

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS DI PUSKESMAS UJOH BILANG KABUPATEN MAHAKAM ULU TAHUN 2023

Sri Evi Newyears Pangadongan<sup>1</sup>, Sulung Alfianto Akbar<sup>2</sup>, Mariani Gering<sup>3</sup>  
[srievifkm@uwgm.ac.id](mailto:srievifkm@uwgm.ac.id)<sup>1</sup>, [pagihari42@gmail.com](mailto:pagihari42@gmail.com)<sup>2</sup>, [marianigering@gmail.com](mailto:marianigering@gmail.com)<sup>3</sup>  
Universitas Widya Gama Mahakam

### ABSTRAK

Latar Belakang: Gastritis merupakan peradangan (pembengkakan) yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi. Bahaya kejadian gastritis jika dibiarkan terus akan merusak fungsi lambung hingga menyebabkan kematian. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu pada Tahun 2022 terdapat 359 kasus dari catatan buku kunjungan pasien yang didapatkan dari Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023. Tujuan: untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang terkait dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu. Metode Penelitian: Dalam penelitian ini adalah metode Kuantitatif dengan menggunakan desain cross sectional. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang datang berobat di Puskesmas Ujoh Bilang dengan jumlah populasi sebanyak 4.324 orang, berdasarkan perhitungan rumus slovin sampel sebanyak 98 responden. Analisis data menggunakan uji chi-square. Hasil: Hasil penelitian yang diperoleh ada hubungan frekuensi makan ( $p$  value :  $0,016 < \alpha : 0,1$ ) dan konsumsi kopi ( $p$  value :  $0,007 < \alpha : 0,1$ ), namun tidak ada hubungan stress ( $p$  value :  $0,498 > \alpha 0,1$ ), dan konsumsi rokok ( $p$  value :  $0,328 > \alpha 0,1$ ) dengan kejadian Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023. Kesimpulan: Disarankan kepada masyarakat agar dapat memperhatikan dan mengendalikan faktor-faktor yang berhubungan dengan Gastritis seperti frekuensi makan dan konsumsi kopi agar dapat mencegah kejadian gastritis sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup menjadi lebih baik.

**Kata kunci:** gastritis, frekuensi makan, stress, konsumsi rokok, konsumsi kopi.

### ABSTRACT

*Background: Gastritis is inflammation (swelling) caused by irritation and infection. The danger of gastritis if left to continue will damage stomach function and cause death. Based on data obtained from the Ujoh Bilang Health Center, Mahakam Ulu Regency, in 2022 there were 359 cases from patient visit book records obtained from the Ujoh Bilang Health Center, Mahakam Ulu Regency in 2023. Objectives: The purpose of this study to determine the factors associated with the incidence of gastritis in Ujoh Bilang District Health Center Mahakam Ulu. Research Metodes: The type of research used in this research is a quantitative method using designcross sectional. This research was conducted at the Ujoh Bilang Health Center, Mahakam Ulu Regency in 2023. The population in this study were patients who came for treatment at the Ujoh Bilang Health Center with a population of 4,324 people, based on the Slovin formula calculation, a sample of 98 respondents. Data analysis using testschi-square. Results: The research results obtained showed that there was a relationship between eating frequency ( $p$  value :  $0,016 < \alpha : 0,1$ ) and coffee consumption ( $p$  value :  $0,007 < \alpha : 0,1$ ), but there is no stress relationship ( $p$  value :  $0,498 > \alpha 0,1$ ), and cigarette consumption ( $p$  value :  $0.328 > \alpha 0.1$ ) with the incidence of Gastritis at the Ujoh Bilang Community Health Center, Mahakam Ulu Regency in 2023. Conclusion: It is recommended that the public pay attention to and control factors related to Gastritis such as frequency of eating and coffee consumption in order to prevent the incidence of gastritis so that it can increase quality of life becomes better.*

**Keywords:** gastritis, eating frequency, stress, cigarette consumption, consumption coffee.

## PENDAHULUAN

Gastritis atau dikenal dengan sakit maag ataupun sakit bagian ulu hati ini merupakan masalah yang kerap timbul secara tiba-tiba serta tidak meluas. Gastritis merupakan peradangan (pembengkakan) dari mukosa lambung yang disebabkan oleh faktor iritasi dan infeksi (Puteri, 2021).

Menurut *World Health Organization (WHO)* Kejadian gastritis di dunia sekitar 1,8 -/11 juta jumlah penduduk tiap tahunnya, di Inggris (22%), Cina (31%), Jepang (14, 5%), Kanada (35%), serta Perancis (29, 5%). Pengidap Gastritis di Asia Tenggara sekitar 583. 635 dari jumlah penduduk tiap tahunnya. Di Indonesia, WHO mencatat 40,8% kasus gastritis, dengan 274,396 kasus di beberapa daerah. Gastritis adalah penyakit kedua tersering di Indonesia, dengan 12,5% atau 21.760 kasus di Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur. (Mandala et al., 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur tahun (2021), angka kejadian gastritis di Kalimantan Timur sebanyak 10.679 kasus. Sebanyak 4 kabupaten dengan prevalensi gastritis tertinggi di Kalimantan Timur yaitu, Balikpapan 4.114 kasus, Mahakam Ulu 2.160 kasus. Samarinda 1.983 kasus, Tenggarong 1.566 kasus.

Berdasarkan hasil data yang di peroleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Mahakam Ulu yang terdiri 5 Puskesmas, dari 5 yang merupakan salah satu Puskesmas Ujoh Bilang. Namun berdasarkan data penyakit didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Mahakam Ulu, salah satunya penyakit gastritis termasuk 10 penyakit terbanyak sehingga masuk diurutan ke 2 yaitu sebanyak 2.160 jiwa. Di Puskesmas Ujoh Bilang pada tahun 2021 penyakit gastritis terkonfirmasi sebanyak 368 jiwa. Sedangkan pada tahun 2022 penyakit gastritis di Mahakam Ulu, menjadi penurunan 359 jiwa yang terkonfirmasi. Data Dinas Kesehatan Mahakam Ulu dari tahun 2021-2022 penyakit gastritis mengalami penurunan tidak secara drastis namun masih dalam pantauan Puskesmas Ujoh Bilang (Dinkes Mahulu, 2022).

Puskesmas Ujoh Bilang merupakan salah satu fasilitas kesehatan dasar milik pemerintah yang berada di Kabupaten Mahakam Ulu untuk melayani masyarakat yang mencakup 6 Desa yaitu, Long Bagun Ulu, Batoq Kelo, Long Bagun Ilir, Batu Majang, Ujoh Bilang, Long Melaham. Berdasarkan observasi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu masih mendapati fenomena yang ditemukan di masyarakat yaitu Gastritis (maag) yang menempati urutan ke 2 dari 10 penyakit terbanyak yang diderita masyarakat di wilayah tersebut sejak tahun 2021-2022. Adapun data selama 2 tahun terakhir menunjukkan ada 368 kasus pada tahun 2021, sedangkan pada tahun 2022 terdapat 359 kasus. Dari catatan buku kunjungan responden yang didapatkan dari Puskesmas Ujoh Bilang sebanyak 4.324 jiwa (Puskesmas Ujoh Bilang, 2022).

Berdasarkan uraian diatas, kelompok usia remaja lebih rentan terjadinya gastritis. Kecendrungan banyaknya aktivitas pada masa produktif ini dapat membuat remaja kurang memperhatikan gaya hidup dan pola makan mereka, pola makan yang tidak teratur dalam jangka waktu yang lama menyebabkan terjadinya penumpukan asam lambung di perut yang dapat mengiritasi lapisan lambung. Risiko terjadinya gastritis menyebabkan kerusakan fungsi lambung, meningkatkan ketidakseimbangan cairan dan elektrolit, dan dapat mengancam nyawa Ginting, F. F (2021).

Menurut Musrah, A., & Hanifah, R, (2022), dalam jurnal tersebut, mengatakan bahwa makan yang tidak teratur dapat menyebabkan gastritis. Ini karena makan yang tidak teratur menyebabkan asam lambung meningkat dan produksi HCL yang berlebihan, yang dapat menyebabkan gesekan dinding lambung dan usus halus, menyebabkan nyeri di epigastrium dan akhirnya pendarahan.

Menurut Suwindri dkk, (2021), stress merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis dan mempunyai hubungan yang signifikan antara stress dan kejadian gastritis. Pada kondisi stres seperti beban kerja yang berlebihan, cemas, takut, atau terburu-buru, produksi

asam lambung meningkat, yang menyebabkan ketidaknyamanan pada lambung.

Menurut Purbaningsih, E. S (2020), mengatakan rokok merupakan produk dari olahan tembakau dan mengandung nikotin, tar dan dengan bahan tambahan lainnya. Rokok berdampak besar pada saluran pencernaan, termasuk melemahkan katup esofagus dan pilorus, meningkatkan refluks, mengubah kondisi lambung secara alami, menghentikan sekresi bikarbonat pankreas, mempercepat pengosongan cairan lambung, dan menurunkan pH duodenum. Efek rokok juga dapat menyebabkan pengeluaran asam lambung meningkat sebagai akibat dari respons terhadap sekresi gastrin atau asetilkolin.

Menurut Dina Febriana dkk, (2022), mengatakan konsumsi kopi merupakan faktor kejadian gastritis. Kopi adalah minuman yang mengandung berbagai jenis bahan dan senyawa kimia, seperti lemak, karbohidrat, asam amino, asam nabati yang disebut fenol, vitamin, dan mineral. Diketahui bahwa kopi merangsang produksi asam lambung, yang menyebabkan lingkungan lambung menjadi lebih asam dan dapat menyebabkan iritasi pada mukosa lambung.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti fakto-faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan desain *Cross Sectional*. Populasi sampel pada penelitian berjumlah 4.324 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*.

Jenis data yang digunakan ialah data primer dengan pengumpulan data yang dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan bivariat dengan menggunakan Uji *Chi-Square*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu. Waktu pengumpulan data pada bulan Agustus – September 2023. Dalam pengolahan data di lakukan sebagai berikut :

### **a. Editing**

Editing adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Jika ternyata masih ada data atau informasi yang tidak lengkap dan tidak mungkin dilakukan wawancara ulang maka kuisisioner tersebut dikeluarkan (*droup out*) (Notoatmodjo, 2012).

### **b. Coding**

Coding adalah memberikan kode pada setiap jawaban kuisisioner kemudian dikelompokkan ke dalam kategori yang sama (Notoatmodjo, 2012).

### **c. Entry data**

Merupakan proses memasukkan data yang telah dikumpulkan menggunakan program komputer Microsoft Excel 2010 untuk selanjutnya dianalisis.

### **d. Tabulating**

Pada tahap ini data hasil pengkodean disusun dalam bentuk tabel yang dilakukan secara manual dan dihitung persentase.

### **e. Cleaning**

Pada tahap ini dilakukan pembersihan data (*cleaning*), merupakan pengecekan kembali data yang sudah dientry, apakah ada kesalahan atau tidak dengan cara melihat kembali kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidaklengkapan dan hal lainnya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang distribusi frekuensi dan persentase orang yang menjawab. Menurut semua variabel dependen (Kejadian Gastritis) maupun variabel independen (Frekuensi Maka, Stress, Konsumsi Kopi, Kebiasaan Merokok).

#### a. Gambaran Kejadian Gastritis Di Puskesmas Ujoh Bilang 2023

Tabel 1. Distribusi Kejadian Gastritis Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

Variabel	N	Distribusi Frekuensi
Gastritis	38	38,8
Tidak Gastritis	60	61,2
Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa dari jumlah 98 orang yang menjadi responden di Puskesmas Ujoh Bilang yang terlibat dalam penelitian ini sebagian besar Tidak Gastritis dengan jumlah 60 orang (61,2 %) dan paling rendah yaitu Gastritis berjumlah 38 orang (38,8 %).

#### b. Gambaran Usia Pada Responden Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
1	18 – 22	14	14.3
2	23 – 27	28	28.6
3	28 – 32	13	13.3
4	33 – 37	36	36.7
5	38 – 42	2	2.0
6	43 – 47	5	5.0
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa dari jumlah 98 responden usia yang berpartisipasi sebagian besar dalam penelitian ini yaitu 33-37 tahun berjumlah 36 responden (36,7 %), sedangkan paling rendah yaitu 38-42 tahun berjumlah 2 responden (2.0 %).

#### c. Gambaran Frekuensi Jenis Kelamin Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	33	33,7
2	Perempuan	65	66,3
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 3, bahwa dari jumlah 98 responden jenis kelamin yang berpartisipasi sebagian besar perempuan dengan jumlah 65 orang (66,3 %) dan paling rendah yaitu laki-laki 33 orang (33,7 %).

#### d. Gambaran Frekuensi Tingkat Pendidikan Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SD/Sederajat	22	22.0
2	Tamat SMP	15	15.1
3	Tamat SMA/SMK	45	45.9
4	S1/S2/Dst	17	17.0
5	Tidak Sekolah	0	0
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 4, bahwa dari jumlah 98 responden tingkat pendidikan sebagian besar Tamat SMA/SMK dengan jumlah 45 orang (45.9 %) dan paling rendah yaitu Tamat SMP 15 orang (15,1 %).

**e. Gambaran Tingkat Pekerjaan Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023**

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Makan Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Tingkat Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Petani	33	33.7
2	IRT	13	13.3
3	Swasta	27	27.6
4	Wiraswasta	15	15.3
5	Pelajar/Mahasiswa	8	8.2
6	Tidak Bekerja	2	2.0
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 5, diketahui bahwa dari jumlah 98 responden tingkat pekerjaan sebagian besar petani dengan jumlah 33 orang (33,7 %) dan paling rendah yaitu tidak bekerja 2 orang (2,0 %).

**f. Gambaran Frekuensi Makan Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023**

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Makan Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Frekuensi Makan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak teratur	62	63,3
2	Teratur	36	36,7
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 6, diperoleh gambaran bahwa dari 98 orang yang menjadi responden di Puskesmas Ujoh Bilang yang terlibat dalam penelitian ini sebagian besar Frekuensi Makan Tidak Teratur dengan jumlah 62 orang (63,3 %) dan paling rendah yaitu Teratur berjumlah 36 orang (36,7 %).

**g. Gambaran Tingkat Stress Pada Responden Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023**

Tabel 7. Distribusi Tingkat Stress Pada Responden Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase (%)
1	Stress	31	31.6
2	Normal	67	68.4
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 7, diperoleh gambaran bahwa dari 98 orang yang menjadi responden di Puskesmas Ujoh Bilang yang terlibat dalam penelitian ini sebagian besar Normal dengan jumlah 67 orang (68,4 %) dan paling rendah yaitu Stress berjumlah 31 orang (31,6 %).

**h. Gambaran Konsumsi Kopi Pada Responden Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023**

Tabel 8. Distribusi Konsumsi Kopi Pada Responden Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Konsumsi Kopi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Berlebihan	53	54.1
2	Normal	45	45.9
	Jumlah	98	100

Berdasarkan tabel 8, diperoleh gambaran bahwa dari 98 orang yang menjadi responden di Puskesmas Ujoh Bilang yang terlibat dalam penelitian ini sebagian besar Normal dengan

jumlah 62 orang (63,3 %) dan paling rendah yaitu Berlebihan Konsumsi Kopi berjumlah 36 orang (36,7 %).

**i. Gambaran Kebiasaan Merokok Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023**

Tabel 9. Distribusi Kebiasaan Merokok Pada Responden Di Puskesmas Ujoh Bilang Tahun 2023

No	Kebiasaan Merokok	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ya	37	37,8
2	Tidak	61	62,2
Jumlah		98	100

Berdasarkan tabel 9, diperoleh gambaran bahwa dari 98 orang yang menjadi responden di Puskesmas Ujoh Bilang yang terlibat dalam penelitian ini sebagian besar Tidak Merokok dengan jumlah 61 orang (62,2 %) dan paling rendah yaitu Ya Merokok berjumlah 37 orang (37,8 %).

**2. Analisis Bivariat**

**a. Hubungan frekuensi makan dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang, Kabupaten Mahakam Ulu**

Variabel tersebut menunjukkan bahwa dari 38 responden yang gastritis, berjumlah 22 responden (22.4%) dengan frekuensi makan tidak teratur dan 16 responden (16.3 %) dengan frekuensi makan teratur dan mengalami gastritis. Terkait 60 responden tidak gastritis persentase tertinggi dengan frekuensi makan tidak teratur berjumlah 40 responden (40.8%), sedangkan persentase terendah pada frekuensi makan teratur berjumlah 20 responden (20.4%). Terdapat korelasi antara frekuensi makan dengan kejadian gastritis di Pusekesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu, menurut hasil analisis statistik menggunakan uji *chi-square* yang menghasilkan *p value* :  $0,016 < \alpha: 0,01$ . Karena itu,  $H_0$  ditolak.

**b. Hubungan stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang, Kabupaten Mahakam Ulu**

Pada variabel ini 28 responden (28.6%) normal memiliki persentase gastritis tertinggi di 38 responden dan 10 responden (10.2%) dengan stress dan mengalami gastritis. Adapun 60 responden tidak gastritis dengan persentase tertinggi normal berjumlah 28 responden (28.6%) dan stress berjumlah 10 responden (10.2%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara stress dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu, dengan nilai *p value* :  $0,498 > \alpha: 0,01$  sehingga  $H_0$  Diterima.

**c. Hubungan antara konsumsi kopi dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang, Kabupaten Mahakam Ulu**

Variabel tersebut menunjukkan bahwa dari 38 responden yang gastritis, persentase tertinggi pada konsumsi kopi berlebihan berjumlah 23 responden (23.5%) dan 15 responden (15.3%) mengkonsumsi kopi dengan normal dan memiliki gastritis. Dari 60 responden tidak gastritis, konsumsi kopi normal berjumlah 30 responden (30.6%) dan mengkonsumsi kopi dengan berlebihan berjumlah 30 responden (30.6%). Dengan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* menunjukkan terdapat kolerasi antara konsumsi kopi dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu, dengan nilai *p value* :  $0,007 < \alpha: 0,01$ . Ini berarti  $H_0$  ditolak.

**d. Hubungan konsumsi rokok dengan kejadian gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang, Kabupaten Mahakam Ulu**

Pada variabel ini 38 responden yang gastritis, 20 responden (20.4%) dengan persentase tertinggi konsumsi rokok dan responden tidak merokok berjumlah 18 responden (18.4). terkait 60 responden tidak gastritis persentase terbesar pada tidak merokok berjumlah 43 responden (43.9%) dan responden yang merokok berjumlah 17 responden (17.3%). Menurut

hasil analisis statistik menggunakan uji *chi-square* yang menghasilkan *p value* :  $0,328 > \alpha$  : 0,01 sehingga  $H_0$  diterima.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian dan pembahasan variabel-variabel yang terkait dengan kejadian Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023.
2. Tidak terdapat hubungan antara stress dengan kejadian Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023.
3. Tidak terdapat hubungan antara konsumsi rokok dengan kejadian Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023.
4. Terdapat hubungan antara konsumsi kopi dengan kejadian Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang Kabupaten Mahakam Ulu Tahun 2023.

## Saran

Berikut rekomendasi yang dapat dibuat berdasarkan temuan tentang penyebab terjadinya Gastritis di Puskesmas Ujoh Bilang :

1. Kepada masyarakat untuk tetap menjaga kesehatan demi mencegah penyakit gastritis dengan memperhatikan frekuensi makan yang baik sehingga dapat mengurangi angka kejadian gastritis.
2. Kepada masyarakat terutama penderita gastritis maupun bukan penderita gastritis sebaiknya mengurangi konsumsi kopi secara berlebihan atau minuman dan makanan yang mengandung kafein yang dapat mempercepat proses terbentuknya asam lambung.
3. Perlunya melakukan penyuluhan kepada masyarakat tentang kejadian gastritis sehingga dapat mencegah kejadian gastritis dan dapat menerapkan pola hidup yang sehat.

Disarankan peneliti masa depan menggunakan desain dan metodologi lain untuk melihat sampel yang lebih besar dan variabel lain yang belum pernah dilihat sebelumnya agar penelitian ini dapat maju.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Provinsi Samarinda. (2021). 10 Angka Kejadian Penyakit Terbesar Di Provinsi Kalimantan Timur.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Mahakam Ulu (P2p). 2021. Data Gastritis Kabupaten Mahakam Ulu.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Mahakam Ulu (P2p). 2022. Data Gastritis Kabupaten Mahakam Ulu.
- Febriana, D., Purba, C. V. G., Priwahyuni, Y., Susanti, N., & Rayid, Z. (2022). Faktor Risiko Kejadian Gastritis Pada Pasien Di Upt Puskesmas Sungai Salak Kecamatan Tempuling Kabupaten Indragiri Hilir: Risk Factors Of Gastritis In Patients At Upt Health Center Sungai Salak, Tempuling District, Indragiri Hilir. *Media kesmas (public health media)*, 2(1), 255-270.
- Ginting, F. F. (2021). Skripsi Literature Review: Hubungan Pengetahuan Terhadap Perilaku Pencegahan Gastritis.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Laporan Riskesdas Provinsi Kalimantan Timur 2021.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Laporan Riskesdas Provinsi Kalimantan Timur 2022.
- Mandala, M. S., Inandha, L. V., & Hanifah, I. R. (2022). Hubungan Tingkat Pendapatan dan Pendidikan dengan Perilaku Masyarakat Melakukan Swamedikasi Gastritis di Kelurahan Nunleu Kota Kupang: Relationship of Income and Education Level with the Decision of the Community to Self-Medicare Gastritis in Nunleu Village Kupang City. *Jurnal Sains dan Kesehatan (J. Sains Kes.)*, 4(1), 62-70.
- Musrah, A., & Hanifah, R. (2022). Hubungan Frekuensi Makan, Konsumsi Kopi Dan Stres Terhadap Gejala Gastritis di Wilayah Kerja RT. 21 Kelurahan Sungai Kapih Kecamatan Sambutan Kota Samarinda Tahun 2021. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 85-94
- Purbaningsih, E. S. (2020). Analisis Faktor Gaya Hidup Yang Berhubungan Dengan Risiko Kejadian

- Gastritis Berulang. *Syntax Idea*, 2.
- Rahmawati, D. R., & Artistin, A. R. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Kekambuhan Gastritis. *Jurnal Kesehatan*, 14.
- Suwindri, S., Tiranda, Y., & Ningrum, W. A. C. (2021). Faktor Penyebab Gastritis di Indonesia: Literatur Review. *JKN: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 209-223.