

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA PROFESI NERS UNIVERSITAS ADVENT INDONESIA

Rossaline Sitompul¹, Imanuel Sri Mei Wulandari²

¹ Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia

² Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia

Email: rossaline_11@yahoo.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan masalah pada saluran pencernaan yang sering dialami oleh seluruh lapisan masyarakat. Sebagian besar gastritis terjadi akibat gangguan penyakit gastritis fungsional, diantaranya adalah pola makan yang tidak baik dan masalah psikologis yaitu cemas dan stress. Apabila berlangsung lama akan mengakibatkan masalah lambung yang lebih serius. Penderita gastritis kronis dapat mengalami kematian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan responden, gambaran pola makan dari responden, serta hubungan antara tingkat kecemasan dan pola makana dengan kejadian gastritis. metode penelitian penelitini ini jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan pendekatan *cross sectional*. Dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk google form yang dilakukan di Universitas Advent Indonesia. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa profesi ners tahun akademik 2020/2021 dengan pengambilan sampel adalah total sampling. Analisa data yang dilakukan dengan univariat (distribusi frekuensi) dan bivariat menggunakan korelasi spearman rho. Hasil yang didapat diketahui dari 91 responden, terdapat 34,2% responden yang mengalami kecemasan sangat parah, 54,9% responden mempunyai pola makan yang tidak baik. ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis dengan *p value* $0,047 < 0,05$. Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan *p value* $0,002 < 0,05$. Kedua hubungan mempunyai keeratan hubungan lemah dengan rentang $0,209 - 0,327$. Terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis dan variabel pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa profesi ners Universitas Advent Indonesia. Perbaikan pola makan dan manajemen ansietas diperlukan untuk menghindari kejadian gastritis.

Kata Kunci: Cemas, Gastritis, Pola makan

ABSTRACT

Gastritis is a problem in the digestive tract that is often experienced by all levels of society. Most gastritis occurs due to functional gastritis disorders, including poor diet and psychological problems. It will cause more serious stomach problems. Chronic gastritis sufferers can experience death. The purpose of this study was to describe the level of anxiety of the respondents, the description of the eating patterns of the respondents, and the relationship between the level of anxiety and eating patterns with the incidence of gastritis. This type of research is quantitative, with a cross sectional approach. By using a questionnaire in the form of a google form conducted at the Adventist University of Indonesia. Population in this study were nursing students in the academic year of 2020/2021 with total sampling. Data analysis was performed with univariate and bivariate using Spearman rho correlation. It is known from 91 respondents, there are 34.2% of respondents who experience very severe anxiety, 54.9% of respondents have a bad diet. there is a relationship between the level of anxiety with the incidence of gastritis with *p value* $0.047 < 0.05$. There is a relationship between diet and the incidence of gastritis with a *p value* of $0.002 < 0.05$. There is a significant relationship between the variable level of anxiety with the incidence of gastritis and the variable of diet with the incidence of gastritis among students of the Adventist University nurses profession Indonesia. Diet improvement and anxiety management are needed to avoid the incidence of gastritis.

Key Word: anxiety, diet pattern, gastritis

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) acap kali diakibatkan karena gaya hidup yang tidak teratur, salah satunya adalah gastritis (Barkah & Agustiyani, 2021). Gastritis merupakan peradangan yang terjadi pada mukosa lambung yang sering dialami oleh masyarakat pada umumnya. Terhitung sekitar 2 juta kunjungan ke layanan Kesehatan rawat jalan akibat gastritis di Amerika Serikat. Gastritis dapat bersifat akut maupun kronis (Smeltzer, 2014).

World Health Organization (WHO) mencatat angka kejadian gastritis di Indonesia mencapai 40,8%. Prevelensi di beberapa daerah di Indonesia juga cukup tinggi dengan 274.396 kasus dari 238.452.952 penduduk, dikutip dari (Irianty et al., 2020)

Penyebab gastritis secara umum adalah adanya infeksi dari bakteri *helicobacter pylori* (Nurarif & Kusuma, 2015). Gastritis akut dapat diklasifikasikan menjadi gastritis erosif dan non erosif. Gastritis erosif sering terjadi akibat adanya iritasi lokal yang disebabkan konsumsi obat (aspirin, NSAID), konsumsi alcohol, makanan yang berbumbu banyak, terapi radiasi, dan adanya refluk cairan empedu atau pancreas. Sedangkan gastritis non erosif disebabkan oleh infeksi bakteri *H. pylori* pada lambung (Smeltzer, 2014).

Menurut Konferensi Konsensus Global Kyoto, etiologi diambil untuk referensi dalam klasifikasi gastritis. Gambaran etiologi dari gastritis yang berlangsung lama dapat mencakup *H. pylori* dan autoimunitas, yang berpotensi mengakibatkan transformasi atrofi mukosa lambung. Infeksi *H. pylori* bertanggung jawab terhadap kejadian etiopatogenesis yang mengakibatkan keganasan lambung (Rugge et al., 2020).

Sebagian besar gastritis terjadi akibat gangguan penyakit gastritis fungsional, yaitu gangguan saluran pencernaan yang bukan dipicu oleh masalah lambung saja, tetapi diakibatkan karena pola makan dari penderita yang kurang baik dan tidak teratur. (Irianty et al., 2020) melakukan penelitian terhadap 62 responden dan didapati 74,2%

responden memiliki pola makan yang tidak baik dan mengalami masalah gastritis.

Banyak orang menganggap gastritis merupakan masalah yang umum dan wajar, tetapi apabila masalah ini diabaikan akan berkembang menjadi gastritis kronis. (Sipponen & Maaros, 2015), gastritis kronis sendiri merupakan masalah serius. Jutaan kematian terjadi setiap tahunnya di seluruh belahan dunia, sebagai akibat dari gastritis kronis.

Pola makan merupakan perilaku yang dilakukan oleh seseorang saat memilih dan mengkonsumsi makanan setiap harinya. Pola makan yang tidak teratur akan memicu lambung sulit beradaptasi, apabila hal ini berlangsung dalam waktu yang lama, asam lambung akan diproduksi berlebih yang dapat mengiritasi dinding lambung (Laurensius et al., 2019).

Gangguan psikologi juga dapat menyebabkan masalah pada saluran pencernaan. Saat penderita mengalami masalah psikologi misalnya cemas, stress dapat merangsang saraf otonom sehingga mengakibatkan meningkatnya sekresi gastrik dan merangsang peningkatan produksi asam lambung (LeMone et al., 2016). Adanya gangguan psikologi ini akan menimbulkan suatu reaksi tubuh, berupa perubahan tanda vital (pernafasan, denyut nadi, peningkatan tekanan darah), akral menjadi dingin (Wau et al., 2018).

Penderita gastritis pada umumnya merasakan masalah pada saluran pencernaan atas, berkurang nafsu makan, perut terasa kembung dan perasaan penuh di perut, sering bersendawa, merasa mual dan muntah (Hoesny & Nurcahaya, 2019). Menurut Kemenkes penyakit gastritis masuk dalam 5 besar penyakit yang memerlukan rawat inap di layanan Kesehatan, rata-rata penderita datang ke layanan Kesehatan dengan keluhan nyeri ulu hati, mual dan muntah (Kusnadi & Yundari, 2020).

Mahasiswa berada pada masa produktif, yang rentan menderita gastritis. Hal ini terjadi akibat aktivitas

yang padat serta gaya hidup yang kurang memperhatikan Kesehatan, serta tuntutan tugas perkuliahan yang dapat memicu stress dan kecemasan. apabila keadaan ini berlangsung lama mampu memicu munculnya gangguan pencernaan yaitu gastritis (Anshari & Suprayitno, 2019).

Hasil wawancara peneliti dengan 10 mahasiswa perawat yang sedang mengambil profesi di Universitas Advent Indonesia, 7 dari 10 mahasiswa menyebutkan dalam 1 bulan terakhir pernah mengalami gangguan pencernaan gastritis minimal 1 kali. Masalah ini muncul karena tidak teratur makan, berpacu dengan waktu untuk menyelesaikan tugas tuntutan profesi ners.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan dan pola makan terhadap kejadian gastritis pada mahasiswa profesi ners di Universitas Advent Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan mahasiswa, gambaran pola makan mahasiswa, gambaran kejadian gastritis pada mahasiswa, dan hubungan tingkat kecemasan dan pola makan dengan kejadian gastritis.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan menggunakan teknik penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dimana data yang dikumpulkan dalam suatu waktu yang bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa profesi ners Angkatan 2020/2021 yang terdaftar di Biro Administrasi Akademik Universitas Advent Indonesia berjumlah 91 mahasiswa, Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling, hal ini dilakukan karena jumlah populasi kurang dari 100 orang.

Sebelum pelaksanaan pengumpulan data, proposal penelitian telah lulus Etik dari KEPK FIK UNAI

pada tanggal 4 Mei 2021 dengan nomor 152/KEPK-FIK.UNAI/EC/V/21. Serta surat ijin penelitian yang diberikan oleh dekan Fakultas Ilmu Keperawatan.

Data dikumpulkan pada tanggal 5 – 21 Mei 2021 dengan cara menggunakan kuesioner sebagai *instrument* penelitian. *Instrument* tingkat kecemasan dengan menggunakan modifikasi kuesioner *Depression Anxiety and Stress Scale (DASS)* yang terdiri dari 14 pernyataan mengenai tingkat kecemasan. Pengelompokan tingkat kecemasan dibagi berdasarkan jumlah skor yang didapat pada setiap responden, kecemasan normal (0-7), kecemasan ringan (8-9), kecemasan sedang (10-14), kecemasan parah (15-19) dan tingkat kecemasan sangat parah (>20). Pola makan diukur dengan menggunakan kuesioner yang berisi 10 pernyataan mengenai pola makan, dengan jawaban ya/tidak. Apabila jawaban ya lebih dari 5 menunjukkan pola makan yang kurang baik. Pernyataan tentang kejadian gastritis terdiri dari beberapa pertanyaan yang menunjukan terjadi gastritis pada responden.

Data yang telah terkumpul dianalisa dengan menggunakan program *SPSS* versi 26. Analisa univariat dilakukan untuk menghitung frekuensi karakteristik responden, tingkat kecemasan dan pola makan dari responden, Analisa bivariat dilakukan untuk mengukur korelasi diantar variabel variabel dengan menggunakan *Spearman Rho*. Analisa ini diambil dikarenakan distribusi data tidak normal.

HASIL

Analisa data pada penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel. Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari karakteristik responden, tingkat kecemasan responden dan pola makan responden. Sedangkan Analisa bivariat untuk mengetahui hubungan antrara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis serta hubungan pola makan dengan kejadian gastritis.

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin:		
Laki-laki	17	18,7
Perempuan	74	81,3
Kejadian Gastritis:		
Ya	73	80,2
Tidak	18	19,8
Total	91	100

Responden dalam penelitian ini berjumlah 91 mahasiswa yang terdiri dari laki-laki dan perempuan, yang didominasi oleh mahasiswa perempuan sebanyak 74 dengan persentase 81,3 % sedangkan mahasiswa laki-laki sebanyak 17 orang dengan persentase 18,7 %. Dari

91 responden terdapat 80,2% atau sebanyak 73 mahasiswa yang mengalami gastritis dalam 1 bulan terakhir dan hanya 19,8 % atau 18 mahasiswa yang tidak mengalami gastritis dalam 1 bulan terakhir.

Tabel 2 Tingkat Kecemasan Responden

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	14	15,4
Cemas Ringan	6	6,6
Cemas sedang	16	17,6
Cemas Parah	23	24,3
Cemas Sangat Parah	32	34,2
Total	91	100

Tabel 2 menunjukkan tingkat kecemasan dari responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Tingkat kecemasan responden mayoritas adalah cemas sangat parah dengan 35,2%

(32 responden), cemas parah 25,3% (23 responden), cemas sedang 17,6% (16 responden), tidak cemas 15,4% (14 responden), dan cemas ringan 6,6% (6 responden).

Tabel 3 Pola Makan Responden

Pola Makan	Frekuensi	Persentase
Pola makan baik	41	45,1
Pola makan kurang baik	50	54,9
Total	91	100

Ada 91 responden yang berperan dalam penelitian ini mayoritas mempunyai pola makan yang kurang

baik yaitu 54,9% atau 50 mahasiswa, Ada 45,1 % atau 41 mahasiswa mempunyai pola makan baik.

Tabel 4 Hubungan Tingkat Kecemasan, Pola Makan terhadap kejadian Gastritis

Variabel	P Value	Keeratan Hubungan
Tingkat Kecemasan Kejadian Gastritis	0,047	0,209
Pola Makan Kejadian gastritis	0,002	0,327

Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis memiliki *p value* $0,047 < 0,05$ yang dapat diartikan memiliki hubungan yang relevan. Variabel pola makan dan kejadian gastritis juga memiliki hubungan yang relevan dengan *p value* $0,002 < 0,05$. Keduanya memiliki keeratan hubungan yang lemah.

PEMBAHASAN

Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa mahasiswa profesi ners sebagiann besar mengalami gastritis dalam 1 bulan terakhir, dengan persentase 80,2%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Irianty et al., 2020) dimana dari 62 responden terdapat 74,2% yang mengalami gastritis.

Gastritis atau lebih umum sering disebut sakit maag dapat muncul akibat kelebihan asam lambung yang diproduksi yang mengakibatkan iritasi pada dinding mukosa lambung (Syamsuddin et al., 2018). Pada kondisi normal, asam lambung atau HCl dibutuhkan untuk membantu proses pencernaan, asam lambung dapat diproduksi berlebihan apabila seseorang memiliki pola hidup yang tidak teratur.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa profesi mayoritas adalah cemas sangat parah, yaitu 34,2%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Wau et al., 2018) dimana terdapat 55,6% responden mengalami cemas berat dan menderita gastritis. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Novitasary et al., 2017) cemas dan stress merupakan faktor gastritis klinis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Kendari, dengan 73,2 % respondenya mengalami gastritis akibat cemas dan stress.

Kecemasan yang dirasakan oleh responden berdampak pada kondisi fisik, dimana hasil penelitian menunjukan responden sering mengalami perubahan mood saat menjalani program profesi ners di masa pandemik. Keadaan fisik yang terlau sering merasa cemas, stres,

kelelahan akibat melakukan aktivitas dapat menyebabkan berkurangnya nafsu makan, hal ini mampu memicu munculnya gastritis.

(PPNI, 2017) menjelaskan definisi dari kecemasan atau ansietas merupakan kondisi dan pengalaman subjektif individu terhadap objek yang tidak jelas dan spesifik akibat antisipasi bahaya yang memungkinkan individu melakukan tindakan untuk menghadapi ancaman yang diterima. Dengan gejala yang sering muncul adalah : perasaan pusing, anoreksia, palpitasi, diaphoresis, frekuensi nadi, nafas dan tekanan darah meningkat.

Manajemen ansietas diperlukan untuk mengurangi masalah gastritis, dengan meningkatkan rasa cemas dan stress akan memicu gastrin lebih banyak mengeluarkan asam lambung. Apabila hal ini terjadi semakin lama akan mengakibatkan iritasi pada mukosa lambung bertambah, dan meningkatkan nyeri pada gastritis (Robinson & Saputra, 2014).

Pola makan responden pada penelitian ini, didapati mayoritas responden mempunyai pola makan yang kurang baik yaitu 54,9%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Imayani et al., 2017) terdapat 56,5% responden yang mengalami gastritis mempunyai pola makan yang buruk. Sedangkan pada responden yang mempunyai pola makan baik kejadian gastritis lebih kecil.

Pola makan merupakan cara atau kebiasaan yang dilakukan seseorang untuk mengkonsumsi makanan yang dilakukan berulang dan dalam jangka waktu tertentu yang dipengaruhi oleh kebutuhan fisiologis, psikologi, budaya dan lingkungan (Imayani et al., 2017).

Pada penelitian ini pola makan yang dinilai adalah kebiasaan mengkonsumsi makanan pokok, frekuensi makan, kebiasaan mengkonsumsi makanan manis, kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji, mengkonsumsi makanan yang berlemak.

(Irianty et al., 2020) berpendapat bahwa pola makan yang termasuk

frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, dapat menggambarkan ciri khas suatu kelompok. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa profesi ners, yang mempunyai tuntutan praktek dan tugas yang mengahruskan dikerjakan sesuai tenggat waktunya. Mahasiswa sering mengabaikan pentingnya menjaga pola makan yang baik untuk menghindari masalah saluran pencernaan.

Kejadian gastritis dapat dipicu oleh pola makan yang kurang baik, saat terjadi peningkatan sekresi HCl yang dapat mengiritasi mukosa dinding lambung. (Tussakinah et al., 2018) menyebutkan salah satu penyebab munculnya gastritis diakibatkan ketidakmampuan lambung mencerna makanan (indigesti), produksi asam lambung yang berlebihan, konsumsi makanan yang memicu kekambuhan gastritis, waktu makan yang tidak teratur dan porsi makan yang berlebihan.

Saat penderita mengalami gastritis terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penderita gastritis mengalami anoreksia: nyeri abdomen, mual dan kecemasan (Kastubi et al., 2018). Untuk menghilangkan rasa cemas akan memerlukan waktu yang lebih lama, sehingga diperlu strategi koping yang positif pada penderita gastritis.

Tabel 4 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis. Dengan *p value* 0,047 dimana nilai ini lebih kecil dari nilai α ($0,047 < 0,05$) dengan keeratan hubungan 0,209 (keeratan hubungan lemah). Selain itu juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel pola makan dengan kejadian gastritis. Dengan *p value* $0,002 < 0,05$. dengan keeratan hubungan lemah (0,327).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sartika et al., 2020), menunjukan responden dengan pola makan yang tidak baik akan terkena gastritis 1,006 lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang mempunyai pola makan yang baik. penelitiannya juga menjelaskan bahwa responden yang mempunyai masalah psikologi cemas /stress akan mengalami

gastritis 1,452 lebih tinggi daripada responden yang tidak mengalami masalah psikologi.

KESIMPULAN

Dari 91 responden, terdapat 74 responden perempuan dan 17 responden laki-laki. 73 responden (80,2%) mengalami gastritis. Tingkat kecemasan responden di dominasi dengan tingkat kecemasan sangat parah yaitu 34,2%. Terdapat 50 responden (54,9%) yang mempunyai pola makan kurang baik dan 41 responden (45,1%) yang mempunyai pola makan baik. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara variabel tingkat kecemasan dengan kejadian gastritis dan variabel pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa profesi ners di Universitas Advent Indonesia. Bagi peneliti selanjutnya perlu mengkaji faktor-faktor yang menyebabkan kejadian gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshari, S. N., & Suprayitno. (2019). Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Kelompok Usia 20-45 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda. *Borneo Student Research*, 140–145. journals.umkt.ac.id
- Barkah, A., & Agustiyani, I. (2021). *Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. I.*
- Hoesny, R., & Nurcahaya, N. (2019). Stres Dan Gastritis: Studi Crss Sectional Pada Pasien Di Ruang Rawat Inap Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bone-Bone Tahun 2018. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 2(2), 302–308.
- Imayani, S., Ch, M., & Aritonang, J. (2017). Gastritis dan Faktor-Faktor Yang Berpengaruh (Studi Kasus Kontrol) di Puskesmas Bebesen

- Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2017. *Jrkn*, 01(02), 132–144.
- Irianty, H., Hayati, R., & Suryanto, D. (2020). *Kejadian Gastritis Berdasarkan Aspek Promosi Kesehatan Dan Pola Makan Article history : in revised form 23 Juni 2020 Universitas Muslim Indonesia Accepted 26 Juni 2020 Address : Available Email : Phone : tahun 2017 jumlah penderita gastritis di seluruh ru.* 3(3), 251–258.
- Kastubi, H., Subagyo, B. H., Keperawatan, P., Poltekkes, S., & Surabaya, K. (2018). *NAFSU MAKAN PADA PASIEN GASTRITIS Hj . Rabiah Marhabang , H . Kastubi , Bambang Hari Subagyo Jurnal Penelitian Kesehatan.* 9–14.
- Kusnadi, E., & Yundari, D. T. (2020). Hubungan Stress Psikologis Dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Ciburupan. *Jurnak Medika Cendikia*, 7(1), 1–7. <http://www.jurnalskhg.ac.id/index.php/medika/article/view/128>
- Laurensius, F. U., Milwati, S., & Sulasmini. (2019). Hubungan Antara Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Yang Terjadi Di Pukesmas Dinoyo. *Nursing News*, 4(1), 237–247.
- LeMone, P., Burke, K., & Bauldoff, G. (2016). *Buku Ajar KJeperawatan Medikal Bedah* (B. Angelina & M. Iskandar (eds.); 5th ed.). Buku Kedokteran EGC.
- Novitasary, A., sabilu, Y., & Ismail, C. (2017). Faktor Determinan Gastritis Klinis Pada Mahasiswa Di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), 183949.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC* (1st ed.).
- PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan indikator Diagnostik* (1st ed.). Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Robinson, J., & Saputra, L. (2014). *Buku Ajar Visual Nursing (Medikal - Bedah) Sebuah panduan diagnosis penyakit, keterampilan, serta asuhan keperawatan.* Binarupa Aksara.
- Rugge, M., Sugano, K., Sacchi, D., Sbaraglia, M., & Malfertheiner, P. (2020). Gastritis: An Update in 2020. *Current Treatment Options in Gastroenterology*, 18(3), 488–503. <https://doi.org/10.1007/s11938-020-00298-8>
- Sartika, I., Rositasari, S., & Bintoro, W. (2020). Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Pajang Surakarta. *Jiki*, 13(2), 53–62.
- Sipponen, P., & Maaros, H. I. (2015). Chronic gastritis. *Scandinavian Journal of Gastroenterology*, 50(6), 657–667. <https://doi.org/10.3109/00365521.2015.1019918>
- Smeltzer, et al. (2014). *Brunner & Sudrath's Textbook of Medical-Surgical Nursing*, 11th ed. In *Lippincott Williams & Wilkins*.
- Syamsuddin, S., Lestari, H., & Fachlevy, A. F. (2018). The Correlation Between Gastritis, Stress, and Housband Support of Patients with Hyperemesis Gravidarum Syndrome in The Working Area of Public Health Center Poasia Kendari City. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 2(2), 102–107.
- Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap

Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 217. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.805>

Wau, E. T., Pardede, J. A., & Simamora, M. (2018). Levels of Stress Related to Incidence of Gastritis in Adolescents. *Mental Health*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.2412/MH.6i2.42>