

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastritis yaitu adanya peradangan pada lapisan dinding lambung. Salah satu tanda adanya gastritis yaitu merasakan nyeri pada bagian ulu hati. Saat ini banyak ditemui masyarakat cenderung lebih menyukai makanan pedas dan instan tanpa memperhitungkan dampaknya terhadap kesehatan lambung. Fenomena ini menjadi perhatian penting di kalangan masyarakat yang memiliki pola makan tidak sehat. Peningkatan kasus gastritis seringkali terkait dengan faktor-faktor seperti konsumsi makanan pedas, stres, dan pola hidup yang tidak teratur (Bela et al., 2022). Penelitian oleh Diliyana dan Utami menemukan bahwa kebiasaan makan yang kurang sehat, seperti sering makan makanan tinggi lemak dan rasa pedas berlebihan, ditambah dengan kebiasaan diet yang kurang sehat berhubungan erat dengan peningkatan kejadian gastritis pada remaja di berbagai pusat kesehatan (Diliyana & Utami, 2020). Meskipun makanan di Pondok Pesantren sudah terfasilitasi dengan baik, terdapat santriwati yang tetap memilih untuk mengonsumsi makanan pedas yang mereka beli di kantin atau dibawa oleh orang tua dari rumah. Kebiasaan ini menunjukkan adanya preferensi pribadi terhadap makanan pedas meskipun fasilitas makanan di pesantren sudah tersedia,

Menurut penelitian Laily (2023), asupan makanan tidak seimbang, terutama pada makanan pedas, merupakan faktor yang signifikan dalam peningkatan gejala gastritis pada remaja di Puskesmas Wonokromo Surabaya. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan diet yang

tidak tepat berdampak langsung terhadap timbulnya gejala seperti rasa nyeri pada lambung dan ketidaknyamanan lainnya. Gejala gastritis juga dipengaruhi oleh kebiasaan konsumsi yang tinggi terhadap makanan berlemak dan minuman berkafein yang dapat memicu peradangan lambung (Laily, 2023).

Menurut data di *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 pada beberapa negara serta hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, mendapatkan bahwa jumlah penderita gastritis di Negara Jepang 6,8%, Kolumbia 54%, Amerika Serikat 35,2%, Meksiko 80,4% dan Bulgaria 8% (WHO, 2021). Menurut data WHO pada tahun 2019 angka prevalensi kejadian gastritis di Indonesia mencapai 40,8% (Jusuf, Herlina, 2022). Jumlah kasus penyakit gastritis di sejumlah wilayah di Indonesia termasuk cukup tinggi, dengan prevalensi mencapai 274.396 kasus dari total penduduk sebanyak 238.452.952 jiwa. Di wilayah Jawa Timur, prevalensi gastritis mencapai 31,2%, dengan jumlah kasus sebanyak 30.154. (Andari dalam Mustakim & Rimbawati, (2021). Data yang tercatat di Pondok Pesantren Al Iman Putri menunjukkan bahwa pada tahun 2024, terdapat 13% santri yang mengalami gastritis, beberapa di antara mereka mengalami kambuh secara berkala. Dan terdapat 75% santri yang menyukai konsumsi makanan pedas.

Gastritis merupakan kondisi yang dapat dipicu oleh berbagai faktor, terutama pola makan yang tidak sehat. Konsumsi makanan berlemak seperti santan, makanan pedas, asam, makanan instan, serta minuman bersoda dapat memicu peningkatan kadar asam lambung serta menyebabkan iritasi

pada lapisan mukosa lambung (Yunanda et al., 2023). Pola konsumsi makanan pedas merupakan aspek penting yang utama dan perlu diperhatikan dalam kaitannya dengan peningkatan gejala gastritis, terutama karena kandungan capsaicin yang terdapat dalam cabai dapat memicu iritasi pada dinding lambung. Menurut Xiang Q (2021) Capsaicin ketika dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan, menyebabkan produksi asam lambung meningkat yang berpotensi memperburuk kondisi peradangan lambung. Tidak hanya itu, sensasi panas yang ditimbulkan dapat mengganggu mekanisme perlindungan alami lambung terhadap asam, sehingga memperbesar kemungkinan terjadinya luka atau inflamasi. Makanan yang kaya rempah seperti lada dan cuka dapat menyebabkan gejala yang dapat memicu gastritis. Konsumsi makanan pedas dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung, sehingga semakin sering mengonsumsi makanan berbumbu dan pedas, maka semakin besar kemungkinan terjadinya gastritis (Price dalam Rahmawati, 2018).

Gastritis merupakan salah satu kondisi atau penyakit yang umum dijumpai di klinik atau ruang perawatan. Penderita gastritis akan mengalami mual, muntah, sakit perut, nyeri pada ulu hati, diare, kehilangan nafsu makan yang dapat menyebabkan penurunan berat badan dan kembung pada perut (Swardin, dalam Azmi & Alnur, 2024). Meskipun bukan merupakan penyakit menular, gastritis sering kali dianggap sebagai penyakit ringan, jika gastritis berlanjut dalam jangka waktu lama dapat membahayakan fungsi lambung dan meningkatkan risiko terjadinya kanker lambung, bahkan berpotensi mengancam jiwa (Yunanda et al., 2023). Oleh karena itu,

dapat mengupayakan pengelolaan pola konsumsi dengan mengurangi asupan makanan pedas menjadi bagian penting dalam upaya pencegahan dan pengelolaan gejala gastritis. Sebagai contoh dengan melakukan edukasi tentang efek jangka panjang dari pola konsumsi makanan pedas serta korelasi positifnya dengan munculnya gejala gastritis.

Penelitian ini bertujuan untuk dapat memberikan kontribusi akademis dan praktis pada peningkatan pemahaman serta penanganan pola makan yang lebih sehat, sehingga dapat meminimalkan risiko kejadian gejala gastritis.

Sebagaimana firman Allah dalam Al Qur'an:

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ {٢٤} أَنَا صَبَّبْنَا الْمَاءَ صَبًّا {٢٥} ثُمَّ شَقَقْنَا الْأَرْضَ شَقًّا {٢٦} فَأَنْبَتْنَا فِيهَا حَبًّا {٢٧} وَاعْنَبًا وَغُلًّا {٢٨} وَرَزَقْنَا وَنَحْلًا {٢٩} وَخَدَائِقَ غُلْبًا {٣٠} وَفَاكِهَةً وَأَبًّا {٣١} مَتَاعًا لَّكُمْ وَلَآئِعًا لَّكُمْ {٣٢}

"Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya. Sesungguhnya Kami benar-benar telah mencurahkan air (dari langit), kemudian Kami belah bumi dengan sebaik-baiknya, lalu Kami tumbuhkan biji-bijian di bumi itu, anggur dan sayur-sayuran, zaitun dan pohon kurma, kebun-kebun (yang) lebat, dan buah-buahan serta rumput-rumputan, untuk kesenanganmu dan untuk binatang-binatang ternakmu." (Qs Abasa: 24-32)

Ayat di atas adalah instruksi untuk memperhatikan makanan yaitu perintah untuk berhati-hati dalam memilih makanan atau jenis makanan agar terhindar dari konsumsi yang dapat membahayakan kesehatan. Beberapa jenis makanan yang dapat memicu penyakit maag antara lain makanan berlemak seperti coklat, gorengan, minuman bersoda, minuman

beralkohol, produk susu tinggi lemak, daging berlemak, serta kafein yang terkandung dalam kopi. Selain itu, makanan yang terlalu pedas juga dapat menjadi pemicu. Seseorang yang makan tanpa selektif dan tidak memperhatikan jenis makanannya berarti tidak mengikuti petunjuk pada ayat di atas, sehingga berisiko tinggi mengalami penyakit maag (Zain, 2011).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Hubungan Pola Konsumsi Makanan Pedas dengan Kejadian Gejala Gastritis di Pondok Pesantren Al Iman Putri Ponorogo.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan pada pola konsumsi makanan pedas dengan kejadian gejala gastritis”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pola konsumsi makanan pedas dengan kejadian gejala gastritis di Pondok Pesantren Putri.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola konsumsi makanan pedas di Pondok Pesantren Al Iman Putri Ponorogo.
2. Menganalisis kejadian gejala gastritis pada santriwati di Pondok Pesantren Al Iman Putri Ponorogo.
3. Menganalisis hubungan antara pola konsumsi makanan pedas dengan kejadian gejala gastritis di Pondok Pesantren Al Iman Putri Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Bagi perkembangan ilmu keperawatan mengenai hubungan pola konsumsi makanan pedas dengan kejadian gejala gastritis, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian yang dapat diandalkan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti lebih lanjut

Memberikan pengalaman langsung dalam melakukan analisis data dan penerapan teori ke dalam praktik. Hal ini dapat meningkatkan keterampilan peneliti dalam menangani masalah kesehatan serta memperluas pemahaman tentang gastritis dan pola konsumsi makan pedas.

2. Bagi pihak pondok pesantren

Hasil penelitian dapat digunakan untuk menyusun program edukasi kesehatan bagi santri mengenai pentingnya pola makan yang sehat dan dampaknya terhadap kesehatan lambung.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Nama: Savira, Nadyatul Ilma Indah, dll. (2023) melakukan penelitian dengan judul hubungan pola konsumsi makanan pedas dengan peningkatan risiko dispepsia pada mahasiswa pendidikan biologi universitas jember. Penelitian ini bersifat survey analitik dengan desain *Cross sectional* menggunakan 30 orang sebagai sampel yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Analisis data: uji *chi-square* (p value $<0,05$) menunjukkan hasil uji *chi-Square* diperoleh p value sebesar 0,013

sehingga lebih kecil dari α (0,05). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pola makan pedas dengan peningkatan risiko dispepsia pada Mahasiswa Pendidikan Biologi Universitas Jember.

Perbedaan: Penelitian ini untuk variabel dependen yang diteliti adalah dispepsia dan menggunakan *purposive sampling* untuk menentukan sampel. Sedangkan yang akan dilakukan peneliti menggunakan variabel dependen gejala gastritis dan menggunakan *quota sampling* untuk menentukan sampel.

2. Diliyana, yudha fika. Utami, yeni. 2020. Melakukan penelitian dengan judul hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di wilayah kerja puskesmas balowerti Kota Kediri Penelitian ini menggunakan deskriptif analitik pendekatan *case control*. Teknik *non probability sampling* sebanyak 84 responden dengan 34 responden kelompok kasus gastritis dan 50 responden untuk kelompok kontrol non gastritis. Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa pada kelompok kasus gastritis terdapat 64,7 % responden dengan pola makan tidak sehat dan pada kelompok kontrol non gastritis terdapat 52,4% responden dengan pola makan tidak sehat.

Perbedaan: Pada penelitian ini variabel independen yang diteliti adalah pola makan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan pendekatan *case-control*. Sedangkan yang akan dilakukan peneliti menggunakan variabel independen pola konsumsi makanan pedas menggunakan Teknik *Quota Sampling* dengan desain penelitian *cross sectional*.

3. Bela, nindia kumala sinta. (2022). Melakukan penelitian dengan judul Hubungan konsumsi lemak hewani, makanan pedas, dan minuman tinggi kafein dengan kejadian gastritis pada mahasiswa poltekkes kemenkes malang (studi pendahuluan). Jenis penelitian ini yaitu observasional yang dilaksanakan pada bulan Juli 2022 dengan cara menyebar kuesioner melalui daring. Jumlah responden 70 menggunakan *total sampling*. Teknik pengambilan dengan membagikan kuesioner pola makan dan peristiwa gastritis. Populasi penelitian adalah mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang dengan besar sampel berjumlah 100 mahasiswa. Perbedaan: Pada penelitian ini variabel independen yang diteliti adalah konsumsi lemak hewani, makanan pedas, dan minuman tinggi kafein menggunakan teknik *total sampling* dan Observasional sebagai pengumpulan data. Sedangkan yang akan dilakukan peneliti menggunakan variabel independen pola konsumsi makanan pedas menggunakan Teknik *Quota Sampling* dengan desain penelitian *cross sectional*.