

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada pembangunan kesehatan saat ini dihadapkan ada dua masalah yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular kebanyakan disebabkan oleh gaya hidup modernisasi dan globalisasi salah satunya adalah penyakit gastritis (Monika, 2018). Gastritis merupakan masalah kesehatan pada saluran pencernaan yang sering dijumpai di klinik berdasarkan gejala klinis bukan berdasarkan pemeriksaan hispatologi. Gastritis terjadi karena proses inflamasi pada mukosa lambung dan sub mukosa lambung (Rizky, et, al 2019).

Gastritis merupakan gangguan kesehatan yang berhubungan dengan proses pencernaan terutama pada lambung. Lambung bisa mengalami kerusakan, dikarenakan proses peremasan yang terjadi secara terus menerus selama hidupnya. Lambung bisa mengalami kerusakan apabila lambung sering kosong, karena lambung akan meresmas dinding lambung sehingga akan lecet dan luka, dengan adanya luka tersebut maka akan mengalami proses inflamasi atau yang disebut dengan gastritis (Muhith & Siyoto, 2016). Gastritis merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang paling sering terjadi akibat ketidakteraturan makan. Gastritis biasanya diawali oleh pola makan yang tidak teratur, sehingga lambung menjadi sensitif bila asam lambung meningkat (Siska, 2017).

Menurut World Health Organization (WHO) hasil presentase dari angka gastritis di dunia, diantaranya Inggris (22%), China (31%), Jepang (14,5%), Kanada (35%), dan Prancis (29,5%). Di Asia Tenggara Sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya (Marcis, 2018). Kejadian gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40,8% penderita gastritis. Angka kejadian gastritis di beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk dan merupakan termasuk 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%). Kemenkes RI (2017).

Menurut Kemenkes RI (2015) angka kejadian gastritis remaja di Indonesia tepatnya di provinsi Jawa Barat mencapai 31,2%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya penyakit gastritis merupakan peringkat ke 6 dari 10 penyakit terbanyak pasien rawat jalan di Puskesmas yang berada di wilayah Kabupaten Tasikmalaya pada tahun 2020 sebanyak 37.989 (7,62%), dengan jenis kelamin perempuan 28.080 (73,92%) sedangkan laki-laki 9.909 (26,08%) (Dinkes Kabupaten Tasikmalaya 2022).

Dampak dari penyakit gastritis dapat mengganggu aktivitas sehari-hari karena munculnya beberapa keluhan seperti rasa sakit di ulu hati, rasa terbakar, mual, muntah, tidak nafsu makan dan keluhan-keluhan lainnya. Bila penyakit ini tidak ditangani secara optimal dan dibiarkan hingga kronis, gastritis akan berkembang menjadi ulkus peptikus yang pada akhirnya mengalami komplikasi perdarahan, perforasi gaster, peritonitis dan bahkan kematian (Wahyuni, Rumpiati & Lestariningsih, 2017).

Penyakit gastritis biasanya lebih menyerang pada usia remaja sampai dewasa didapatkan data bahwa penyakit gastritis yang menyerang pada usia remaja 12-21 tahun mencapai 25,5% dari 170 penderita gastritis yang mencakup seluruh golongan (Novitayanti, 2020). Gastritis yang sering terjadi pada remaja salah satunya adalah tidak memperhatikan pola makan dengan baik, dikarenakan banyaknya kegiatan dan kesibukan, yang menyebabkan mereka mempunyai kebiasaan pola makan yang tidak teratur (Susilowati and Hariri, 2019). Selain kurang memperhatikan pola makan, gastritis juga dapat disebabkan oleh beberapa infeksi mikroorganisme.

Islam sangat memperhatikan makanan dan minuman dengan memerintahkan manusia agar memakan dan meminum yang halal, bersih dan tentu bergizi. Seperti yang terkandung dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 168 yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُواتِ الشَّيْطَانِ
إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ. (سورة البقرة: 168)

Artinya:

“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu. (Q.S Al-Baqarah: 168).

Dari ayat Al-Quran di atas dijelaskan bahwa Islam sudah menganjurkan untuk memperhatikan dan menerapkan makanan yang halal, bersih dan bergizi untuk dimakan dan jangan sekali-kali menyalahgunakannya untuk dimakan. Dalam hal pemberian nikmat, Allah SWT menyebutkan bahwa Allah SWT telah membolehkan manusia untuk memakan segala yang ada di muka bumi, yaitu makan yang halal, baik, dan bermanfaat bagi dirinya serta tidak membahayakan bagi tubuh dan akal pikiran.

Salah satu cara dalam memperhatikan makanan, yaitu bagaimana makanan tersebut terhindar dari bakteri yang merugikan atau bagaimana menjaga kebersihannya. Berikut yang dicontohkan Rasulullah Saw. melalui sabdanya:

عَنْ جَابِرٍ عَنِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ: غَطُّوا الْإِنَاءَ، وَأَوْكُوا السِّقَاءَ، فَإِنَّ فِي السَّنَةِ لَيْلَةً يَنْزَلُ فِيهَا وَبَاءٌ، لَا يَمُرُّ بِإِنَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ غِطَاءٌ، أَوْ سِقَاءٍ لَيْسَ عَلَيْهِ وَكَاءٌ، إِلَّا نَزَلَ فِيهِ مِنْ ذَلِكَ الْوَبَاءِ. (رواه مسلم)

Artinya:

“Tutuplah bejana-bejana dan wadah-wadah air. Karena ada satu malam dalam satu tahun waba / penyakit turun di pada malam itu. Tidaklah penyakit itu melewati bejana yang tidak tertutup, atau wadah air yang tidak ada tutupnya melainkan penyakit tersebut akan masuk ke dalamnya.” (HR. Muslim).

Pola makan adalah berbagai informasi yang merupakan gambaran cara atau perilaku yang ditempuh seseorang atau sekelompok orang dalam memilih dan menggunakan makanan yang dikonsumsi setiap hari yang meliputi keteraturan frekuensi makan, jenis makanan, porsi makan dan minuman yang dikonsumsi berdasarkan faktor sosial, budaya dimana mereka hidup (Sumbara dan Yuli Ismawati, 2020). Pola makan yang memicu

terjadinya gastritis yaitu frekuensi makan yang tidak teratur dengan porsi makan sedikit serta mengkonsumsi makanan dan minuman yang memicu peningkatan asam lambung (Syahputri, 2019).

Pola makan yang tidak teratur akan mengakibatkan lambung sulit beradaptasi, bila hal ini berlangsung secara terus menerus akan terjadi kelebihan asam lambung sehingga dapat mengakibatkan mukosa lambung teriritasi dan terjadilah gastritis. Pada umumnya setiap orang melakukan makan dengan makan utama 3x/ hari yaitu makan pagi, makan siang dan makan sore atau malam. Makan siang sangat diperlukan setiap orang, karena sejak pagi badan terasa lelah akibat melakukan aktivitas. Disamping makanan utama yang dilakukan 3 kali, biasanya dalam sehari juga makanan ringan dilakukan sekali atau dua kali diantara waktu makan guna menanggulangi rasa lapar, sebab jarak waktu makan yang lama (Dewi, 2013).

Gastritis bisa disembuhkan tetapi tidak bisa sembuh total, gastritis dapat kambuh apabila si penderita tidak makan teratur, terlalu banyak makan atau sebab lainnya. Biasanya untuk meredakan atau menyembuhkannya penderita harus meminum obat. Tetapi gastritis juga dapat dicegah yaitu, dengan cara menerapkan pola makan yang sehat, makan teratur, makan secukupnya, cuci tangan sebelum makandan jajan sembarangan. Jadwal makan yang tidak teratur akan membuat lambung sulit beradaptasi (Inderawati, 2017).

Menurut, Siska (2017) terhadap 60 responden di SMP Negeri 1 Sekayam. Menunjukkan pola makan pada 57 responden (95%) kurang baik dan 3 responden (5%) memiliki pola makan yang baik dengan sub kategori jenis

makanan 56 orang (93,3%), jenis makanan kurang baik dan 4 orang (6,7%) jenis makanan baik, frekuensi makan 59 orang (98,3%) kurang baik dan 1 orang (1,7%) frekuensi makan baik, jadwal makan 54 orang (90%) tidak teratur dan 6 orang (10%) jadwal makan yang teratur dan porsi makan 31 orang (51,7%) baik dan 29 orang (48,3%) kurang baik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa responden dengan pola makan yang kurang baik lebih banyak dibandingkan dengan pola makan yang baik, disebabkan karena pola makan yang tidak teratur.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan data UKS pada siswa/siswi yang mengeluh sakit gastritis/maag di SMK Plus Al-Hasanah pada tahun 2021 dari bulan Juli - Desember sebanyak 33 siswa/siswi. Pada tanggal 12 Februari 2022 dilakukan pendataan kembali oleh peneliti dengan dilakukannya observasi kepada seluruh siswa/ siswi di SMK Plus Al-Hasanah dengan mensurvei seluruh siswa/siswi yang sudah pernah diperiksa dan sudah dinyatakan didiagnosa penyakit gastritis oleh dokter dari kelas X 28 orang, kelas XI 44 orang dan kelas XII 41 orang, jadi secara keseluruhan siswa/ siswi yang menderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah sebanyak 113 orang. Sedangkan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada 10 siswa/siswi di SMK Plus Al-Hasanah pada tanggal 12 Februari 2022, 6 dari 10 siswa/siswi mempunyai penyakit gastritis dengan pola makan yang kurang sehat seperti telat makan, suka makan-makanan yang pedas dan juga goreng-gorengan. Sedangkan pada 4 dari 10 siswa/siswi didapatkan tidak penyakit gastritis dengan kebiasaan pola makan yang baik dan teratur.

Selain itu, tujuan peneliti memilih remaja menjadi target penelitian karena pada golongan usia remaja ini mereka cenderung mempunyai gaya hidup yang kurang sehat seperti kurang memperhatikan kebiasaan makan, makanan yang biasa dikonsumsi baik dari pola makan maupun jenis makanan.

Peran perawat yang dapat dilakukan pada penelitian ini adalah sebagai peneliti dan edukator. Dimana pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian tentang gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah. Peneliti juga memberikan pengetahuan kesehatan untuk mengubah gaya hidup yaitu pada remaja yang tidak memperhatikan pola makannya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik mengambil penelitian dengan judul “Gambaran Pola Makan Pada Remaja Penderita Gastritis Di SMK Plus Al-Hasanah Kecamatan Gunungtanjung, Kabupaten Tasikmalaya”

B. Rumusan Masalah

Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan saluran pencernaan yang paling sering terjadi. Penyakit gastritis biasanya lebih menyerang pada usia remaja sampai dewasa didapatkan data bahwa penyakit gastritis yang menyerang pada remaja berusia 12 - 21 tahun. Penyakit gastritis pada usia remaja disebabkan, karena pada usia remaja mereka cenderung mempunyai gaya hidup yang kurang sehat seperti kurang memperhatikan kebiasaan makan, makanan yang biasa dikonsumsi baik dari pola makan maupun jenis makanan. Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas maka rumusan

masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah, Kecamatan Gunungtanjung, Kabupaten Tasikmalaya ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

1. Diketahui gambaran pola makan berdasarkan jenis makanan pada remaja di SMK Plus Al-Hasanah.
2. Diketahui gambaran pola makan berdasarkan frekuensi makan pada remaja di SMK Plus Al-Hasanah.
3. Diketahui gambaran pola makan berdasarkan jadwal makan pada remaja di SMK Plus Al-Hasanah.
4. Diketahui gambaran pola makan berdasarkan porsi makan pada remaja di SMK Plus Al-Hasanah.
5. Diketahui gambaran pola makan pada remaja di SMK Plus Al-Hasanah.

D. Manfaat Penelitian

1. Fikes Umtas

Dapat dijadikannya sebagai referensi penelitian selanjutnya dan menambah bahan kepustakaan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

Muhammadiyah Tasikmalaya yang berkaitan pola makan pada remaja penderita gastritis.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini untuk pengalaman latihan, penambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti dalam mengadakan suatu penelitian serta mengetahui Gambaran Pola Makan Pada Remaja Penderita Gastritis Di SMK Plus Al-Hasanah

3. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi dan wawasan bagi profesi keperawatan untuk senantiasa memberikan informasi atau penyuluhan dengan menerapkan pola makan yang baik sejak dini, supaya penderita gastritis pada remaja tidak meningkat.

4. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber pengetahuan mengenai pentingnya menerapkan pola makan yang baik sebagai langkah awal untuk menghindari kejadian gastritis pada remaja.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan data dasar penelitian selanjutnya terkait gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis.