

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan mahasiswa merupakan suatu hal yang semakin menonjol pada saat ini, kecenderungan terjadi peningkatan yang sangat cepat dari perubahan pola makan. Hal ini disebabkan oleh kesibukan kuliah dengan jadwal kegiatan di luar kuliah yang padat, takut menjadi gemuk dan pola makan yang tidak teratur, gaya hidup yang salah dan menyebabkan stres yang berlebihan dan keterbatasan waktu makan. Jika hal tersebut berlangsung lebih lama dan terus menerus dapat berpengaruh terhadap kebiasaan pola makan setiap harinya, sehingga dapat menyebabkan gangguan pencernaan, seperti gastritis. Pola makan adalah cara atau informasi yang berisi tentang gambaran seseorang dalam memilih dan mengonsumsi jenis makanan setiap harinya pola makan dibagi menjadi 3 bagian yaitu frekuensi makan, jenis makanan dan porsi makan.

Gastritis bisa disebabkan oleh pola makan yang salah, bila frekuensi makan seseorang setiap harinya 2 kali makanan utama atau kurang maka hal ini dinilai kurang baik bagi tubuh. Jenis makanan yang di konsumsi juga berpengaruh pada lambung, remaja biasanya sering mengonsumsi makanan yang kurang bergizi dan makan-makanan siap saji, sehingga kebutuhan energi dan gizi tubuh tidak terpenuhi dengan sempurna. Porsi makan juga harus seimbang, ketika remaja lebih banyak mengonsumsi satu bahan makanan saja sehingga kebutuhan bahan

makanan yang lain tidak terpenuhi maka gizi yang di perlukan tubuh tidak seimbang (Hudha,dalam Pratiwi, 2013).

*World Health Organization* (WHO) mengadakan tinjauan terhadap beberapa Negara di dunia dan mendapatkan hasil presentase dari angka kejadian gastritis di dunia diantaranya Canada 35%, China 31%, dan Perancis 29,5%, Inggris 22%, Jepang 14,5%. Di dunia kejadian gastritis dari jumlah penduduk sekitar 1,8-2,1 juta penduduk mengalami penyakit gastritis setiap tahunnya. Kejadian gastritis di Asia tenggara sekitar 583.635 dari penduduk mengalami penyakit gastritis setiap tahunnya (Mawey,2014).

Penderita penyakit gastritis di Indonesia menurut WHO 40,8%. Angka kejadian penyakit gastritis yang terdapat pada beberapa wilayah di Indonesia cukup tinggi mencapai dengan 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Berdasarkan data tahunan dari rumah sakit tahun 2012, jumlah pasien rawat jalan dengan kasus gastritis pada rumah sakit tipe B berada pada peringkat 7 terbanyak dengan jumlah 21.477 kasus gastritis pada rumah tipe C kasus gastritis ada pada peringkat 4 dengan jumlah 9.161 kasus, sedangkan pada rumah sakit tipe D kasus gastritis ada pada pasien inap pada rumah sakit tipe C jumlah kasus gastritis ada pada tingkat 9 dengan jumlah 3.305 kasus gastritis dan dirumah sakit tipe D berada pada peringkat ke 7 dengan jumlah 172 kasus gastritis (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2012).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan didapatkan saat wawancara di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Wiraraja, dari 10 mahasiswa ada 7 mahasiswa yang mengatakan sering telat makan dan sibuk dengan tugas kuliah mengalami ketidak teraturan pola makan, seperti makan-makanan yang asam atau kecut dan kehilangan nafsu makan, dan sering mengkonsumsi makanan yang pedas-pedas sehingga menimbulkan rasa pusing dan mual, muncul nyeri di bagian uluh hati, ada 3 mahasiswa mengatakan bahwa dirinya tidak mengalami gejala apapun.

Penyakit gastritis dapat mengganggu status gizi seseorang. Keadaan gizi meliputi gizi kurang, gizi baik, gizi lebih dan normal. Kurangnya salah satu zat gizi pada seseorang akan mengakibatkan munculnya penyakit seperti penyakit defisiensi. Apabila seseorang kekurangan gizi, hal tersebut akan menyebabkan gangguan yang sifatnya ringan atau menurunnya prestasi kerja dan prestasi belajar, selain menurunnya ketahanan tubuh terhadap infeksi sehingga mudah untuk terserang penyakit.

Pola makan yang tidak benar dan tidak teratur dapat mengakibatkan lambung lebih sensitif, karna produksi asam lambung yang peningkatan dapat menimbulkan adanya gesekan pada dinding lambung dan usus halus sehingga menimbulkan rasa nyeri pada epigastrium. Terjadinya gesekan pada lambung akan lebih parah apabila lambung dalam keadaan kosong akibat telah makan ataupun makan yang tidak tepat waktu, dan pada akhirnya dapat menyebabkan pengikisan pada dinding lambung serta pendarahan pada saluran pencernaan

bagian atas yang berupa hematemesis dan melena yang di sertai dengan *shock hemoragic* (Ardiansyah, 2012).

Pencegahan penyakit gastritis dilakukan dengan cara mengatur pola makan yang baik setiap harinya yang meliputi frekuensi makan baiknya 3x hari yaitu pagi, siang dan sore atau malam, serta 2 kali makanan selingan di antara waktu makan utama. Jenis makanan yang baik untuk di konsumsi terdiri dari makanan pokok seperti beras dan umbi-umbian, sayuran, buah-buahan, lauk dan pauk serta minuman susu. Porsi makan yang seimbang untuk remaja sekitar 3-5 piring nasi setiap harinya, protein sebanyak 100 gram yang terdiri dari lauk nabati atau lauk hewani, sayur sebanyak 1.5-2 mangkok seharinya dan buah-buahan 2-3 potong setiap harinya (Sulistyoningsi, 2011).

Berdasarkan wawancara dan presentase mahasiswa yang menderita penyakit gastritis di Universitas Wiraraja Sumenep Fakultas Ilmu kesehatan program studi keperawatan khususnya semestrer 8 maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “ Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa Kesehatan Di Universitas Wiraraja Sumenep” Kajian tersebut diharapkan menjadi salah satu upaya untuk mencegah dan mengurangi tingkat kejadian penyakit gastritis pada mahasiswa semester 8 Program studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Wiraraja Sumnep.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian untuk melaksanakan penelitian dengan judul “hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gastritis pada mahasiswa kesehatan di Universitas Wiraraja Sumenep”

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gastritis pada mahasiswa semester 8 Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Wiraraja Sumenep

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola makan mahasiswa semester 8 Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Wiraraja Sumenep
2. Mengidentifikasi kejadian gastritis pada mahasiswa semester 8 Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Wiraraja Sumenep
3. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gastritis pada mahasiswa semester 8 Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Wiraraja Sumenep

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1. Bagi Peneliti

Memberikan kesempatan untuk mengetahui kondisi nyata di lapangan tentang penerapan teori yang diperoleh di bangku kuliah. Membuka wawasan dan alam pikir untuk berfikir secara ilmiah baik melalui kajian empiris maupun pragmatis.

### 2. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan mahasiswa keperawatan mengenai hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada mahasiswa.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan terhadap gastritis dan menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya

