

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI SI-KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA**  
**Skripsi, Juli 2022**  
**Diah Rahmani**

**ABSTRAK**

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA PENDERITA GASTRITIS DI SMK PLUS AL-HASANAH KECAMATAN GUNUNG TANJUNG KABUPATEN TASIKMALAYA**

Gastritis sering terjadi pada remaja salah satunya adalah tidak memperhatikan pola makan dengan baik, dikarenakan pada usia remaja mereka cenderung mempunyai gaya hidup yang tidak sehat yaitu kebiasaan makan yang tidak teratur, menjaga berat badan supaya tidak naik dan mengkonsumsi makanan *fast food* (instan) dan lain-lain Hal tersebut tentu menyebabkan dampak masalah dari apa yang mereka konsumsi, seperti aktivitas sehari-harinya terganggu, dan aktivitas belajar di kelas pun terganggu dikarenakan munculnya beberapa keluhan seperti rasa sakit di ulu hati, rasa terbakar, mual dan keluhan-keluhan lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah Kecamatan Gunung Tanjung Kabupaten Tasikmalaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa/siswi yang menderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah, dengan teknik pengambilan sampel *Proportionate Stratified Random Sampling* dan didapatkan sampel berjumlah 53 responden. Hasil penelitian menunjukkan dari 53 responden sebagian besar pola makan kurang baik 49 orang (92,5%) dilihat dari sub jenis makanan kurang baik 44 orang (83,0%), frekuensi makan kurang baik 37 orang (69,8%), dan porsi makan kurang baik 33 orang (62,3%). Dapat disimpulkan bahwa pola makan pada remaja penderita gastritis di SMK Plus Al-Hasanah sebagian besar pola makannya kurang baik, dikarenakan responden kurang memperhatikan pola makannya, mereka mengkonsumsi makanan pedas setiap hari contohnya seblak, bakso, minuman yang mengandung kafein/ bersoda seperti kopi, dan makan tidak teratur, yang dapat meningkatkan asam lambung. Diharapkan pihak sekolah bekerjasama dengan instansi kesehatan dalam pemberian informasi tentang pola makan yang baik kepada remaja penderita gastritis untuk menjaga pola makannya supaya tidak memperparah penyakitnya.

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

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES**  
**SI-NURSING STUDY PROGRAM**  
**MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA UNIVERSITY**

**Thesis, July 2022**

**Diah Rahmani**

**ABSTRACT**

**DESCRIPTION OF DIET IN GASTRITIS SUFFERERS AT SMK PLUS  
AL-HASANAH, GUNUNG TANJUNG DISTRICT, TASIKMALAYA  
REGENCY**

Gastritis often occurs in adolescents, one of which is not paying attention to diet properly, because at their age they tend to have an unhealthy lifestyle, namely irregular eating habits, maintaining weight so as not to increase, and consuming fast food (instant) and others. This certainly causes the impact of problems from what they consume, such as their daily activities are disturbed, until their school activities are disturbed due to the appearance of several complaints such as pain in the solar plexus, burning, nausea and other complaints.. This study aims to describe the diet of adolescents with gastritis at SMK Plus Al-Hasanah, Gunung Tanjung District, Tasikmalaya Regency. This research is quantitative research with a descriptive research design. The population in this study were all students who suffered from gastritis at SMK Plus Al-Hasanah, with the sampling technique of Proportionate Stratified Random Sampling, and obtained a sample of 53 respondents. The results showed that from 53 respondents, most of the diets were not good, 49 people (92.5%) were seen from the sub-types of poor food 44 people (83.0%), the frequency of eating less good 37 people (69.8%), and the portion of eating less good 33 people (62.3%). It can be concluded that the eating patterns of adolescents with gastritis at SMK Plus Al-Hasanah mostly have a poor diet because respondents pay less attention to their diet, they consume spicy food every day for example seblak, meatballs, drinks containing caffeine/soda such as coffee, eating irregularly, which can increase stomach acid. It is expected that the school will cooperate with health agencies in providing information about a good diet to adolescents with gastritis to maintain their diet so as not to aggravate the disease.

**Kata Kunci:** Gastritis, Diet, Teens