

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah salah satu periode perkembangan manusia, remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke fase remaja salah satu faktor penentu dari keberhasilan anak dan remaja dalam menyongsong masa depan adalah kesehatan. Definisi remaja adalah penduduk dengan usia 10-18 tahun menurut Kementerian Kesehatan RI No 25 tahun 2014. Sedangkan Departemen Kesehatan menjelaskan remaja adalah usia 10-19 tahun atau mereka yang bersekolah di setara SMP dan SMA. Remaja sering terperangkap dalam pola makan yang tidak sehat dan makan yang kurang teratur kurang memperhatikan makanan yang di konsumsi karena aktivitas sehari-hari baik waktu makan, jenis makanan dan jumlah porsi makanan yang di konsumsi, Hal tersebut menyebabkan masalah maag atau gastritis (Sepdianto, 2022).

Kebiasaan makan tidak teratur dan terlalu banyak makan makanan yang merangsang asam lambung seperti makanan pedas dan asam secara berlebihan menjadi salah satu penyebab gastritis, hal ini memicu rasa panas dan nyeri pada ulu hati disertai mual dan muntah (Oetoro, 2018). . Pada remaja gangguan aktivitas adalah salah satu gangguan yang timbul akibat gastritis, apabila tidak di tanggani dengan tepat, mukosa lambung yang meradang akibat dari kurangnya kesadaran akan kesehatan (Sepdianto, 2022).

Menurut laporan dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, kejadian gastritis didunia mencapai 1.8 juta hingga 2.1 juta penduduk setiap tahunnya. presentase angka kejadian gastritis di indonesia adalah 40,8% dan

prevelensi 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk di beberapa wilayah di indonesia (Jusuf dkk, 2022). Data yang bersumber dari dinas kesehatan kabupaten Magelang tercatat penyakit gastritis pada tahun 2021 dengan jumlah 12.033 (BPS, 2021).

Penelitian dengan judul “Asupan Vitamin D, Frekuensi Makan dan Keluhan Gejala Gastritis Pada Mahasiswa” melibatkan 50 subjek berusia 21 – 23 tahun pengambilan data menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* lebih dari setengah subjek memiliki vitamin D yang kurang (64%), dan keluhan gejala gastritis yang rutin (58%). Sebanyak 40 % subjek memiliki frekuensi makan yang kurang baik. Terdapat hubungan antara asupan vitamin D ($p < 0,001$, $r = -0,651$) dan frekuensi makan ($p < 0,001$, $r = -0,743$) dengan keluhan gejala gastritis (Prihasinta, 2022)

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Priscilia dengan judul “*Relationship of Diet with Gastritis in Nursing Students of Universitas Klabat*” dengan sample 186 responden yang di ambil menunjukkan hasil analisis bahwa tidak ada hubungan antara frekuensi makan ($p\text{-value } 0,947 > 0,05$), jenis/variasi makanan ($p\text{-value } 0,496 > 0,05$), dan porsi makan ($p\text{-value } 0,353 > 0,05$) dengan kejadian penyakit maag. Rekomendasi dari peneliti untuk penelitian selanjutnya adalah memperluas wilayah penelitian dengan memperbanyak responden, menggunakan penelitian yang berbeda dan menambahkan variabel lain seperti usia, jenis kelamin, penggunaan rokok, konsumsi kopi dan alkohol, minuman gas, dan stres yang di duga berhubungan dengan penyakit maag (Pricillia, 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di MTS YAKTI Tegalrejo kabupaten Magelang didapatkan hasil 7 dari 10 siswa mengatakan merasakan

sensasi panas, perut terasa kembung, mual dan muntah serta merasakan sensasi terbakar di bagian perut atas. 3 siswa tersebut mengatakan tidak sarapan saat berangkat sekolah karena tidak selera sarapan pagi, hanya makan dua kali saja sehari. 4 siswa mengatakan sarapan, makan siang dan makan malam tetapi makan makanan pedas, 3 siswa lainnya mengatakan selalu sarapan dengan nasi lauk seperti tahu atau telur dan sayur yang di sediakan orangtua.

Gastritis merupakan penyakit yang sangat mengganggu aktifitas dan apabila tidak di tangani dengan baik dapat mengganggu keadaan gizi atau status gizi. Jika kurang dari salah satu gizi tersebut maka dapat menimbulkan defisiensi yang menyebabkan badan cepat lelah, pada remaja dapat menurunkan prestasi belajar dan mudah terserang penyakit. Gastritis biasa di sebut juga oleh masyarakat sebagai penyakit maag dan dapat datang dengan gejala nyeri pada bagian perut, dan sering kali mual, muntah, rasa penuh dan tidak nyaman (Shalahudin dan Rosidin, 2018)

Menurut Angkow dalam pomarida., (2022) secara garis besar faktor penyebab gastritis di bedakan atas zat internal yaitu kondisi yang memicu pengeluaran asam lambung berlebih, zat external yang menyebabkan iritasi dan infeksi. Jika di biarkan penyakit gastritis akan merusak fungsi lambung dan dapat meningkatkan resiko terkena kanker lambung hingga terjadi kematian. Komplikasi gastritis antara lain pendarahan saluran cerna bagian atas, hematemesis dan melena (anemia), ulkus peptikum, perforasi.

Penelitian Desty (2020) dengan judul Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian gastritis Pada Remaja Kelas X di MA Walisongo Kecamatan Kebonsari Kabupaten Madiun Pada Tahun 2019, Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pola makan (frekuensi, jenis, porsi) dengan kejadian gastritis.

penyakit gastritis perlu adanya suatu pencegahan. Faktor yang harus di perhatikan dalam diet untuk mengurangi gejala gastritis meliputi jenis makanan, frekuensi makan dan Porsi makan (Desty, 2019) . Pola makan yang semakin baik pada seorang remaja akan mempersempit kemungkinan terkena penyakit atau gejala gastritis (Wahyuni dkk dalam Intan dkk, 2024).

Berdasarkan dari permasalahan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Frekuensi, Jenis Dan Porsi Makan Terhadap Gejala Gastritis Pada Remaja di MTS YAKTI Tegalrejo Magelang” peneliti mengangkat judul tersebut , dengan judul yang mirip dengan penelitian sebelumnya namun berbeda jumlah variabel dan tempat penelitian yang akan di jadikan tempat penelitian juga berbeda.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan tersebut, maka rumusan masalah yang di angkat peneliti yaitu untuk mengetahui ”Hubungan antara Frekuensi Jenis dan Porsi Makan Terhadap Gejala Gastritis Pada Remaja di MTS YAKTI Tegalrejo Magelang”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara frekuensi, jenis dan porsi makan terhadap gejala gastritis pada remaja di MTS YAKTI Tegalrejo Magelang

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) untuk mengetahui hubungan frekuensi makan dan gejala gastritis pada remaja di MTS YAKTI Tegalrejo Magelang

- 2) untuk mengetahui hubungan jenis makanan dan gejala gastritis pada remaja di MTS YAKTI Tegalrejo Magelang
- 3) untuk mengetahui hubungan antara porsi makan dan gejala gastritis pada remaja di MTS YAKTI Tegalrejo Magelang”

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Tempat penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberi wawasan bagi remaja di tempat penelitian dan menimbulkan rasa pentingnya menjaga frekuensi, jenis dan porsi makan untuk mencegah datangnya gejala gastritis sehingga pelaksanaan pembelajaran dapat berjalan secara optimal.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pustaka di perpustakaan Universitas Nasional dan menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang hubungan antara frekuensi jenis dan porsi makan terhadap gejala gastritis pada remaja.

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

penelitian ini di harapkan dapat menjadi salah satu sumber acuan untuk memperkaya ilmu pengetahuan dan menjadi petunjuk khususnya bagi peneliti untuk penelitian selanjutnya, dengan judul serupa hubungan antara frekuensi, jenis dan porsi makan dengan gejala gastritis pada remaja.