

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesadaran masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan terbilang masih kurang, kebanyakan masyarakat beranggapan bahwa kesehatan tidak penting mereka menyadari pentingnya sehat setelah sakit. Padahal jika seperti itu akan merugikan diri sendiri, karena menjaga kesehatan jauh lebih murah daripada nanti terlanjur sakit. Salah satu kesehatan yang penting untuk dijaga adalah kesehatan lambung yang disebabkan oleh gastritis atau maag. Padahal gastritis sangat mengganggu aktivitas sehari-hari, baik bagi remaja maupun orang dewasa. Penyakit gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh masyarakat. Gastritis adalah peradangan pada lapisan dalam (mukosa) dari lambung. Kondisi ini dapat menyebabkan gejala seperti nyeri perut, mual, muntah, dan tidak nafsu makan (Mulat, 2016). Berbagai faktor dapat menyebabkan terjadinya gastritis, di antaranya adalah pola makan yang tidak sehat.

Menurut Rahmawati (2010), bahwa gastritis biasanya disebabkan karena pola makan yang kurang tepat, dan dalam frekuensi maupun waktu yang tidak teratur sehingga faktor isi dan jenis yang iritatif mengakibatkan lambung menjadi sensitif ketika asam lambung meningkat. Secara umum pola makan terkait dengan metabolisme tubuh, ada jam-jam makan yang sebaiknya dipatuhi. Bila makan secara teratur, maka asam lambung akan mencerna makanan dengan baik, tetapi bila tidak ada makanan, maka asam lambung yang seharusnya berfungsi untuk mencerna makanan akan merusak dinding

lambung, yang akan berakibat pada peradangan pada lambung. Derajat peradangan gastritis bervariasi dari yang paling rendah sampai yang parah. Sekecil apapun gastritis jika kambuh bisa menimbulkan permasalahan bagi karyawan apalagi jika sampai berat bisa menyebabkan produktivitas karyawan terganggu. Selain itu, pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan pedas, berlemak, dan makanan berat lainnya juga dapat memicu terjadinya kekambuhan gastritis (Uwa et al., 2019).

Pada lingkungan kerja, pegawai sering menghadapi berbagai tekanan dan tuntutan pekerjaan yang menyebabkan pola makan menjadi terganggu baik jadwal makan yang tidak sesuai dimana seharusnya pekerja sudah waktunya makan menjadi tertunda. Pekerja apabila makan juga tidak memperhatikan jenis makan apakah makanan tersebut seperti mempunyai rasa pedas, asam yang diduga dapat meningkatkan asam lambung, serta jumlah porsi yang tidak sesuai. Pekerja sering mengonsumsi dalam jumlah yang kurang untuk ukuran orang dewasa. Hal ini dapat menurunkan kesehatan fisik dan mental pegawai, termasuk meningkatkan risiko terjadinya gastritis (Kuswoko, 2022). Selain itu, pegawai yang memiliki pola makan yang tidak sehat, seperti sering melewatkan jam makan, konsumsi makanan cepat saji, dan kurang mengonsumsi sayur dan buah, juga dapat meningkatkan risiko terjadinya gastritis (Pranata et al., 2024).

Prevalensi gastritis di kalangan masyarakat cukup tinggi, terutama di negara-negara dengan pola makan dan gaya hidup yang kurang sehat. Berdasarkan data dari WHO, sebanyak 1,8 – 2,1 Juta penduduk mengalami gejala gastritis tiap tahunnya (Suwindri et al., 2021). Menurut data dari

Kementerian Kesehatan, sekitar 40,8% penduduk di Indonesia pernah mengalami gejala gastritis dalam setahun terakhir (Jusuf et al., 2022). Di Provinsi Jawa Timur, prevalensi gastritis mencapai 31,2% dengan 30.154 kejadian (Sepdianto et al., 2022). Kabupaten Magetan, merupakan salah satu wilayah dengan prevalensi gastritis yang cukup tinggi. Pada tahun 2023, Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan mencatat bahwa sekitar 30% penduduk Kabupaten Magetan mengalami penyakit gastritis (Dinas Kesehatan Magetan, 2023). Hal ini dapat berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup pegawai.

Penyebab utama gastritis adalah infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, pola makan yang tidak sehat, serta stres. Infeksi bakteri *Helicobacter pylori* dapat menyebabkan iritasi dan peradangan pada lapisan mukosa lambung, sehingga menimbulkan gejala gastritis. Selain itu, konsumsi makanan pedas, asam, atau berlemak secara berlebihan juga dapat memicu terjadinya gastritis (Said et al., 2024).

Dampak yang timbul akibat gastritis antara lain nyeri perut, mual, muntah, dan rasa tidak nyaman pada lambung. Penyakit ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan produktivitas kerja, terutama pada pegawai. Selain itu, gastritis juga dapat menyebabkan komplikasi yang lebih serius, seperti ulkus lambung, perdarahan saluran cerna, hingga kanker lambung jika tidak ditangani dengan tepat (Said et al., 2024).

Upaya pencegahan dan penanganan gastritis dapat dilakukan melalui perbaikan pola makan, manajemen stres, serta pengobatan yang tepat. Edukasi mengenai gaya hidup sehat, seperti konsumsi makanan yang kaya serat, menghindari makanan pedas dan asam, serta manajemen stres, diharapkan

dapat menurunkan angka kekambuhan penyakit gastritis (Al Ihsani et al., 2023). Selain itu, penggunaan obat-obatan antasida, proton pump inhibitor, dan antibiotik untuk mengatasi infeksi *Helicobacter pylori* juga menjadi salah satu solusi dalam penanganan gastritis. Upaya-upaya tersebut perlu didukung oleh komitmen dan partisipasi aktif dari pegawai dalam menjaga kesehatan mereka (Simbolon & Modjo, 2023). Sebagaimana Rasulullah SAW juga bersabda, "Sebaik-baik harta adalah kesehatan" (HR. Bukhari). Menjaga kesehatan tubuh merupakan salah satu kewajiban yang harus dilaksanakan. Al-Qur'an menyatakan bahwa Allah SWT menciptakan manusia dalam bentuk yang terbaik (QS. At-Tin: 4) dan memerintahkan manusia untuk menjaga kesehatan (QS. Al-Baqarah: 172). Dengan demikian, upaya untuk mengatasi permasalahan kesehatan, seperti gastritis, melalui perbaikan gaya hidup dan manajemen stres sejalan dengan ajaran Islam. Dalam Islam, umat Muslim diwajibkan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan diri, termasuk memperhatikan pola makan yang sehat dan menjaga keseimbangan antara aktivitas dan istirahat (QS. Al-A'raf: 31). Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bermanfaat secara medis, tetapi juga selaras dengan nilai-nilai Islam yang mengutamakan kesehatan dan kesejahteraan umat manusia.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 11 Juli 2024 di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan. Setelah dilakukan wawancara dengan Pimpinan Pabrik, diperoleh data kesehatan bahwa beberapa pegawai dibagian giling memiliki riwayat penyakit gastritis. Pada wawancara tersebut diketahui bahwa jumlah pegawai dibagian giling sebanyak 29 orang, yang terdiri dari perempuan 29 orang. Sedangkan hasil wawancara dengan 5

orang pegawai verpack, 5 orang mengatakan memiliki riwayat penyakit gastritis karena disebabkan pekerjaan yang dituntut harus menyelesaikan sesuai target yang diberikan dimana bagian giling dan verpack merupakan bagian dari proses produksi pembuatan rokok sehingga tidak teratur dalam pola makan serta adanya pekerjaan yang harus diselesaikan sehingga menyebabkan adanya tekanan pekerjaan. Faktor lain adalah terganggunya pola makan. pola makan menjadi terganggu baik jadwal makan yang tidak sesuai dimana seharusnya pekerja sudah waktunya makan menjadi tertunda. Pekerja apabila makan juga tidak memperhatikan jenis makan apakah makanan tersebut seperti mempunyai rasa pedas, asam yang diduga dapat meningkatkan asam lambung, serta jumlah porsi yang tidak sesuai. Pekerja sering mengonsumsi dalam jumlah yang kurang untuk ukuran orang dewasa. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut hubungan stres beban kerja terhadap kekambuhan penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pola makan pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan?
2. Bagaimana kejadian penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan?
3. Apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap kejadian penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pola makan pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan.
2. Mengidentifikasi kejadian penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan.
3. Menganalisis hubungan antara pola makan dengan kejadian penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Pengembangan ilmu keperawatan
Penelitian ini akan memperkaya literatur dalam bidang keperawatan khususnya mengenai manajemen pasien dengan kondisi komorbid seperti pola makan dengan kejadian penyakit gastritis. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan teori dan praktik keperawatan yang lebih holistik dan terpadu.

2. Peningkatan pemahaman klinis

Hasil penelitian ini akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana pola makan dengan kejadian penyakit gastritis pada pegawai di PT. Padepokan Pendekar Hananjaya Kabupaten Magetan. Pengetahuan ini penting bagi tenaga medis dalam melakukan diagnosis yang lebih akurat dan merancang rencana perawatan yang lebih efektif.

3. Bagi penulis

Mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama di bangku pendidikan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa keperawatan, untuk memperdalam pemahaman mereka tentang interaksi antara kondisi medis dan kualitas hidup pasien. Dengan memahami hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gastritis, mahasiswa dapat mengaplikasikan pengetahuan ini dalam praktik klinis mereka, meningkatkan keterampilan diagnosa dan intervensi yang lebih komprehensif.

2. Bagi tenaga kesehatan

Bagi tenaga kesehatan, temuan dari penelitian ini menyediakan informasi yang berharga untuk meningkatkan kualitas perawatan pasien. Pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana hubungan pola makan dengan kejadian penyakit gastritis akan

memungkinkan dokter, perawat, dan profesional kesehatan lainnya untuk merancang strategi manajemen yang lebih efektif dan personal. Intervensi yang berbasis bukti dari penelitian ini dapat diintegrasikan ke dalam praktek klinis sehari-hari, membantu pasien mengelola kedua kondisi tersebut secara lebih efisien.

3. Bagi instansi pendidikan

Bagi institusi pendidikan, penelitian ini akan menambah reputasi kampus sebagai lembaga yang aktif dalam melakukan penelitian yang relevan dan bermanfaat. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai materi ajar tambahan yang memperkaya kurikulum, serta memberikan kesempatan bagi kampus untuk menjalin kerja sama dengan fasilitas kesehatan dalam penelitian lebih lanjut. Selain itu, penelitian ini dapat mendorong budaya penelitian di kalangan mahasiswa dan dosen.

4. Bagi masyarakat

Bagi masyarakat umum, khususnya mereka yang menderita gastritis, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya pengelolaan kondisi tersebut. Informasi yang disebarluaskan dari hasil penelitian dapat membantu individu mengenali gejala dan mencari bantuan medis yang tepat. Edukasi tentang manajemen stres, pola makan sehat, dan kebersihan tidur yang didasarkan pada temuan penelitian ini dapat diimplementasikan oleh masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

1.5 Keaslian Tulisan

Tabel 1.1 Keaslian Tulisan

No.	Nama (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Sumbara, Yuli ismawati, tahun 2020	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis “di Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk”	Jenis penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional	Diperoleh data bahwa 18 orang yang memiliki pola makan teratur 13 orang, 19,4 % menderita gastritis dan yang bukan gastritis sebanyak 18. Dan yang memilih pola makan tidak teratur, yang menderita gastritis sebanyak 34 orang 50% yang bukan gastritis sebanyak 4 orang 5%	Menggunakan metode peneliti kuantitatif	1. Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis di mts kalibangkang 2. Jumlah responden
2.	Syamsudwi wahyuni, Rumpiati, dan Rista eko muji lestariningsih, Tahun 2017	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja “di Stikes Buana Husaa Ponorogo”.	Jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain korelasional dengan pendekatan cross sectional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan sangat berpengaruh terhadap kejadian gastritis. Pada hasil terlihat bahwa responden yang mempunyai pola makan kurang baik hampir seluruhnya 96% terjadi gastritis.	Sama-sama meneliti variabel pola makan dan kejadian gastritis	Populasi penelitian
3.	Delfira sri futruani, Feva triiyawati, Devia maulana putri, tahun 2018	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat 2 “Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abi Nusantara Jakarta”.	Jenis penelitian kuantitatif korelasional	Hasil penelitian menunjukan responden yang tidak mengalami gastritis 29 orang 44,6% responden yang mengalami gastritis 36 orang 55,4%	1. Mengkaji hubungan antara pola makan dan kejadian gastritis 2. Menggunakan pendekatan cross-sectional.	1. Subjek penelitian 2. Lokasi penelitian

No.	Nama (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
4.	Ilyas permana 2017	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat 1 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abi Nusantara Jakarta Tahun 2017	Penelitian ini menggunakan metode Jenis penelitian survey analisis dengan pendekatan cross sectional	Hasil penelitian didapatkan 34 responden yang memiliki pola makan baik dengan [resentase 43,3 dan 26 responden yang pola makan buruk dengan hasil prosentase 56,7 dan gastritis dari 60 responden yang diteliti terdapat 29 responden yang tidak mengalami gastritis dengan prosentase 48,3% dan 31 responden yang gastritis dengan prosentse 51,7 %	1. Menggunakan pendekatan cross sectional	1. Subjek penelitian 2. Lokasi penelitian
5.	Nia Rahma wati (2010)	Hubungan Antara Karakteristik Responden, Stres Psikologis, Perilaku Makan Dan Minum Dengan Kekambuhan Penyakit Gastritis Di Puskesmas Kecamatan Lamongan Tahun 2010	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan cross-sectional.	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan sikap makan dan minum dengan kekambuhan gastritis.	1. Responden penderita gastritis 2. Meneliti gastritis,perilaku makan dan minum.	1. Populasi 2. Lokasi