to 46 samples. From the results of the study, the results of the chi-square test ( $\chi^2$ ) obtained p-value = 0.003 smaller than the value of  $\alpha = 0.05$ . Known Diet for Class 1 Young Women in SMA Negeri 1 Melonguane, Talaud Islands Regency, a good diet numbered 21 respondents and a poor diet numbered 25 respondents. Gastritis Occurrence is known in Grade 1 Young Women of Melonguane State High School 1 in Talaud Islands District with 24 respondents who experienced gastritis and 22 did not occur. There is a relationship between eating patterns and gastritis events in young women in grade 1 of SMA Negeri 1 Melonguane in Talaud Islands Regency. Based on the results of this study, it was concluded that there was a significant relationship between diet and the incidence of gastritis in girls in grade 1 high school 1 through the talaud islands.*

**Keywords:** diet, gastritis

## PENDAHULUAN

Kesehatan suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan ini karena apalah artinya memiliki begitu banyak harta atau uang jika kesehatan terganggu. *Gastritis* merupakan salah satu masalah kesehatan saluran pencernaan yang paling sering terjadi. Akhir-akhir ini peningkatan penyakit *Gastritis* atau yang secara umum dikenal dengan istilah sakit “maag” atau sakit ulu hati meningkat sangat pesat dan banyak di keluhkan masyarakat. Kejadian penyakit *gastritis* terjadi karena pola hidup yang bebas hingga berdampak pada kesehatan tubuh. Gaya hidup yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan yang dapat merangsang peningkatan asam lambung, seperti : asinan, cuka, sambal, dapat meningkatkan jumlah penderita *gastritis*. Berdasarkan hasil penelitian badan penelitian kesehatan dunia *World Health Organization (WHO)* mengadakan tinjauan terhadap delapan Negara dunia dan mendapatkan beberapa hasil presentase angka kejadian *gastritis* di dunia. Dimulai dari Negara yang kejadian *gastritis* paling tinggi yaitu Amerika dengan presentase mencapai 47%. *Gastritis* biasanya dianggap sebagai suatu hal yang remeh namun *gastritis* merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat menyusahkan kita ( *WHO*, 2010 ).

Hasil penelitian dan pengamatan yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI angka kejadian *gastritis* di beberapa kota di Indonesia yang tertinggi mencapai 91,6% yaitu di kota Medan. Hal tersebut disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat. Tahun 2009 penyakit *gastritis* merupakan salah satu penyakit didalam sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit seluruh Indonesia dan menyerang lebih banyak perempuan dari pada laki-laki dengan jumlah kasus 30.154 orang (Profil Kesehatan Indonesia, 2009).

Dari data yang di dapatkan di dinas kesehatan sulawesi utara penyakit *gastritis* menempati penyakit peringkat 4 dari 10 penyakit terbanyak di Sulawesi Utara dengan jumlah kasus 9.074 (Dinkes Sulut, 2015). Berdasarkan data yang didapatkan di dinas Kesehatan Kabupaten Kepulauan Talaud, 2016, penyakit *gastritis* merupakan penyakit terbanyak yang berada di posisi ke 3 dari 10 penyakit terbanyak di Kabupaten Kepulauan Talaud dengan jumlah kasus 1692 (Dinkes Kab Kep Talaud, 2016).

Dari Jurnal Penelitian Wahyu, 2010, menunjukkan ada Hubungan Pola Makan Dengan *Gastritis* Pada Remaja Di Pondok Pesantren Daar El Qoram Gintung Jayanti Tangerang (Wahyu, 2010).

Menurut pengambilan data awal yang didapatkan jumlah remaja putri kelas 1 di SMA Negeri 1 Melonguane berjumlah 85 orang dan informasi awal yang didapatkan dimana mewawancarai 10 remaja putri di sekolah, 7 dari 10 orang remaja putri di sekolah mengalami *gastritis*. Dengan mengajukan pertanyaan terhadap seluruh remaja kelas 1 SMA yaitu mengenai pola makan mereka dengan pertanyaan seperti “ apakah anda pernah mengalami kejadian *gastritis* ? ” dan yang banyak menjawab ya merupakan remaja putri dibandingkan dengan remaja pria.

Tantangan utama dalam pembangunan suatu bangsa merupakan membangun sumber daya manusia yang sehat, cerdas dan produktif. Kekurangan gizi dapat merusak kualitas remaja di mana masa remaja merupakan suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Di era global saat ini berpengaruh terhadap perubahan gaya hidup dan pola konsumsi masyarakat. Selera terhadap produk teknologi dan industri saat ini memberikan pengaruh negatif dengan berkembangnya berbagai produk makanan yang sebagian besar tidak sehat seperti pizza, donat, burger yang umumnya mengandung kalori tinggi, kadar lemak, gula dan sodium. Kandungan gizi yang tidak seimbang ini bila terlanjur menjadi pola makan yang tidak sehat. Makanan tersebut tersedia dengan berbagai rasa, variasi harga dan kenyamanan serta dengan mudah dijumpai tidak hanya di propinsi tetapi juga diberbagai kota. Selain itu iklan TV juga sering menampilkan makanan ringan yang rendah gizinya dan tidak mengandung semboyan empat sehat lima sempurna (Pratiwi 2010).

Masalah kesehatan remaja merupakan suatu hal yang makin menonjol pada saat ini, dimana terdapat peningkatan yang cukup pesat dalam perubahan pola makan. Pola makan remaja akan menentukan jumlah-jumlah zat gizi yang diperoleh remaja untuk pertumbuhan dan perkembangan. Jumlah makanan yang sesuai dengan kebutuhan akan menyediakan zat-zat gizi yang cukup pula bagi remaja guna menjalankan kegiatan-kegiatan fisik yang sangat meningkat, apabila asupan tersebut kurang maka akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan prestasinya. Hal ini disebabkan oleh kesibukan sekolah dan jadwal kegiatan diluar sekolah yang padat, disamping itu remaja terkesan susah makan terutama remaja putri hal ini disebabkan oleh berbagai persepsi antara lain : takut menjadi gemuk, keterbatasan waktu makan, pengawasan dari keluarga yang terlalu ketat atau bebas dan keluarga yang tidak

harmonis jika keadaan berlangsung terus menerus akan berpengaruh terhadap kebiasaan makan sehari-harinya (Soetjiningsih, 2009).

Pola makan disuatu daerah dapat berubah-ubah sesuai dengan perubahan beberapa faktor ataupun kondisi setempat antara lain faktor budaya, agam/kepercayaan, status sosial ekonomi, hal-hal yang disukai atau tidak disukai, rasa lapar, nafsu makan, rasa kenyang, dan kesehatan. Ketika berbicara tentang makanan berarti berbicara saluran pencernaan yaitu dimulai dari mulut, kerongkongan, esophagus, lambung, usus halus, usus besar dan anus. Masing-masing bagian saluran pencernaan ini dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit karena pola makan yang salah. Berdasarkan hasil studi Diane (2007) remaja sering terjebak dengan pola makan yang tidak sehat, bahkan sampai gangguan pola makan yaitu dapat menyebabkan gangguan pencernaan. Salah satu penyakit yang dapat timbul pada lambung yaitu *Gastritis*. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik meneliti ‘‘ Hubungan Pola Makan dengan Kejadian *Gastritis* Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud’’.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *Deskriptif Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. *Deskriptif Analitik* adalah suatu metode yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran objek yang diteliti melalui data atau sampel yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan. *Cross Sectional Study* adalah penelitian yang dilakukan pada satu waktu dan satu kali, tidak ada *follow up*, untuk mencari hubungan antara variable independen (faktor resiko) dengan variabel dependen (efek), (Sugiono, 2009). Penelitian ini telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud, pada bulan Mei-Juni 2018.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoadmodjo, 2010 ). Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud, populasi dalam penelitian ini berjumlah 85 populasi.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2006). Yang diambil dengan pengambilan sampel yaitu *Purposive Sampling* yaitu metode penetapan sampel dengan memilih beberapa sampel tertentu

yang dinilai sesuai dengan tujuan atau masalah penelitian dalam sebuah populasi (Nursalam. 2008). Pengambilan sampel ini menggunakan Rumus Slovin dan didapat jumlah sampel sebanyak 46 sampel.

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

$$n = \frac{85}{1 + 85 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{85}{1 + 85 (0,01)}$$

$$n = \frac{85}{1,85} = 45,94 \rightarrow 46$$

Instrumen atau alat pengumpul data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kusioner yang dikutip dari jurnal Pratiwi, penelitian ini menggunakan skala ukur nominal :

1. Pola Makan : Terdiri dari 10 item pertanyaan, dengan menggunakan pilihan jawaban ya diberi nilai 2 dan pilihan jawaban tidak di beri nilai 1.

Jumlah pertanyaan x skor tertinggi :  $10 \times 2 = 20$

Jumlah pertanyaan x skor terendah :  $10 \times 1 = 10$

Jadi nilai mediannya  $\frac{20+10}{2} = 30/2 = 15$

Untuk pola makan yang baik bila nilai responden  $\geq 15$  dan untuk pola makan yang tidak baik bila nilai responden  $< 15$

2. Kejadian *gastritis* : Terdiri dari 8 item pertanyaan dengan menggunakan pilihan jawaban Rendah diberi nilai 2 dan pilihan jawaban Tinggi di beri nilai 1.

Jumlah pertanyaan x skor tertinggi :  $8 \times 1 =$

Jumlah pertanyaan x skor terendah :  $8 \times 2 = 16$

Jadi nilai mediannya  $\frac{8+16}{2} = 24/2 = 12$

Untuk kejadian *gastritis* tinggi  $\geq 12$  dan untuk *gastritis* rendah  $< 12$

## HASIL PENELITIAN

Data karakteristik umur

Tabel 5.1 Distribusi responden berdasarkan umur pada remaja putri kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud 2018.

Umur	n	%
15 Tahun	30	65,2
16 Tahun	16	34,8
Total	46	100

Berdasarkan hasil penelitian pada 46 reponden didapat bahwa sebagian besar remaja putri kelas 1 SMA N 1 Melonguane berumur 15 tahun lebih banyak yaitu berjumlah 30 orang dengan presentase 65,2 %. Sedangkan yang lebih sedikit yaitu remaja putri yang berumur 16 tahun yaitu berjumlah 16 orang dengan jumlah presentase 34.8 %.

## A. Analisis Univariat

### 1. Pola Makan

Table 5.2 Distribusi responden berdasarkan pola makan remaja putri kelas 1 SMA N 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud 2018.

Kategori	n	%
Kurang Baik	25	54,3
Baik	21	45,7
Total	46	100

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 46 responden diketahui sebagian besar responden mengalami pola makan yang kurang baik yaitu sebanyak 25 responden dengan presentase nilai 54.3 %. Sedangkan responden yang pola makan baik sebanyak 21 responden dengan presentase nilai 45.7 %.

### 2. Kejadian *gastritis*

Tabel 5.3 Distribusi responden berdasarkan kejadian *gastritis* remaja putri di SMA N 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud 2018.

Kategori	n	%
Ya	24	47,8
Tidak	22	52,2
Total	46	100

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 46 responden diketahui bahwa sebagian besar mengalami kajadian *gastritis* yaitu sebanyak 24 responden dengan presentase nilai 52.2 %. Sedangkan yang tidak mengalami kejadian *gastritis* berjumlah 22 responden dengan presentase nilai 47.8 %.

## B. Analisi Bivariat

### 1. Hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja

Table 5.4 hasil uji hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja putri kelas 1 SMA N 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud 2018.

		Kejadian <i>Gastritis</i>			OR	P
		Tidak	Ya	Total		
Pola Makan	Kurang baik	17 (37,0 %)	8 (17,4 %)	25 (54,3 %)	6.800	0,003
	Baik	5 (10,0 %)	16 (34,8 %)	21 (45,7 %)		
	Total	22 (47,8 %)	24 (52,2%)	46 (100 %)		

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa remaja yang memiliki pola makan yang baik dan mengalami kejadian *gastritis* sebanyak 16 remaja dengan presentase nilai 34,8 %, sedangkan remaja yang memiliki pola makan yang baik tetapi tidak terjadi kejadian *gastritis* sebanyak 5 remaja dengan presentase nilai 10,0 %. Dan remaja yang memiliki pola makan yang kurang baik dan mengalami kejadian *gastritis* berjumlah 8 remaja dengan presentase nilai 17,4 %, sedangkan remaja yang memiliki pola makan kurang baik dan tidak mengalami kejadian *gastritis* berjumlah 17 remaja dengan presentase nilai 37,0 %.

Berdasarkan hasil analisa dengan menggunakan uji *statistika chi square* dengan program SPSS diperoleh nilai *p-value* = 0,003 lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  yang artinya terdapat hubungan yang *signifikan* antara pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja putri kelas 1 di SMA Negeri 1 Melonguane.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

#### a. Pola Makan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 46 responden hasil penelitian menunjukkan pola makan remaja putri sebagian besar mengalami pola makan yang kurang baik dengan jumlah 25 responden dengan nilai persentasenya 54,3 %, dan pola makan yang baik berjumlah 21 responden dengan nilai presentase 45,7 %.

Pola makan merupakan berbagai suatu hal yang dapat memberikan gambaran tentang macam, jumlah dan model bahan makanan serta porsi makan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu ( Sulistyoningsih, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh Suntari (2015) diketahui dari 35 responden terdapat 25 responden (71,4%) dengan pola makan kurang baik dan 10 responden (28,6%) yang memiliki pola makan baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh Rifqi yang berjudul hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis* pada santri di pondok pesantren Al – mukmin sukoharjo.

Hal ini dikarenakan pola makan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain lingkungan, pola makan responden yang kurang baik dipengaruhi oleh makanan yang mereka makan akibat lingkungan yang berada dimana makanan yang mereka konsumsi adalah makanan yang dapat menyebabkan asam lambung meningkat seperti makanan yang pedas dan berminyak.

#### b. Kejadian *gastritis*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 46 responden didapatkan kejadian *gastritis* yang tinggi sebanyak 24 responden (52,2 %) dan kejadian *gastritis* rendah berjumlah 22 responden (47,8 %).

*Gastritis* adalah suatu keadaan peradangan atau perdarahan mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronis, difus atau local (Price, 2005).

Menurut Suratun (2010) *gastritis* merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik difus atau lokal, dengan karakteristik anoreksia, perasaan penuh di perut (begah), tidak nyaman pada epigastrium, mual, dan muntah. Dari yang didapat kejadian *gastritis* dapat menyerang siapa saja baik yang mengalami pola makan yang baik dan kurang baik ini disebabkan karena pengetahuan yang kurang mengenai mengkonsumsi makanan yang baik dan sehat dan mengatur pola makan sehari-hari dan juga peningkatan kesehatan yang kurang .

## 2. Analisis Bivariat

### 1. Hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja putri kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan responden yang pola makan baik sebanyak 21 responden dengan presentase 45,7 % sedangkan responden yang mengalami pola makan yang buruk sebanyak 25 responden dengan presentase nilai 54,3 %. Hasil demikian menunjukkan ada hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja putri kelas 1 SMA N 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud dengan p-value sebesar 0,003 lebih kecil dari nilai  $\alpha=0,05$ ,  $H_0$

ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian *gastritis* pada remaja putri kelas 1 di SMA Negeri 1 Melonguane dan nilai Odd Ratio 6.800.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Angkow (2010) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *Gastritis* di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kota Manado yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan timbulnya *gastritis*.

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan dari hasil penelitian ini didapatkan responden dengan pola makan baik yang terbanyak mengalami *gastritis*. Hal ini dikarenakan dari penelitian yang dilakukan ditemukan sebagian remaja menyatakan sering minum kopi, makan makanan pedas, dengan beberapa diantaranya mengatakan kopi merupakan minuman kesukaan, tetapi semua remaja tidak pernah mengonsumsi minuman beralkohol. Kadar asam lambung yang meningkat akan menimbulkan ketidaknyamanan pada lambung dan terdapat responden dengan pola makan kurang baik lebih banyak tidak mengalami *gastritis* walaupun responden yang pola makannya kurang baik memiliki jumlah terbesar, Ini dikarenakan sebagian responden mengatakan walaupun pola makan tidak baik namun mereka tidak mengonsumsi makan yang pedas-pedas dan tidak menyukai makanan yang pedas-pedas.

Kondisi ini disebabkan ada faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian *gastritis* pada remaja. Penelitian Pratiwi (2013) menyakatan bahwa asam lambung dapat terkontrol meskipun frekuensi makan kurang dari 3 kali dalam sehari, apabila diselingi dengan mengonsumsi makanan ringan yang tidak mengiritasi lambung. Untuk itu peneliti memberikan edukasi bagi responden yang pola makannya kurang baik dan pola makannya baik mengenai pola makan yang baik dan benar dalam sehari-hari agar akan berkurangnya responden yang pola makannya kurang baik dan mengurangi angka kejadian *gastritis*.

## KESIMPULAN

Pola Makan Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud lebih banyak pola makan yang kurang baik dari pada pola makan yang baik. Kejadian *Gastritis* Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud lebih banyak yang terjadi kejadian *gastritis* dibandingkan yang tidak terjadi kejadian *gastritis*. Teranalisa ada hubungan Pola

Makan Dengan Kejadian *Gastritis* Pada Remaja Putri Kelas 1 SMA Negeri 1 Melonguane Kabupaten Kepulauan Talaud.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acik, 2002. *Mengatasi Stres Pada Remaja* <http://ramuracik.com/> Diakses Pada Tanggal 22 juni 2018 pukul 22.00
- Ardian. R. R. G, Adwan M, (2013). *Penyakit Hati, Lambung, usus dan Ambeien*. Yogyakarta
- Aprianto, 2009. *Faktor Risiko Gastritis pada pasien di Rumah Sakit Umum Daerah Lubuan Baji dan Rumah Sakit Pelamonia Tingkat II Kota Makassar Tahun 2009*. Makassar.
- Brunner and Suddart, (2002). *Keperawatan Medikal Bedah. Edisi 8 Vol. 2*. Jakarta
- Buzanne C. Smeltzer & Brenda G. Bare, (2002). *Keperawatan Medikal Bedah volume 2*, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Carson, 2008. *Tentang Pertumbuhan dan Perkembangan Pada Remaja*.
- Departemen Kesehatan RI. 2001. *Rencana Pengembangan Lima Tahun VI Bidang Kesehatan*. <http://www.depkes.go.id>. Diakses tanggal 20 Februari 2018.
- Depkes. RI, 2008. *Pedoman Umum Gizi Seimbang*. Jakarta : Ditjen Pembinaan Kesehatan Masyarakat. Direktorat Bina Gizi Masyarakat.
- Dinkes, Kab. Kep. Talaud. (2016). *10 Daftar Penyakit Tertinggi*. Diakses 15 Juni 2018
- Dinkes Sulut, (2015). *Daftar 10 Penyakit Tertinggi Di Sulut*. Diakses 15 juni 2018
- Harna, (2009) : *Pola Makan Sehat*. [www.damandiri.or.id/file/ratnasuhartiniunair\\_bab1.pdf](http://www.damandiri.or.id/file/ratnasuhartiniunair_bab1.pdf). Diakses pada tanggal 19 April 2018
- Inayah, L, (2004). *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Pencernaan*. Jakarta: Salemba Medika
- Julia A, (2010). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kota Manado*. Diakses 20 juli 2018. 23.00
- Mubarok , (2009). *Ilmu Kesehatan Komunitas*. Jakarta: Salemba Medika Mubarok.
- Mustakim, (2009). *Mengenal Penyakit Organ Cerna*, Pustaka Populer Obor. Jakarta.
- Notoadmojo. S, (2010) : *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka cipta. Jakarta.
- Notoadmojo. S, (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
- Okviani. W, (2011) . *Pola Makan Gastritis*. <http://www.library.upnvj.ac.id/> Diakses tanggal 22 April 2018.

- Potter. P. A, (2008). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktek*: EGC. Jakarta
- Price & Wilson, (2006). *Pengertian gastritis*, Nanda Nic-Noc Edisi Revisi Jilid 2, 2015
- Rudi. H, (2012) *Keperawatan Medikal Bedah Sisitem Pencernaan*. Goysen Publishing. Yogyakarta.
- Rosniyanti,2010. *AINS*. <http://doctorology.net/?cat=169> Diakses tanggal 20 April 2018.
- Santoso, S, (2008). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta:RinekaCipta.
- Sediaotama, 2010. *Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan*. Diakses 20 Juni 2018. Jam 19.23
- Sitorus, R, (2009). *Makanan Sehat dan Bergizi*. CV.Yrama Widya, Bandung
- Smelter, S. C, (2008). *Keperawatan Medikal Dedah*. Jakarta:EGC
- Sugiono, (2009). *Pengertian Cross Sectional Study*. <http://elib.unikom.ac.id>. Diakses 20 Juni 2018. 23.00
- Suyono. Slamet, 2001. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Balai Penerbitan FKUI
- Wahyu. P, 2010 *Jurnal Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Di Pondok Pesantren Daar El Qoram Gintung Jayanti Tangerang*. Diakses 23 April 2018
- WHO, (2010). *World Health Statistics*. (diakses tanggal 12 april 2018).  
[http://www.who.int/entity/whosis/whostat/EN\\_WHS10\\_Full.pdf?ua=1](http://www.who.int/entity/whosis/whostat/EN_WHS10_Full.pdf?ua=1)