

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN
GASTRITIS PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN
AL-MUKMIN SUKOHARJO**



**Diajukan sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Program Studi Keperawatan**

Disusun Oleh:

**Rifqiyatunnasiah
J210130064**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS
PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN
AL-MUKMIN SUKOHARJO**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

Rifqiyatunnasivah
J210 130 064

Telah memenuhi syarat dan disetujui untuk diuji oleh:

Pembimbing I

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Irdawati', with a large loop and a long horizontal stroke.

Irdawati, S.Kep., Ns., MSi.Med
NIK. 753

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS
PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN
AL-MUKMIN SUKOHARJO

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

RIFQIYATUNNASIYAH

J210.130.064

Telah berhasil dipertahankan didepan dewan penguji pada 02 Juni 2017 dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Susunan Dewan Penguji:

1. Irdawati, S.Kep.,Ns.,M.Si.Med (.....)
(Ketua Dewan Penguji)
2. Okti Sri P., S.Kep.,M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.M.B (.....)
(Anggota I Dewan Penguji)
3. Supratman, M.Kep.,Ph.D (.....)
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

(Dr. Mutalazimah, SKM, M.Kes)

NIK. 786

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 02 Juni 2017

Penulis



Rifqiyatunnasiah
J 210.130.064

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL-MUKMIN SUKOHARJO

ABSTRAK

Gastritis merupakan proses inflamasi pada mukosa dan submukosa lambung. Gastritis dapat terjadi pada orang yang mempunyai pola makan yang tidak baik dan tidak teratur serta mengkonsumsi jenis makanan yang dapat merangsang produksi asam lambung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Al-Mukmin Sukoharjo. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah santriwati kelas 2 dan kelas 3 Pondok Pesantren Islam Al-Mukmin Sukoharjo tahun 2016 (kelas 2 dan kelas 3 MTs) berjumlah 70 responden yang diambil dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner atau angket yang dibuat oleh peneliti sendiri dan digunakan pada variabel pola makan. Kuesioner ini berbentuk pertanyaan tertutup yang disusun dengan skala Likert untuk, berisi 17 pertanyaan mengenai pola makan (jenis, porsi, dan frekuensi makan) terdiri dari pertanyaan favorable dan unfavorable. Hasil analisis hubungan pola makan dengan kejadian gastritis melalui uji *chi square* didapatkan nilai χ^2 hitung 37.718 dengan p value 0.001, maka disimpulkan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah diharapkan dapat meneliti variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan kejadian gastritis yang belum dapat diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Gastritis, Pola makan, Santri, Makan teratur

ABSTRACT

Gastritis is an inflammation process of the mucosa and submucosa stomach. Gastritis can occur in people who have bad and irregular eating patterns and consume foods that can stimulate the production of stomach acid. The purpose of this study is to examine the relationship between eating pattern with the incidence of gastritis in student in Al-Mukmin Boarding School Sukoharjo. This is a quantitative research with descriptive research type, the approach used in this research is cross sectional. The sample of this research is second and third grader in boarding school of Al-Mukmin Sukoharjo in 2016 (2 and 3 grader of junior high school) amounted to 70 respondents, taken using proportional random sampling technique. Instruments in this study is a questionnaire or questionnaire

made by the researchers themselves and used in dietary variables. This questionnaire is in the form of a closed question compiled with a Likert scale for, containing 17 questions about diet (type, portion, and feeding frequency) consisting of favorable and unfavorable questions. The analysis result relation between eating pattern with the incidence of gastritis with the chi square test obtained value $\chi^2 37.718$ and p value 0.001, the concluded there was a relation between eating pattern with the incidence of gastritis. The recommendation for further research is expected to examine other variables suspected to be associated with gastritis.

Key word: gastritis, eating pattern, student, eating regularly

1. PENDAHULUAN

Gastritis atau lebih sering kita menyebutnya dengan penyakit maag adalah penyakit yang dapat mengganggu aktivitas dan bisa berakibat fatal apabila tidak ditangani dengan baik. Orang yang sering mengonsumsi makanan yang dapat merangsang produksi asam lambung dan memiliki pola makan yang tidak teratur biasanya dapat terkena penyakit gastritis. Gastritis juga dapat disebabkan oleh beberapa infeksi mikroorganisme. Salah satu gejala terjadinya gastritis adalah nyeri pada ulu hati, selain itu juga bisa terjadi mual, muntah, lemas, nafsu makan menurun, wajah pucat, keluar keringat dingin, sering bersendawa dan pada kondisi yang parah bisa terjadi muntah darah (Wijoyo, 2009). Gastritis adalah radang pada lapisan perut. Gastritis dapat berupa akut yang ditandai dengan serangan parah yang berlangsung selama satu atau dua hari, atau kronis dengan gejala yang paling umum adalah kehilangan nafsu makan dalam jangka panjang, nyeri epigastrik, mual, muntah, kembung, anoreksia, dan mulas (Mahmoud, S. S., Gasmi, F. M., Solan, Y. O., dkk., 2016). Beberapa faktor resiko yang sering menyebabkan gastritis diantaranya adalah *helicobacter pilory*, stres, pola makan, konsumsi alkohol, dan kopi. Pola makan yang tinggi karbohidrat atau terlalu manis, asupan manisan buah yang tinggi, kue, dan es krim berhubungan dengan prevalensi terjadinya infeksi *Helicobacter pilory* sehingga dapat menyebabkan

terjadinya gastritis (Xia, Y., Meang, G., Zhang, Q., Liu, L., Shi, H., Bao., X., et al, 2016).

Menurut urutan besar penyakit di Kabupaten Sukoharjo, gastritis menempati urutan ke- 4 dengan jumlah 38.075 orang (Dinkes Sukoharjo, 2014). Pondok Pesantren Al-Mukmin adalah salah satu Pondok Pesantren yang ada di Kabupaten Sukoharjo dengan kejadian gastritis yang meningkat setiap tahunnya khususnya pada santriwati. Berdasarkan data tahun 2013 terdapat 230 orang yang menderita gastritis, pada tahun 2014 terjadi peningkatan menjadi 306 orang. Kejadian gastritis mengalami peningkatan lagi pada tahun 2015 menjadi 320 orang. Gastritis juga merupakan penyakit urutan kedua terbanyak di Pondok Pesantren Al-Mukmin pada tahun 2015 dan meningkat lagi pada tahun 2016 dengan usia tersering yang menderita gastritis adalah antara 14-18 tahun.

Masa remaja adalah masa mencari identitas diri, adanya keinginan untuk bisa diterima oleh teman sebaya, adanya ketertarikan kepada lawan jenis menyebabkan remaja sangat menjaga penampilannya, terutama pada pemanpilan fisik. Sehingga semua itu akan mempengaruhi pola makan remaja, mulai dari pemilihan bahan makanan dan frekuensi makan, remaja juga sering menghindari sarapan pagi dan makan malam, atau hanya makan sekali dalam sehari (Potter & Perry, 2009). Selain itu remaja juga cenderung menyukai makanan olahan siap saji seperti fast food dibandingkan makan makanan yang di rumah (Hidayati, R., Soviana, E., & Widyaningsih, E. N. 2016).

Berdasarkan pernyataan di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Al-Mukmin Sukoharjo. Dengan tujuan ingin mengetahui adanya hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Al-Mukmin Sukoharjo.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif yang menghubungkan antara dua variabel yaitu variabel

bebas dan variabel terikat (Arikunto, 2010). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian adalah semua santriwati kelas 2 dan kelas 3 Pondok Pesantren Islam Al-Mukmin Sukoharjo tahun 2016 (kelas 2 dan kelas 3 MTs) yaitu sejumlah 239 orang. Sampel dalam penelitian berjumlah 70 responden dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Penelitian dilakukan pada tanggal 23-26 April 2017. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner atau angket yang dibuat sendiri oleh peneliti yang digunakan pada variabel pola makan, sedangkan variabel kejadian gastritis menggunakan catatan kesehatan responden di UKP (Unit Kesehatan Pondok). Jalannya penelitian ini terlebih dahulu peneliti memilih responden dari populasi dengan cara setiap kelas diurutkan sesuai dengan absensi kemudian sampel yang diambil adalah setiap nama orang yang mempunyai nomer urut kelipatan 3 (3, 6, 9, dan seterusnya), memberikan kode pada setiap lembar kuesioner sesuai nama pada absensi, peneliti mendatangi responden di kelas kemudian memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan penelitian serta memberikan *inform consent* sebagai bukti kesediaannya sebagai responden. Setelah responden menandatangani *inform consent* selanjutnya peneliti menjelaskan tentang cara pengisian kuesioner, dengan cara memberikan tanda centang pada kotak jawaban yang disediakan dan setiap pertanyaan hanya boleh diisi satu jawaban. Setelah semua tahap selesai, peneliti melakukan pengecekan kembali apakah semua pertanyaan telah dijawab. Tahap selanjutnya peneliti melihat riwayat penyakit responden di buku catatan kesehatan yang ada di Unit Kesehatan Pondok (UKP). Tahap terakhir peneliti menganalisa skor total kuesioner, analisa data univariat dan bivariat menggunakan uji *chi square*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

3.1.1 Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	
	Jumlah (n)	Persen (%)
1. Usia		
a. 13 tahun	8	11.4
b. 14 tahun	32	45.7
c. 15 tahun	28	40.0
d. 16 tahun	2	2.9
Total	70	100.0

Berdasarkan tabel 1. karakteristik responden menunjukkan distribusi usia terbanyak adalah responden dengan umur 14 tahun berjumlah 45.7% (32) responden, sedangkan paling rendah responden dengan umur 16 tahun yaitu 2.9% (2) responden.

1.1.2 Analisis Univariat

a. Pola Makan

Gambaran distribusi pola makan pada santri di Pondok Pesantren Islam Al-Mukmin dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Pola Makan

Pola Makan	Frekuensi	
	Jumlah (n)	Persen (%)
Baik	29	41.4
Tidak Baik	41	58.6
Total	70	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa dari 70 responden yang diteliti, responden dengan pola makan yang baik sebanyak 41.4% (29) responden, dan responden dengan pola makan yang tidak baik sebanyak 58.6% (41) responden.

b. Kejadian Gastritis

Gambaran distribusi kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Islam Al-Mukmin dapat dilihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Distribusi Kejadian Gastritis

Kejadian Gastritis	Frekuensi	
	Jumlah (n)	Persen (%)
Gastritis	42	60.0
Tidak Gastritis	28	40.0
Total	70	100.0

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa dari 70 responden yang diteliti, responden yang mengalami gastritis sebanyak 60.0% (42) responden, sedangkan responden yang tidak mengalami gastritis sebanyak 40.0% (28) responden.

1.1.3 Analisis Bivariat

Tabel 2. Ringkasan Uji Chi Square Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis

		Pola Makan					
		Baik		Tidak Baik		Total	
		N	%	N	%	N	%
Kejadian Gastritis	Gastritis	5	17.2	37	90.2	42	60.0
	Tidak Gastritis	24	82.8	4	9.8	28	40.0
Total		29	100.0	41	100.0	70	100
$\chi^2_{hitung} = 34.738$ $p\text{-value} = 0.001$ Keputusan = H_0 ditolak							

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa responden dengan pola makan baik yang mengalami gastritis berjumlah 5 responden (17.2%), sedangkan yang tidak mengalami gastritis ada 24 responden (82.8%). Pada responden dengan pola makan tidak baik yang mengalami gastritis berjumlah 37 responden (90.2%), sedangkan yang tidak mengalami gastritis berjumlah 4 responden (9.8%). Hasil uji *chi square* diperoleh nilai χ^2 hitung sebesar 34.738 dengan nilai signifikansi (*p-value*) 0.001. Sehingga keputusan uji adalah H_0 ditolak karena nilai *p-value* lebih kecil dari 0.05. Berdasarkan keputusan uji tersebut maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis.

3.2 PEMBAHASAN

Dari hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan bahwa responden yang mempunyai pola makan tidak baik sebagian besar mengalami gastritis yaitu 90.2% (37) responden, dan responden dengan pola makan baik sebagian besar tidak mengalami gastritis yaitu 82.8% (28) responden.

Pola makan merupakan berbagai suatu hal yang dapat memberikan gambaran tentang macam, jumlah dan model bahan makanan serta porsi makan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu (Baliwati, 2009). Menurut Kemenkes RI (2014) pola makan yang baik adalah pola makan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi. Untuk memenuhi kebutuhan gizi dalam sehari anak dan remaja usia 6-19 tahun dianjurkan makan secara teratur 3 kali sehari yaitu pagi (sarapan), siang dan malam.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti, sebagian responden sering makan kurang dari 3 kali dalam sehari dan menunda-nunda waktu makan. Hal itu dikarenakan responden merasa bosan dengan menu makan yang disediakan dan malas untuk antri mengambil makan serta tidak dapat memilih makanan yang disukai sehingga itu juga mempengaruhi porsi makan responden.

Menurut Potter & Perry (2010) pola makan yang tidak baik dan tidak teratur dapat meningkatkan asam lambung sehingga lambung menjadi sensitif dan menyebabkan terjadinya gastritis. Hal ini sebagaimana yang disampaikan oleh Restianti (2009) bahwa orang yang memiliki pola makan tidak teratur mudah terserang penyakit gastritis. Sebab pada saat perut harus diisi, tapi dibiarkan kosong atau ditunda pengisiannya maka asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung, sehingga timbul rasa nyeri. Pola makan tidak teratur akan membuat lambung sulit beradaptasi. Jika hal tersebut berlangsung lama, produksi asam lambung akan berlebih sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa lambung.

Selain keluarnya asam lambung, kontraksi lapar juga akan menghasilkan gerakan kontraksi yang kuat. Kontraksi ini sering terjadi bila lambung dalam kondisi kosong dalam waktu yang lama. Kontraksi ini biasanya merupakan kontraksi peristaltik ritmik yang mungkin merupakan gelombang pencampuran tambahan pada korpus lambung. Gelombang ini akan menjadi sangat kuat sekali. Dinding lambung satu sama lain saling bergabung dan menimbulkan kontraksi yang berlangsung terus menerus selama dua sampai tiga menit. Kontraksi lapar biasanya paling kuat pada orang muda sehat dan akan bertambah kuat pada keadaan kadar gula darah rendah (Guyton & Hall, 2016).

Dari hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan pola makan dengan kejadian gastritis, dimana responden dengan pola makan yang tidak baik berisiko terjadi gastritis begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Onibala (2014) bahwa pola makan merupakan faktor terjadinya gastritis. Penelitian Vinarge (2013) juga menyimpulkan bahwa pola makan yang tidak baik merupakan faktor resiko terjadinya gastritis. Penelitian lain juga dilakukan Putri (2010) pada pasien di Universitas Muhammadiyah Malang Medical Center yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan gastritis dengan $p\text{ value} = 0.009$.

Namun dalam hasil penelitian ini juga didapatkan responden dengan pola makan baik masih ada yang mengalami gastritis yaitu 17.2% (5) responden. Hal ini menunjukkan bahwa kejadian gastritis tidak hanya disebabkan oleh pola makan, akan tetapi ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi kejadian gastritis pada santri. Dari penelitian yang dilakukan ditemukan sebagian santri menyatakan sering minum kopi, dengan beberapa alasan diantaranya kopi merupakan minuman kesukaan, tetapi semua santri tidak pernah mengonsumsi minuman beralkohol. Menurut Mustafa, Menon, Muiandy, Fredie, Sein, & Fariz (2015) faktor risiko gastritis yang umum terjadi meliputi stres, alkohol, merokok, dan kokain. Selviana (2015) lebih lanjut menjelaskan

bahwa stres yang berkepanjangan merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya gastritis karena mengakibatkan peningkatan produksi asam lambung. Kadar asam lambung yang meningkat akan menimbulkan ketidaknyamanan pada lambung. Gastritis juga sering dihubungkan dengan keadaan psikologis seseorang.

Terdapat 9.8% (4) responden dengan pola makan tidak baik namun tidak mengalami gastritis. Kondisi ini disebabkan ada faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada santri. Penelitian Pratiwi (2013) menyatakan bahwa asam lambung dapat terkontrol meskipun frekuensi makan kurang dari 3 kali dalam sehari, apabila diselingi dengan mengkonsumsi makanan ringan yang tidak mengiritasi lambung. Menurut Sediaoetama (2010) jenis makanan yang dapat mengiritasi diantaranya adalah makanan pedas, zat-zat korosif seperti cuka dan lada. Jenis makanan tersebut dapat menyebabkan kerusakan mukosa gaster dan tidak jarang juga menimbulkan luka pada dinding lambung.

4 PENUTUP

4.1 Simpulan

- a. Santriwati di Pondok Pesantren Al-Mukmin Sukoharjo yang mempunyai pola makan tidak baik 58.6%, dan yang mempunyai pola makan baik 41.4%.
- b. Santriwati di Pondok Pesantren Al-Mukmin Sukoharjo yang mengalami gastritis sebanyak 60.0% dari 70 santri.
- c. Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Al-Mukmin, yang mana santriwati dengan pola makan tidak baik sebanyak 90.2% mengalami gastritis.

4.2 Saran

4.2.1 Bagi santri Pondok Pesantren Al-Mukmin Sukoharjo

Hendaknya menjaga pola makan dengan baik khususnya pada frekuensi makan dengan makan teratur, memenuhi makanan lengkap 3

kali sehari atau makanan selingan, selain itu hendaknya membatasi kebiasaan minum kopi.

4.2.2 Bagi pondok pesantren Al-Mukmin Sukoharjo

- a. Memberikan edukasi berupa promosi kesehatan tentang gizi seimbang di pondok pesantren, misalnya pendidikan kesehatan, melalui pemasangan poster, rubrik di majalah Pondok Pesantren Al-Mukmin mengenai pola makan.
- b. Lebih memperhatikan variasi menu makanan yang disajikan di dapur Pondok Pesantren dan pola makan santri, jika memungkinkan diberlakukan sistem pemberian *punishment* bagi santri yang tidak makan teratur.

4.2.3 Bagi peneliti lain

- a. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan kejadian gastritis yang belum dapat diteliti dalam penelitian ini misalnya konsumsi kopi, stres, dan konsumsi minuman beralkohol.
- b. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar penelitian dengan topik yang sama dengan desain dan pendekatan penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baliwati, Y. F. (2009). *Pengantar Pangan Dan Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo. (2014). *Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo Tahun 2013*. Dinkes Kabupaten Sukoharjo.

- Guyton, A. C. & Hall, J. E. (2016). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Singapura: Elsevier.
- Hidayati, R., Soviana. E., & Widyaningsih, E. N. (2016). Perbedaan Pengetahuan Gizi Dan Kebugaran Jasmani Pada Remaja Yang Overweight Dan Non Overweight Di SMK Batik 2 Surakarta. *Jurnal Kesehatan*. ISSN 1979-7621. Vol. 1, No. 2 Desember 2016.
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. <http://gizi.depkes.go.id/download/Pedoman%20Gizi/PGS%20Ok.pdf> Diakses pada tanggal 3 Desember 2016.
- Mahmoud, S. S., Gasmi, F. M., Solan, Y. O., Al-Harbi, F. A., Al-Harbi, S. A., Humadi, T. A., dkk. (2016). Prevalence and Predictors of Gastritis among Patients Attending Health Care Facilities in Jazan, KSA. *International Journal of Preventive and Public Health Sciences*. May-Jun 2016 .Vol 2.
- Mustafa, M., Menon, J., Muiandy, RK., Fredie R., Sein MM., Fariz, A. (2015). Risk Factors,Diagnosis, and Management of Peptic ulcer Disease. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences (IOSR-JDMS)*.e-ISSN: 2279-0853, p-ISSN: 2279-0861.Volume 14, Issue 7 Ver. VIII (July. 2015), PP 40-46.
- Onibala, F., Angkow, J., & Robot F. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kota Manado. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran. Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2010). *Fundamental Keperawatan, Edisi 7 Buku 3*. Singapura: Elsevier.
- Putri, R. S.M., Agustin, H., & Wulansari. (2010). Hubungan Pola Makan dengan Timbulnya Gastritis Pada Pasien di Universitas Muhammadiyah Malang *Medical Center (UMC)*. *Jurnal Keperawatan*. ISSN: 2086-3071. Vol. 1 No. 2.
- Rahma M., Ansar J., & Rismayanti. (2013). Faktor Resiko Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kampili Kabupaten Gowa. *Jurnal MKMI*.<http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5489/JURNAL%20MKMI.pdf>09 Mei 2017.
- Restianti, H. (2009). *Menerapkan Budaya Hidup Sehat:Pola Makan dan Keseimbangan Gizi*. Bandung: Puri Pustaka.
- Selviana, B.Y. (2015). Effect of Coffee and Stress With The Incidence Of Gastritis. *J MAJORITY*, Volume 4 Nomer 1
- Vinarge, R.M.D.F., Silva, A.V., Fecury, A.A., & Martins, L.C. (2013). Role Of *Helicobacter Pylori* Infection And Lifestyle Habits In The Development Of Gastroduodenl Diseases In A Population From The Brazilian Amazon. *Arquivos de Gastroenterologia*. Vol. 50. No. 3.

Wijoyo, M. P. (2009). *15 Ramuan Penyembuh Gastritis*. Jakarta: Bee Media Indonesia.

Xia, Y., Meang , G., Zhang, Q., Liu, L., Shi, H., Bao., X., at al, (2016). Dietary Patterns are Associated with Helicobacter Pylori Infection in Chinese Adults: A Cross-Sectional Study. *Scientific Reports*| 6:32334 | DOI: 10.1038/srep32334.