

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja terlibat dalam lebih banyak kegiatan dan memiliki kebiasaan makan yang buruk, yang mengarah pada gaya hidup tidak sehat yang ditandai dengan junk food, makanan cepat saji, makanan pedas, merokok, dan seringnya stres. Menurut Milwati (2019) dalam kutipan Aizafa (2019), Di era globalisasi, modernisasi, dan urbanisasi seperti sekarang ini, gaya hidup atau *lifestyle* memiliki pengaruh yang cukup besar dalam kehidupan, terutama di kalangan generasi milenial atau yang lebih dikenal dengan sebutan remaja. Kesibukan yang berlebihan dan kebiasaan makan yang buruk, seperti yang dijelaskan di atas, akan menyebabkan masalah kesehatan jika terus berlanjut. Remaja sering mengalami masalah kesehatan arthritis (Aizafa, 2019).

Gastritis nama lain dari maag adalah peradangan pada mukosa lambung yang disebabkan oleh iritasi dan infeksi. Jika prosedur pemerasan diulang secara teratur, lambung dapat terluka. Hal ini akan menimbulkan lecet dan luka, yang menyebabkan peradangan yang dikenal sebagai gastritis (Bayti *et al.*, 2021). Gastritis adalah kondisi kesehatan masyarakat yang sangat umum. Kebanyakan orang terkena penyakit ini, namun lebih sering terjadi pada mereka yang memiliki kebiasaan makan tidak teratur, seperti perokok, peminum alkohol, atau mengalami stres. Kekurangan nutrisi sering terjadi pada remaja. Remaja saat ini sering mengonsumsi makanan cepat saji tanpa memikirkan kandungan gizi dan jumlah makanan tersebut. Remaja saat ini sering melewatkan sarapan dan mengurangi porsi makan mereka karena mereka takut berat badan mereka

bertambah. Hal ini sebagian besar terjadi karena remaja mempunyai preferensi terhadap makanan cepat saji dan minuman yang berbeda, sehingga membuat mereka memilih makanan tersebut dibandingkan masakan dan air. Jika dilakukan berulang kali, hal ini bisa mengakibatkan sakit maag (Pratiwi, 2017).

Menurut data dari World Health Organization (WHO, 2015), Di Afrika, 78% di Amerika Selatan, dan 51% di Asia, maag merupakan penyakit yang paling umum terjadi. Setiap tahunnya, gastritis menyerang 1,8–2,1 juta orang di seluruh dunia, dan Asia Tenggara menyumbang sekitar 586.635 persen dari total kasus tersebut (Azer, 2022). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa 40,8% masyarakat Indonesia, atau 274.396 persen penduduk Indonesia, menderita maag pada tahun 2017. Berdasarkan data WHO pada tahun 2019, terdapat 274.396 kasus maag di Indonesia dan berdampak pada 238.452.952 orang di berbagai wilayah. Jumlah ini setara dengan tingkat kejadian sebesar 40,8%. Menurut data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, kasus maag termasuk dalam sepuluh penyakit teratas di negara ini pada tahun 2019, terutama di antara pasien yang menerima perawatan di rumah sakit dan klinik di Indonesia, dengan 30.154 (4,9%) kasus yang dilaporkan Pada tahun 2018 Tussakinah *et al.*

Kementerian Kesehatan RI melakukan penelitian dan observasi, dan hasilnya menunjukkan bahwa Medan mempunyai prevalensi maag paling besar yaitu sebesar 91,6%. Surabaya, Denpasar, Jakarta, 50%, Bandung, 35,35%, Aceh, 31,7%, dan Pontianak berada di urutan berikutnya, masing-masing dengan 31,2% dan 46%. Terdapat berbagai lokasi di Indonesia yang angka kejadiannya relatif tinggi; dari 238.452.952 orang, 274.396 kasus telah

terdokumentasi. Angka kejadiannya adalah 15,73% di wilayah Bandung dan 31,2% di Provinsi Jawa Barat (Kementerian Kesehatan, 2015). sakit maag menurut informasi profil kesehatan kota depok tahun 2017 termasuk penyakit terbanyak di Kota Depok yaitu sebanyak 753 kasus atau sekitar 2,10%, sedangkan pada tahun 2018 yaitu sebanyak 368 kasus atau 2,67%, pada tahun 2019 mengalami peningkatan yang drastis terdapat 21.590 kasus atau 5,16% (Profil kesehatan Kota Depok,2019).

Berdasarkan penelitian pendahulu yaitu Hadiyanto (2023) tentang hubungan makanan dan stres serta prevalensi penyakit maag pada siswa SMPN 14 Sukabumi hasil penelitian menyatakan distribusi frekuensi pola makan pada siswa SPMN 14 sebanyak 47,1% dan frekuensi tingkat stress pada siswa SPMN 14 pada kategori stress ringan 21,6% dan sedang 33,3%. Berdasarkan temuan penelitian, dapat dikatakan bahwa kebiasaan makan dan tingkat stres masih memiliki distribusi frekuensi sedang hingga tinggi.

Semua usia bisa terkena radang sendi, meskipun penelitian menunjukkan bahwa remaja lebih mungkin terkena radang sendi (Shalahuddin & Rosidin, 2018). Gastritis lebih sering terjadi pada remaja berusia antara 15 dan 24 tahun. Remaja kurang memperhatikan makanan dan gaya hidup mereka karena banyaknya aktivitas yang tersedia pada usia produktif ini. Banyak remaja sekarang ingin berdiet dengan memodifikasi pola makan mereka dan makan lebih jarang. Remaja melakukan hal ini untuk mendapatkan tubuh yang ideal sebagai hasil dari penekanan masyarakat saat ini terhadap kecantikan fisik. Jika Anda memiliki pola makan yang tidak sehat dan tidak konsisten, perut Anda akan kesulitan beradaptasi. Jika hal ini terus berlanjut dalam jangka waktu lama,

asam akan menumpuk dan mengiritasi lapisan mukosa lambung, sehingga dapat menyebabkan rasa terbakar di perut bagian atas dan punggung tengah, mual, dan muntah. Menurut Salahuddin dan Rosidin (2018), lambung terkena dampak negatif dari penyakit maag yang meningkatkan kemungkinan terjadinya masalah integritas cairan dan elektrolit, gangguan fungsi lambung, peritonitis, perdarahan saluran cerna, dan kematian.

Pilihan makanan dan pola konsumsi sehari-hari seseorang, yang meliputi frekuensi, jenis, dan jumlah makanan yang dicerna, merupakan pola makannya. Perut sulit beradaptasi jika makan tidak teratur; Jika hal ini dilakukan berulang kali, produksi asam lambung akan memperparah lendir yang melapisi lambung secara berlebihan sehingga dapat menyebabkan luka pada lambung. Hal ini dapat menyebabkan mual dan perih. Gejala-gejala ini dapat menyebar ke kerongkongan dan menyebabkan rasa terbakar (Noto Atmodjo, 2011). Remaja dengan kebiasaan makan yang buruk sering makan mie instan, minum kopi, bergadang, minuman ringan, dan alkohol, mengkonsumsi makanan ringan, makanan cepat saji, dan makan di lingkungan yang tidak rapi dan tidak bersih. kekhawatiran terkait makanan, seperti masalah kandungan nutrisinya. Penyakit maag yang tidak diobati dapat menyebabkan kanker kulit dan perdarahan saluran cerna bagian atas berupa hematemesis. Penderita maag akut juga dapat mengalami syok hemoragik, ulserasi, bahkan kematian (Desty, 2019).

## 1.2 Rumusan Masalah

Hasil studi pendahuluan pada 10 siswa di SMP Perjuangan didapatkan 7 dari 10 siswa mengatakan memiliki riwayat penyakit gastritis yang disebabkan beberapa faktor yaitu tidak menjaga pola makan dengan baik, contohnya sering tidak sarapan, males, dan lupa. Selain terus-menerus mengonsumsi makanan pedas dan asam, makanan yang tidak sehat seperti gorengan dan minuman bersoda dapat menyebabkan dan meningkatkan asam lambung, meningkatkan kemungkinan mendapatkan gastritis. Selain itu, belajar dan terlalu banyak berpikir menyebabkan stres, yang meningkatkan kadar asam lambung, sehingga merumuskan masalah pada penelitian ini dengan judul Hubungan tingkat stress dan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian gastritis pada remaja SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui Karakteristik Responden (jenis kelamin dan usia) di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok

1.3.2.2 Diketahui hubungan pola makan dengan tingkat stres dan prevalensi gastritis pada remaja di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok

1.3.2.3 Diketahui hubungan antara tingkat stres dan prevalensi gastritis pada remaja

di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok

**1.3.2.4** Diketahui hubungan pola makan dan prevalensi gastritis pada remaja di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Siswa-siswi SMP Perjuangan Informatika Terpadu**

Hasil penelitian ini dapat menyuguhkan informasi serta pengetahuan yang luas, khususnya bagi siswa-siswi yang mengalami gastritis.

### **1.4.2 Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi atau sebagai bahan pembelajaran mengenai pentingnya menjaga pola makan dan mengolah stress untuk mencegah timbulnya gastritis.

### **1.4.3 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang hubungan pola makan dan stress dengan kejadian gastritis pada remaja.

### **1.4.4 Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan meningkatkan wawasan dalam bidang epidemiologi khususnya hubungan antara stress dan pola makan terhadap kejadian kekambuhan gastritis pada remaja.