

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Gaya hidup merupakan suatu pola perilaku pribadi yang mempengaruhi kesehatan seseorang, khususnya gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup tidak sehat antara lain merokok, stres, kebiasaan makan yang buruk dan tidak teratur, serta konsumsi alkohol. Gaya hidup yang tidak sehat ini dapat memicu terjadinya penyakit maag pada saluran cerna. Gizi juga sering disebut-sebut sebagai penyebab seseorang menjadi tidak sehat, sering sakit, dan pertumbuhannya buruk (Khoirunnisa & Saparwati, 2020).

Gastritis merupakan salah satu penyakit tidak menular yang paling umum terjadi di negara-negara berkembang. Gastritis merupakan penyakit yang biasa terjadi pada orang yang memiliki kebiasaan makan tidak teratur dan mengonsumsi makanan yang merangsang produksi asam lambung. Gastritis adalah peradangan kronis pada permukaan mukosa lambung. Gejala maag antara lain nyeri ulu hati, mual, muntah, lemas, kembung, sesak napas, nafsu makan berkurang, rasa tidak nyaman di perut bagian atas, mual, muntah, nafsu makan menurun, atau sakit kepala. Saat ini terdapat dua permasalahan besar dalam pembangunan pelayanan kesehatan, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular sebagian besar disebabkan oleh modernisasi dan globalisasi gaya hidup, salah satunya adalah penyakit maag. Masalah kesehatan saluran cerna yang paling umum adalah *maagh*. Gastritis

merupakan penyakit saluran cerna yang diagnosis di klinik berdasarkan gejala klinis dan bukan berdasarkan pemeriksaan histopatologi. Gastritis merupakan suatu proses inflamasi pada mukosa dan mukosa lambung (Syiffatulhaya et al., 2023).

Asidosis dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol, *junk food*, merokok, kafein, obat pereda nyeri, stres fisik, stres mental, penyakit autoimun. Gejala gastritis antara lain sakit perut, kembung, sakit kepala, mual, dan lidah terlapisi (Wahyudi dkk, 2018). Prevalensi penyakit gastritis di Indonesia masih tinggi. Gastritis di Indonesia dapat menyerang semua lapisan masyarakat tanpa memandang usia. Dengan demikian, hingga saat ini gastritis merupakan salah satu masalah terbesar di India. Kebiasaan yang tidak sehat terlihat pada pola makan, makanan dan minuman yang tidak sehat sehingga dapat menyebabkan *maagh*. Gastritis atau yang lebih dikenal dengan sebutan “*maagh*” merupakan suatu peradangan pada daerah lambung terutama mukosa yang disertai gejala klinis seperti mual, muntah, nyeri, pendarahan, kelelahan dan kehilangan nafsu makan. Ada dua jenis, akut dan kronis, dan penyebabnya banyak. Gastritis kronis disebabkan oleh penyakit yang disebut *Helicobacter pylori*, dan menurut penyakit dalam, hasil pemeriksaan fisik pasien mengeluh sakit perut, maag, atau lambung (Syiffatulhaya et al., 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi maag di seluruh dunia adalah 22,0% di Inggris, 31,0% di Tiongkok, 14,5% di Jepang, 35,0% di Kanada, dan 29,5% di Perancis. Sekitar 583.635 kasus maag terjadi per penduduk di Asia Tenggara setiap tahunnya. Prevalensi diare yang dikonfirmasi melalui endoskopi pada

populasi Shanghai adalah sekitar 17,2%, jauh lebih tinggi dibandingkan populasi di wilayah Barat, sekitar 4,1% tanpa gejala (WHO, 2017). Menurut data Kementerian Kesehatan RI, penyakit gastritis merupakan penyakit terbanyak keenam dengan total rawat inap sebanyak 33.580 orang atau 60,86%. Kasus kanker rawat jalan menduduki peringkat ketujuh dengan 201.083 kasus. Angka kejadian gastritis sangat tinggi di berbagai daerah yaitu 274.396 kasus dari 2.38.452.952 jiwa atau 40,8%. Persentase kasus maag di kota-kota Indonesia adalah Palembang 35,5%, Bandung 32%, Denpasar 46%, Surabaya 31,2%, Aceh 31,7%, Pontianak 31,2%, sedangkan kejadian gastritis di Jakarta mencapai 50% persen. (Kementerian Kesehatan, 2016). Tingginya angka kejadian penyakit gastritis memberikan dampak yang sangat nyata terhadap individu maupun masyarakat, dampak tersebut dapat berupa menurunnya hasil kerja dan meningkatnya biaya pengobatan.

Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2017), meskipun penyakit gastritis merupakan penyakit yang umum terjadi, namun mayoritas terjadi di Indonesia. Pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai penyakit gastritis masih rendah sehingga membuat mereka berisiko melakukan tindakan-tindakan penyebab penyakit maag dan akhirnya mengidapnya. Jika penyakit gastritis ini dibiarkan terus menerus, maka fungsi lambung akan rusak, dan risiko terkena kanker lambung serta kematian akan meningkat. Penyebab penyakit gastritis yang banyak diderita, bukan karena gaya hidup dan stres, namun karena kelalaian dan menganggap remeh penyakit gastritis ini. Oleh karena itu, banyak sekali pengalaman penyakit gastritis (Kementerian Kesehatan, 2017). Jika gastritis ini tidak berlanjut maka fungsi lambung akan rusak, dan risiko

terkena kanker lambung akan meningkat hingga kematian. Organisasi Kesehatan Dunia telah mengumumkan bahwa 40% penderita maag di Indonesia disebabkan oleh pola makan yang buruk. Diare biasanya didiagnosis melalui pemeriksaan fisik dan terjadi pada 70-80% kasus. Gastritis fungsional merupakan penyakit yang tidak menimbulkan masalah pada organ lambung, namun seringkali disebabkan oleh pola makan yang tidak tepat, masalah psikologis dan kecemasan. gastritis dapat menyerang remaja bahkan orang dewasa karena mengganggu sistem pencernaan sehingga menyebabkan peradangan atau iritasi yang terjadi pada dinding lambung sehingga menyebabkan penderitanya mengalami sakit perut. Gejala yang paling sering dirasakan adalah nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut bagian atas, kadang disebut dengan mual (Viriati, 2010). Gastritis merupakan penyakit yang menyebabkan anoreksia, rasa penuh dan nyeri pada daerah epigastrium, mual dan muntah. Faktor risiko terjadinya sakit lambung antara lain pola makan yang tidak sehat, infeksi *Helicobacter pylori*, kebiasaan minum alkohol dan kopi, kebiasaan merokok dan nyeri kronis (Nirmalarumsari & Tandi Pasang, 2020).

Kalangan remaja biasanya menderita gastritis yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pola makan yang tidak teratur, gaya hidup yang salah satunya adalah peningkatan aktivitas, sehingga masyarakat tidak memiliki waktu untuk menyesuaikan kebiasaannya dan menjadi malas Makan. Pola makan yang baik dan teratur merupakan salah satu cara untuk mengendalikan gastritis, dan juga sebagai tindakan preventif untuk mencegah maag kembali kambuh. Penyembuhan gastritis memerlukan pengaturan pola makan untuk memperlancar pencernaan. Selain itu, gastritis juga dapat

disebabkan oleh stress. Selain itu, tekanan yang berkepanjangan dapat memicu terjadinya gastritis, karena menyebabkan penurunan aliran darah ke mukosa dinding lambung yang berujung pada peningkatan permeabilitas dinding lambung. Ini mungkin berdampak negatif pada kondisi mental seseorang. Konsumsi obat anti inflamasi nonsteroid dapat menyebabkan peningkatan produksi asam lambung akibat difusi kembali ion hidrogen ke dalam epitel lambung. Hal ini menyebabkan iritasi pada dinding mukosa lambung dan peningkatan keasaman lambung.

Pencegahan terhadap penyakit gastritis melalui perubahan perilaku dari segi individu merupakan faktor predisposing yang didalamnya termasuk pengalaman individu. Individu harus memiliki akses ke informasi Kesehatan dan memiliki kemampuan untuk mencari relevan dengan situasi Kesehatannya. Kemampuan individu dalam mengambil keputusan yang tepat juga bisa disebabkan karena individu tersebut memiliki kepercayaan diri dalam melakukan pencegahan untuk mengatasi masalah kesehatannya. Mempertimbangkan tingkat risiko gastritis, maka perlu sikap untuk mencegah atau menangani risiko komplikasi gastritis. Upaya untuk mengurangi risiko tersebut dapat dilakukan dengan meningkatkan kesadaran masyarakat akan hal-hal yang dapat menyebabkan terjadinya gastritis, salah satunya adalah dengan mengajak siswa memahami pemicu terjadinya gastritis.

Faktor risiko terjadinya penyakit gastritis antara lain gaya hidup yang buruk, pola makan yang buruk, penggunaan aspirin atau obat nonsteroid, infeksi *Helicobacter pylori*, konsumsi alkohol, merokok, sering stres, pola makan yang buruk dan makan makanan yang tidak sehat menyebabkan penyakit maag (Hartati, .2022). Efek samping

dari gastritis yang tidak diobati adalah komplikasi, salah satunya adalah tukak lambung, tukak lambung yang tidak diobati dapat menyebabkan pendarahan pada dinding lambung, dan dapat berkembang menjadi tukak lambung, karena erosi pada lambung dapat menyebabkan kanker lambung. Keracunan dianggap sebagai penyakit yang ringan sehingga banyak orang yang mengabaikannya, bahkan jika menimpa manusia dapat menyebabkan kematian di kemudian hari (Halijah et al., 2023).

Perubahan gaya hidup dapat berdampak negatif terhadap kesehatan masyarakat, dan perubahan gaya hidup seringkali disebabkan oleh faktor lingkungan. Orang-orang yang mempunyai kebiasaan-kebiasaan buruk, gaya hidup masyarakat modern, seperti pola makan yang tidak teratur, banyak makan makanan yang pedas dan asam, gangguan tidur, tidur yang lama, bahkan bagi sebagian anak muda karena minum kopi pada umumnya Insomnia, dan kebiasaan-kebiasaan yang terlihat di kalangan anak muda Gen Z adalah perokok tembakau dan rokok elektronik (vape). Era dunia yang modern dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup masyarakat dan pola konsumsi makanan. Cita rasa produk teknologi pangan tidak unik, melainkan mendunia. Perkembangan teknologi dan industri saat ini memberikan dampak negatif terhadap perkembangan berbagai jenis pangan yang sebagian besar bersifat merugikan. Salah satu jenis makanan yang muncul dalam waktu singkat adalah makanan cepat saji yang tinggi kalori, lemak, gula dan natrium (Na), namun rendah serat, vitamin A, asam askorbat, serta kalsium dan folat. Kandungan nutrisi yang tidak seimbang inilah yang menyebabkan kebiasaan makan tidak sehat. Maraknya makanan cepat saji dan produk makanan cepat saji telah merusak atau menghancurkan kesehatan. Karena tidak semua

makanan sehat, banyak bumbu yang bisa menyebabkan penyakit seperti sakit gastritis.(Astuti ardi putri, 2021).

Undang-Undang Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2014 tentang Puskesmas adalah pusat pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan usaha kesehatan masyarakat dan swasta pada tingkat pertama, serta mengkoordinasikan upaya promotif dan preventif untuk mencapai tujuan kesehatan masyarakat. mereka. Jenjang kesehatan masyarakat tertinggi di tempat kerja Puskesmas adalah unit pelaksana teknologi kesehatan (UPT) yang berada di bawah pengawasan Dinas Kesehatan Kota. Secara umum harus memberikan pelayanan preventif, promotif, kuratif dan rehabilitatif melalui Pelayanan Kesehatan Perorangan (UKP) dan Pelayanan Kesehatan Masyarakat (SHC). Puskesmas dapat memberikan pelayanan 24 jam selain pelayanan rawat jalan. Untuk dapat memberikan pelayanan yang baik maka perlu terus-menerus diupayakan peningkatan mutu pelayanan guna meningkatkan derajat kesehatan seluruh masyarakat. Puskesmas sangat bermanfaat bagi keluarga miskin. Secara umum pelayanan kesehatan yang diberikan oleh puskesmas adalah pelayanan kuratif (pengobatan), preventif (pencegahan), promosi (peningkatan kesehatan), dan rehabilitatif (pemulihan kesehatan).

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas masalah yang akan di teliti yaitu bagaimana pengalaman dan persepsi serta faktor yang mempengaruhi perilaku gaya hidup pada masyarakat di puskesmas tanjung priok?

### **1.3 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui ada tidak adanya hubungan gaya hidup dengan kejadian gastritis pada masyarakat di Puskesmas Tanjung priok.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengeksplor pengalaman dan persepsi masyarakat pada pencegahan perilaku gaya hidup yang berkaitan dengan gastritis pada masyarakat di Puskesmas Tanjung Priok.
2. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gaya hidup yang berkaitan dengan gastritis pada masyarakat di Puskesmas Tanjung Priok.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **a. Bagi Tenaga Kesehatan**

Sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan perhatian terhadap penyuluhan dan pelayanan Pendidikan kesehatan masyarakat khususnya tentang gastritis dan pengetahuan.

##### **b. Bagi Pendidik**

Sebagai bahan literature di perpustakaan dan sebagai perbandingan bagi pihak Pendidikan dalam melihat berbagai permasalahan yang ada khususnya pada masyarakat.

c. Bagi Peneliti

Dari hasil peneliti ini diharapkan dapat menambah pengetahuan penulis dibidang keperawatan khususnya berkaitan dengan gastritis.

d. Bagi Masyarakat

Memberikan pemahaman tentang bahayanya dampak dari pola hidup yang tidak sehat terhadap gastritis

