

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastritis yaitu gangguan yang menyerang saluran pencernaan manusia disebabkan karena mukosa lambung yang mengalami peradangan, sehingga mukosa lambung membengkak hingga epitel mukosa terlepas. Epitel yang terlepas tersebut akan merangsang terjadinya proses inflamasi pada lambung (Fajriyah & Dermawan, 2022). Gastritis biasanya disebut dengan maag dan dianggap remeh oleh kebanyakan masyarakat sehingga sering diabaikan. Tanda dan gejala yang sering dialami penderita gastritis sehingga dapat mengganggu aktifitas sehari-hari yaitu mual, muntah, perut terasa kembung, lambung terasa nyeri, lemas, nyeri ulu hati, nafsu makan menurun, demam, pusing, sering sendawa dan terjadi pendarahan disaluran cerna (Maharani et al., 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kejadian gastritis tertinggi yaitu Amerika mencapai 47% selanjutnya India dengan presentase 43%, lalu Kanda mencapai 35%, China mencapai 31%, Perancis mencapai 29,5%, Inggris mencapai 22%, dan Jepang mencapai 14,5%. Sedangkan angka kejadian gastritis di Indonesia cukup tinggi dengan 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk (Ilham, (Muhammad Ishak et al., 2019). Salah satu penyakit didalam 10 penyakit terbanyak yang terjadi di Indonesia pada pasien rawat inap di rumah sakit yaitu gastritis. (Uwa et al., 2019). Presentase kasus gastritis Indonesia yaitu, Medan mencapai 91,6%, Jakarta sebesar 50%, Denpasar sebesar 46%, Palembang sebesar 35,5%, Bandung sebesar 32%, 31,7% dan Surabaya sebesar 31,2%. Data Depkes RI, Prevalensi gastritis di Jawa Timur pada tahun 2019 mencapai 44,5% sebesar 58.116 kejadian (Nur Afida, 2023). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada tahun 2022 penderita gastritis di Kecamatan jember dengan angka kejadian gastritis tertinggi adalah Puskesmas Jenggawah sebesar 975 orang penderita gastritis.

Gastritis dapat menyerang semua orang tetapi berdasarkan survei bahwa gastritis banyak menyerang usia produktif (Imayani et al., 2019). Usia produktif berkisar antara 15-45 tahun. Usia produktif rentan terkena gastritis karena memiliki tekanan pekerjaan yang berlebih (Kurdaningsih & Firmansyah, 2021). Kesibukan, gaya hidup tidak sehat serta tingkat stress tinggi sering kali menyerang usia produktif sehingga faktor tersebut dapat mempengaruhi kejadian gastritis. Penyakit gastritis juga dapat dipengaruhi oleh pola makan buruk seperti frekuensi makan yang kurang tepat, konsumsi alkohol, merokok, konsumsi lemak, konsumsi kafein, konsumsi obat penghilang nyeri, dan stress (Rantung et al., 2019).

Frekuensi makan merupakan kebutuhan tubuh yang harus dipenuhi setiap harinya sesuai jadwal makan yaitu makan 3 kali makan utama dan 2 kali makan selingan. Jika makan dengan frekuensi 2 kali makan utama atau kurang dan 1 kali makan selingan merupakan frekuensi makan kurang (Juliani et al., 2018). Frekuensi makan seperti melewati waktu makan, jarang sarapan, dan tidak makan akan membuat lambung mengalami kekosongan dan jika dibiarkan terus menerus asam lambung akan meningkat sehingga dinding mukosa lambung menjadi iritasi dan menjadi tukak peptik. Kejadian diatas menyebabkan mual dan rasa perih pada lambung. Sehingga dapat naik ke kerongkongan menyebabkan rasa panas dan terbakar (Uwa et al., 2019). Penelitian (Juliani et al., 2018) menyatakan bahwa frekuensi makan sangat berpengaruh terhadap terjadinya gastritis. Hal tersebut disebabkan responden makan tidak tepat waktu, menunda makan ketika lapar. Lambung yang sulit beradaptasi dan naiknya asam lambung sehingga akan mengiritasi dinding mukosa lambung merupakan penyebab dari frekuensi makan yang tidak teratur (Juliani et al., 2018).

Selain frekuensi makan, konsumsi minuman berkafein yang berlebih juga dapat mengakibatkan peningkatan gastritis. Kafein merupakan salah satu senyawa yang terkandung pada minuman seperti kopi dan teh yang dikenal masyarakat di seluruh dunia khususnya masyarakat Indonesia. Kafein bisa menyebabkan produksi asam lambung menjadi naik. Sehingga jika asam

lambung naik akan menyebabkan gastritis. Kopi dan teh mudah didapatkan di era modern ini dengan berbagai inovasi dan banyak penjual yang menjual seduhan aneka macam kopi dan teh yaitu warung kopi, café, resto, ruko samping jalan sehingga tidak heran jika masyarakat banyak yang mengkonsumsi kafein terutama pada kopi dan teh (Ilham, Muhammad Ishak et al., 2019). Kopi dapat meningkatkan debar jantung dan tekanan darah naik karena kopi mengandung kafein. 2-3 cangkir kopi mengandung 150 mg kafein. Konsumsi kopi lebih dari 3 kali dalam sehari atau lebih dapat meningkatkan asam lambung di dalam tubuh (Amaluddin & Malik, 2018). Berdasarkan penelitian Ardila et al., (2022) menyatakan bahwa ada hubungan antara konsumsi kopi dengan keluhan gastritis pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Angkatan 2019 dan 2022 (Ardila et al., 2022). Sedangkan konsumsi teh lebih dari 2 cangkir per hari beresiko terhadap kesehatan. Satu cangkir teh mengandung 24-45 mg kafein. Dibandingkan dengan kopi, kandungan kafein dalam teh lebih rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Lusiana & Suprayitno, (2020) menyatakan hasil penelitian konsumsi teh 0,000 yang berarti $< \alpha 0,05$, sehingga terdapat hubungan antara konsumsi teh dengan kejadian gastritis (Lusiana & Suprayitno, 2020).

Kejadian gastritis jika biarkan terus menerus akan mempengaruhi kesehatan lainnya seperti rusaknya fungsi lambung, dapat terkena kanker lambung hingga menyebabkan kematian. Dampak dari penyakit gastritis berpengaruh terhadap status gizi orang tersebut seperti status gizi kurang, gizi baik (normal) dan gizi lebih. Kekurangan zat gizi dapat menimbulkan penyakit berupa penyakit defisiensi. (Shalahuddin, 2018). Pada penelitian Yuni Sara et al., (2021) didapatkan bahwa gangguan lambung banyak menyerang subjek yang status gizinya tidak normal, salah satunya yaitu perubahan status gizi kurang maupun berlebih. Status gizi kurang sering kali mengalami defisiensi zat gizi dan makan tidak teratur sehingga asam lambung meningkat, yang ditandai dengan gejala sering bersendawa, nyeri ulu hati, dan terasa mual (Yuni Sara et al., 2021). Sedangkan pada status gizi berlebih,

terjadi peningkatan tekanan pada abdomen yang dapat menyebabkan relaksasi sfingter esofagus bagian bawah dan berakibat refluks asam lambung (Emerenziani et al., 2021).

Gastritis dapat mempersulit hidup seseorang, tetapi sering kali dianggap remeh atau biasa saja. Berdasarkan latar belakang diatas mengenai beberapa faktor kejadian gastritis seperti frekuensi makan dan minuman tinggi kafein sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Frekuensi Makan, Konsumsi Kopi dan Teh Pada Kejadian Gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan frekuensi makan, konsumsi kopi dan teh dengan kejadian gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan frekuensi makan, konsumsi kopi dan teh dengan kejadian gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi frekuensi makan penderita gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember.
- b. Mengidentifikasi konsumsi kopi penderita gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember.
- c. Mengidentifikasi konsumsi teh penderita gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember.
- d. Menganalisis adanya hubungan frekuensi makan dengan kejadian gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember.
- e. Menganalisis adanya hubungan konsumsi kopi dengan kejadian gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember.
- f. Menganalisis adanya hubungan konsumsi teh dengan kejadian gastritis di Puskesmas Jenggawah Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Sebagai bahan pengetahuan untuk mengetahui hubungan antara frekuensi makan, konsumsi kopi dan teh pada kejadian gastritis dan sebagai bahan atau referensi untuk menambah data bahan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Bagi Politeknik Negeri Jember

Sebagai bahan referensi pendidikan yang berkaitan dengan hubungan antara frekuensi makan, konsumsi kopi dan teh pada kejadian gastritis serta untuk meningkatkan pengetahuan bagi proses pendidikan di masa mendatang pada program studi gizi klinik politeknik negeri jember

1.4.3 Bagi Puskesmas

Menambah informasi dan sebagai bahan edukasi tentang hubungan antara frekuensi makan, konsumsi kopi dan teh pada kejadian gastritis