

PENGARUH EDUKASI POLA MAKAN TERHADAP PENCEGAHAN KEKAMBUHAN GASITRITIS DI SMPN 1 LEKOK KABUPATEN PASURUAN

Achmad Bagus Sofyanto¹. Ro'isah² Nafolion Nur Rahmad³

^{1,2,3} Universitas Hafsawaty Pesantren Zainul Hasan Genggong Probolinggo, Indonesia
Email Korespondensi: AchmadBagusSofyanto@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung. Peradangan ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan. Pelepasan epitel akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 Lekok Kabupaten Pasuruan. Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *pre experimental design* dengan jenis *pre test and post test one group design*. Dengan jumlah sampel sebanyak 45 responden. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 24 responden (53,3%) sebelum perlakuan. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa hampir seluruh responden memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 42 responden (93,3%) setelah perlakuan. Hasil uji analisis menggunakan *Wilcoxon test* didapatkan nilai $\alpha < 0,05$ yaitu $\alpha = 0,000$ hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 Lekok Kabupaten Pasuruan. Dengan penerapan pola makan yang sehat dan teratur, Anda dapat mengurangi risiko kekambuhan gastritis. Hindari makanan yang dapat memicu peradangan pada lambung. Sadari bahwa pencegahan lebih baik dari pada pengobatan. Dengan mengikuti pola makan yang sehat, Anda dapat mengurangi kemungkinan kekambuhan gastritis dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.

Kata kunci: Edukasi Pola Makan, Pencegahan Kekambuhan Gastritis

Abstract

Gastritis is an inflammation affecting the gastric mucosa. This inflammation can lead to swelling of the gastric mucosa until detachment of the superficial mucosal epithelium, which is the most important cause of gastrointestinal disorders. The aim of this study was to determine the effect of dietary education on the prevention of gastritis recurrence at SMPN 1 Lekok, Pasuruan Regency. The research design employed in this study was a *pre-experimental design* using the *pretest and posttest one-group design method*. The sample consisted of 45 respondents. The results revealed that the majority of respondents had good prevention, with 24 respondents (53.3%) before the intervention. After the intervention, almost all respondents had good prevention, with 42 respondents (93.3%). The analysis using the *Wilcoxon test*

yielded a value of $\alpha < 0.05$, namely $\alpha = 0.000$, indicating that there is an effect of dietary education on the prevention of gastritis recurrence at SMPN 1 Lekok, Pasuruan Regency. By adopting a healthy and regular diet, one can reduce the risk of gastritis recurrence. Avoid foods that can trigger inflammation in the stomach. Recognize that prevention is better than cure. By following a healthy diet, you can reduce the likelihood of gastritis recurrence and improve overall health.

Keywords: dietary education, dietary pattern, prevention of gastritis recurrence

PENDAHULUAN

Gastritis adalah gangguan pencernaan yang terjadi ketika lapisan dalam (mukosa) dinding lambung mengalami peradangan atau pembengkakan. Sebenarnya, kondisi ini cukup umum terjadi dan kerap dikenal dengan sebutan radang lambung. Penyebab utama gastritis adalah bakteri *Helicobacter Pylori*, virus, atau parasit lainnya juga dapat menyebabkan gastritis. Kontributor gastritis akut adalah meminum alkohol secara berlebihan, infeksi dari kontaminasi makanan yang dimakan, dan penggunaan kokain. Kortikosteroid juga dapat menyebabkan gastritis seperti NSAID aspirin dan ibuprofen. ("Med. Surg. Nurs. Concept Pract.," 2019).

Gastritis biasanya dianggap sebagai suatu hal yang remeh namun gastritis merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat menyusahkan. Persentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40,8% (Mustakim & Rimbawati, 2021). Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk (Handayani & Thomy, 2018). Prevalensi gastritis di Jawa Timur mencapai 31,2% yaitu dengan jumlah 30.154 kejadian (Mustakim & Rimbawati, 2021).

Jumlah penderita kasus gastroenteritis akut anak berdasarkan data puskesmas Lekok Pasuruan mengalami peningkatan pada setiap tahunnya. Data pasien rawat inap kasus gastroenteritis akut untuk pasien anak pada tahun 2020 tercatat sebanyak 308 penderita, tahun 2021 sebanyak 326 penderita dan tahun 2022 sebanyak 335 penderita. Dapat disimpulkan bahwa untuk kasus gastroenteritis akut yang ada di Puskesmas Lekok Pasuruan sebanyak 85% terjadi pada usia anak-anak.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 September 2023 di SMPN 1 Lekok Kabupaten Pasuruan dengan jumlah responden 7 siswa didapatkan bahwa 4 siswa (57,1%) pernah mengalami kejadian gastritis akut dan 1 siswa (14%) mengalami gastritis kronis. Hasil wawancara didapatkan bahwa remaja yang mengalami gastritis tersebut kurang memperhatikan pola makan dan cenderung mengonsumsi makanan pencetus gastritis, seperti makanan pedas, asam, makanan berminyak, dan juga minuman bersoda.

Upaya pencegahan kekambuhan yang dapat dilakukan terhadap penyakit gastritis meliputi memodifikasi diet, hilangkan kebiasaan mengonsumsi alkohol, memperbanyak olahraga, manajemen stress (Harefa, 2021). Makan dalam jumlah kecil tetapi sering serta memperbanyak makan makanan yang mengandung tepung, seperti nasi, jagung, dan roti akan menormalkan produksi asam lambung, serta menghindari makanan yang dapat mengiritasi terutama makanan yang pedas, asam, digoreng atau berlemak (Nofriadikal Putra, 2018). Sehingga perlu adanya edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dalam upaya pencegahan kekambuhan gastritis. Upaya pencegahan kekambuhan yang dapat dilakukan terhadap penyakit gastritis meliputi memodifikasi diet, hilangkan kebiasaan mengonsumsi alkohol, memperbanyak olahraga, manajemen stress (Harefa, 2021).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *pre experimental design* dengan jeni *spre test* and *post test one group design*. Dengan jumlah sampel sebanyak sebanyak 45 responden

HASIL PENELITIAN

Tabel 1: Karakteristik responden berdasarkan

Usia	Frekuensi	Prosentase
13 tahun	10	22,2
14 tahun	23	51,1
15 tahun	12	26,7
Total	45	100,0
Jenis kelamin	Frekuensi	Prosentase
laki-laki	21	46,7
perempuan	24	53,3
Total	45	100,0
Upaya jika gastritis kambuh	Frekuensi	Prosentase
Periksa kepusat kesehatan	20	44,4
Membeli obat diwarung	22	48,9
Dibiarkan	3	6,7
Total	45	100,0
Pencegahan pre	Frekuensi	Prosentase
Baik	24	53,3
Cukup baik	21	46,7
Total	45	100,0
Pencegahan post	Frekuensi	Prosentase
Baik	42	93,3
Cukup baik	3	6,7
Total	45	100,0

Sumber : Data Primer Lembar Observasi Penelitian Juni 2024

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 diatas didapatkan j di dapatkan bahwa sebagian besar responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan memiliki usia 14 tahun sebanyak 23 responden (51,1%). di dapatkan bahwa hampir setengah responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan menempati kelas 8 sebanyak 20 responden (44,4%). dapatkan bahwa hampir setengah responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan melakukan pembelian obat diwarung jika gastritis kambuh sebanyak 22 responden (48,9%). di dapatkan bahwa sebagian besar responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 24 responden (53,3%) sebelum perlakuan di dapatkan bahwa hampir seluruh responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 42 responden (93,3%) setelah perlakuan.

Tabel 2 : uji analisis Pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 lekuk Kabupaten Pasuruan

Test Statistics	
TestStatistics ^a	
	Pencegahan post – pencegahan pre
Z	-4,243 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Sumber : Data Primer Lembar Observasi Penelitian Juni 2024

Berdasarkan tabel 2 Hasil uji analisis menggunakan *Wilcoxon tets* didapatkan nilai $\alpha < 0,05$ yaitu $\alpha = 0,000$ hal ini menunjukkan bahwa ada Pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 lekuk Kabupaten Pasuruan.

PEMBAHASAN

Identifikasi pencegahan kekambuhan gastritis sebelum diberikan edukasi di SMPN 1 lekuk Kabupaten Pasuruan,

Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa sebagian besar responden di SMPN 1 lekuk Kabupaten Pasuruan memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 24 responden (53,3%) sebelum perlakuan.

Gastritis merupakan peradangan yang mengenai mukosa lambung. Peradangan ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan. Pelepasan epitel akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung. gastritis juga dikenal sebagai iritasi lambung atau radang lambung yang bisa muncul secara tiba-tiba dan dalam waktu yang relatif lama. Meskipun gejala gangguan pencernaan ini mirip mag, tetapi ia berbeda dengan penyakit tersebut. Dalam kondisi akut, iritasi akan muncul tiba-tiba. Umumnya, akan muncul nyeri ulu hati yang parah walau hanya sementara sebagai gejala yang ditimbulkan. Pada kondisi kronis, iritasi di lambung berlangsung lambat tetapi akan terjadi dalam kurun waktu yang relatif lebih lama. Nyeri yang disebabkan dari iritasi lambung yang kronis ini tidak separah dibandingkan dengan gastritis akut tetapi akan terjadi pada waktu yang lama. Iritasi ini dapat mengubah struktur lapisan lambung dan mempunyai risiko menjadi kanker. Penyakit ini juga dapat menyebabkan gastritis erosif, atau terjadinya pengikisan lambung. Pengikisan tersebut bisa menyebabkan luka dan pendarahan pada lambung. Meskipun kondisi tersebut terbilang jauh lebih jarang dibandingkan dengan gastritis erosif (Kemenkes, 2021).

Peneliti berpendapat bahwa sebagian besar responden di SMPN 1 Lekuk Kabupaten Pasuruan memiliki kategori pencegahan yang baik sebelum perlakuan, yakni sebanyak 24 responden (53,3%), peneliti dapat menyimpulkan bahwa adanya kesadaran akan pentingnya pencegahan gastritis di kalangan siswa tersebut. Namun demikian, masih terdapat bagian dari responden yang mungkin belum sepenuhnya memahami atau menerapkan tindakan pencegahan yang optimal. Hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan perilaku yang sesuai dengan praktik pencegahan yang efektif. Teori-teori yang mendukung pandangan ini termasuk teori perilaku kesehatan yang menekankan pentingnya pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam memengaruhi kesehatan individu. Teori ini menunjukkan bahwa ketidakpahaman atau ketidaktahuan individu terhadap pentingnya praktik kesehatan tertentu, seperti pola makan yang sehat untuk mencegah gastritis, dapat menyebabkan peningkatan risiko terhadap penyakit tersebut. Oleh karena itu, edukasi dan peningkatan kesadaran

mengenai praktik pencegahan yang tepat sangat penting dalam mengurangi risiko kekambuhan gastritis dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan

Identifikasi pencegahan kekambuhan gastritis setelah diberikan edukasi di SMPN 1 lekuk Kabupaten Pasuruan.

Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa hampir seluruh responden di SMPN 1 lekuk Kabupaten Pasuruan memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 42 responden (93,3%) setelah perlakuan.

Gastritis atau yang dikenal dengan penyakit maag merupakan penyakit pencernaan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Gastritis merupakan penyakit yang berhubungan dengan mukosa lambung sehingga terjadinya peradangan dan menyebabkan pembengkakan pada mukosa lambung sampai terlepasnya epitel pada gangguan saluran cerna. Proses ini akan merangsang timbulnya proses inflamasi dilambung (Huzaifah, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Nur Fajariyah (2023) tentang Hubungan pengetahuan dan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMA Negeri 93 Jakarta Timur didapatkan bahwa Responden berpengetahuan baik sebanyak 232 (87,5%), responden yang memiliki pola makan baik sebanyak 257 (97,5%) dan responden yang tidak ada kejadian gastritis sebanyak 138 (52,1%). Ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian gastritis dengan nilai p-value ($0,048 < 0,05$) dan diperoleh nilai OR sebesar 2,340 dan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis ($0,023 < 0,05$) dengan nilai OR sebesar 0,125. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Huzaifah (2017), yang menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan kategori baik dengan perilaku pencegahan gastritis positif memiliki jumlah terbanyak yaitu 124 responden (44,8%). Namun tidak sesuai dengan penelitian perkasa (2020), yang menyimpulkan bahwa mayoritas responden dengan tingkat pengetahuan tinggi memiliki perilaku cukup sebanyak 116 orang (32,2%) daripada perilaku baik sebanyak 85 orang (23,6%). Upaya untuk mengurangi angka kejadian gastritis dan meminimalkan bahaya yang timbul akibat gastritis dapat dilakukan melalui peningkatan kesadaran dan perilaku pencegahan gastritis dengan cara pemberian edukasi tentang penyakit gastritis seperti penyebab komplikasi serta cara pencegahannya (Wulandari, 2019)

Edukasi kesehatan dapat juga diartikan sebagai penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau intruksi. Edukasi kesehatan bertujuan mengubah perilaku tidak sehat menjadi sehat. Perilaku baru yang terbentuk biasanya hanya sebatas pada pemahaman sasaran (Sumangkut et al., 2019).

Penelitian lain yang tidak sejalan yaitu (Nazarius et al., 2020) bahwa tidak terdapat perbedaan pada tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan setelah diberikan edukasi tentang gastritis pada remaja dengan nilai $p = 0,581$ pada perilaku pencegahan gastritis sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dimana responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Pemberian edukasi dilakukan dengan menggunakan media powerpoint melalui aplikasi zoomcloudmeeting.

Peneliti berpendapat bahwa hampir seluruh responden di SMPN 1 Lekuk Kabupaten Pasuruan memiliki kategori pencegahan yang baik setelah perlakuan, yaitu sebanyak 42 responden (93,3%). Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari edukasi kesehatan terhadap perilaku pencegahan gastritis di kalangan responden. Peneliti berpendapat bahwa edukasi kesehatan yang disertai dengan pemberian leaflet dan lembar balik memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan perilaku pencegahan responden. Teori kesehatan perilaku mendukung pandangan ini dengan menekankan bahwa intervensi edukasi yang efektif dapat mempengaruhi perubahan perilaku individu terkait kesehatan. Dalam konteks ini, pemberian leaflet dan lembar balik dapat meningkatkan motivasi dan minat responden untuk memahami informasi yang diberikan, sehingga meningkatkan

kemungkinan adopsi perilaku pencegahan yang sehat. Penyuluhan kesehatan yang efektif menunjukkan peningkatan signifikan dalam rata-rata perilaku pencegahan gastritis sebelum dan sesudah penyuluhan. Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang komprehensif dan inklusif seperti ini dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan praktik pencegahan kesehatan di masyarakat

Analisis Pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan.

Hasil uji analisis menggunakan *Wilcoxon* tests didapatkan $P_{\text{value}} \alpha < 0,05$ yaitu $\alpha = 0,000$ hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang berarti ada Pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan.

Gastritis adalah gangguan pencernaan yang terjadi ketika lapisan dalam (mukosa) dinding lambung mengalami peradangan atau pembengkakan. Sebenarnya, kondisi ini cukup umum terjadi dan kerap dikenal dengan sebutan radang lambung. Penyebab utama gastritis adalah bakteri *Helicobacter Pylori*, virus, atau parasit lainnya juga dapat menyebabkan gastritis. Kontributor gastritis akut adalah meminum alkohol secara berlebihan, infeksi dari kontaminasi makanan yang dimakan, dan penggunaan kokain. Kortikosteroid juga dapat menyebabkan gastritis seperti nsaid aspirin dan ibuprofen. ("Med. Surg. Nurs. ConceptPract.," 2019).

Penelitian sejalan dengan Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh (Hasibuan, 2020) dari 30 orang responden yang berada di Desa Parapat Kecamatan Sosa Kabupaten Padang Lawas yaitu masyarakat yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 25 orang dengan presentase 83,33%, masyarakat yang memiliki pengetahuan cukup baik sebanyak 5 orang dengan presentase 16,6%, masyarakat memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 0 orang (0%). Penelitian yang dilakukan oleh Andika (2011), bahwa pola makan ada kaitanya dengan kejadian penyakit gastritis dengan nilai $p\text{-value } 0,020 < 0,005$ yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis. Hasil penelitian ini sejalan dengan Dina Fbriana (2022), bahwa pola makan ada kaitanya dengan kejadian penyakit gastritis dengan nilai $p\text{-value } 0,001 < 0,005$ yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis.

Menurut Notoatmojo dalam hasibuan (2020), pengetahuan adalah merupakan hasil "tahu" dan terjadi setelah seseorang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Dari pengertian tersebut dapat diketahui bahwa penginderaan (pengelihatian, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba) memiliki peran penting dalam memperoleh pengetahuan. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang ada berbagai macam diantaranya usia, pendidikan, pengalaman, informasi, sosial budaya, dan ekonomi serta lingkungan. Seperti diketahui, usia dapat mempengaruhi daya tangkap seseorang terhadap pengetahuan yang diterima. Begitupun dengan pendidikan namun perlu ditekankan juga bahwa seseorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula karena peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh melalui pendidikan formal tetapi dapat pula diperoleh melalui pendidikan non formal. Selain itu, pengalaman dapat digunakan sebagai pembuktian dari pengetahuan yang telah diketahui. Informasi didapatkan dari hubungan antar sesama di lingkungan sehingga memudahkan seseorang untuk menambah pengetahuan. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa faktor pendidikan, pengalaman, dan informasi menjadi faktor yang mempengaruhi pengetahuan responden tentang gastritis.

Peneliti berpendapat bahwa Dari hasil uji analisis menggunakan *Wilcoxon* test dengan nilai signifikansi $\alpha < 0,05$, yaitu $\alpha = 0,000$, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 Lekok Kabupaten Pasuruan. Hasil dari Tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebelum perlakuan memiliki kategori pencegahan yang baik sebanyak 24 (53,3%), dan mengalami peningkatan signifikan sebanyak 18 (40%) responden menjadi 42 responden

(93,3%) setelah perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi pola makan berperan penting dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku pencegahan gastritis di kalangan responden.

Teori Health Belief Model (HBM) mendukung temuan ini dengan menekankan bahwa individu akan cenderung mengadopsi perilaku kesehatan jika mereka percaya bahwa mereka rentan terhadap penyakit tertentu (gastritis), mereka yakin bahwa penyakit tersebut dapat memiliki konsekuensi serius, dan mereka yakin bahwa tindakan pencegahan yang diambil akan efektif dalam mengurangi risiko penyakit. Dalam konteks ini, pengalaman tentang gastritis dan informasi yang diperoleh dari pendidikan maupun lingkungan sosial budaya responden memberikan landasan pengetahuan yang cukup untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya pencegahan gastritis. Oleh karena itu, edukasi yang tepat dan akurat tentang pola makan dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi kekambuhan gastritis dan meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Besarnya dampak buruk dari penyakit gastritis, maka perlu adanya suatu pencegahan atau penanganan yang serius terhadap bahaya komplikasi gastritis. Upaya untuk meminimalisasi bahaya tersebut dapat dilakukan melalui peningkatan kesadaran masyarakat tentang hal-hal yang dapat menyebabkan penyakit gastritis, misalnya makan makanan pedas dan asam, stres, mengonsumsi alkohol dan kopi berlebihan, merokok, dan mengonsumsi obat penghilang nyeri dalam jangka panjang. Meskipun kekambuhan dapat dicegah dengan obat namun dengan mengurangi faktor penyebabnya dapat memperkecil kemungkinan terjadinya kekambuhan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari tabel 5.5 didapatkan bahwa sebagian besar responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 24 responden (53,3%) dan cukup baik 21 responden (46,75) sebelum perlakuan. Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa hampir seluruh responden di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan memiliki pencegahan kategori baik sebanyak 42 responden (93,3%) dan cukup baik 3 responden (6,7%) setelah perlakuan. Hasil uji analisis menggunakan *Wilcoxon* didapatkan $P_{value} < 0,05$ yaitu $\alpha = 0,000$ hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang berarti ada Pengaruh edukasi pola makan terhadap pencegahan kekambuhan gastritis di SMPN 1 lekok Kabupaten Pasuruan.

Saran Bagi Responden: Dengan penerapan pola makan yang sehat dan teratur, Anda dapat mengurangi risiko kekambuhan gastritis. Hindari makanan yang dapat memicu peradangan pada lambung. Sadari bahwa pencegahan lebih baik daripada pengobatan. Dengan mengikuti pola makan yang sehat, Anda dapat mengurangi kemungkinan kekambuhan gastritis dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Bagi Tempat Penelitian: Lanjutkan program edukasi tentang pola makan sehat kepada siswa dan masyarakat setempat. Lakukan pemantauan terhadap pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait pola makan yang sehat. Bukan hanya siswa, tetapi juga melibatkan orang tua dan guru dalam edukasi mengenai pola makan sehat untuk mencegah kekambuhan gastritis. Bagi Institusi Pendidikan Perawat: Sertakan materi mengenai pencegahan kekambuhan gastritis dan pentingnya pola makan sehat dalam kurikulum pendidikan perawat. Berikan pelatihan kepada mahasiswa perawat untuk menjadi penyampai edukasi kesehatan yang efektif, termasuk dalam hal pola makan yang sehat. Bagi Penelitian Lain: Selain pola makan, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berpotensi mempengaruhi kekambuhan gastritis, seperti pola tidur, stres, atau aktivitas fisik. Lakukan penelitian kualitatif untuk memahami lebih dalam tentang persepsi masyarakat terhadap pentingnya pola makan sehat dalam mencegah kekambuhan gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Baihaqi, R. (2021). Nursing Care For Acute Pain Related To Gastritis At Anggrek Room RsiNashrul Ummah Lamongan. *Journal of Vocational Nursing*, 2(1), 10-12.
- Amandatiana, A. (2019). Faktor-faktor yang Berhubungandengan Pola Makan pada Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat di SIKES Kharisma Persada. *JUMANTIK: JurnalMahasiswa dan Penelitian Kesehatan*.
- Aspitasaki, A., &Taharuddin, T. (2020). AnalisisPengaruhTerapi Non-FarmakologiterhadapIntensitas Nyeri pada Pasiendengan Kasus Gastritis di InstalasiGawatDarurat: Literatur Review.
- Cahyamulat, T. M., &Yuriatson, Y. (2019). Studi Kasus pada PasienTn.“B” dengan Diabetes MillitusDiruangIgd Rumah Sakit Labuang Baji Makassar. *JurnalIlmiah Kesehatan Sandi Husada*, 8(1), 9-12.
- Danu, D. D., Putra, K. W. R., Diana, M., &Sulistyowati, A. (2019). AsuhanKeperawatan Pada Tn. K denganDiagnosaMedis Gastritis Dan Ulkus Pedis Diabetes Mellitus Di Ruang Melati RSUD Bangil-Pasuruan. *AkademiKeperawatan Kerta CendekiaSidoarjo*.
- Eka FitriNuryanti, E. (2021). Hubungan Pola Makan DenganKejadian Gastritis Pada RemajaDiLingkungan Wilayah KerjaPuskesmasSukajadiTahun 2021. *STIK Bina Husada Palembang*.
- Februanti, S. (2019). AsuhanKeperawatan Pada PasienKankerServiks: TerintegrasiDenganStandar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), StandarLuaranKeperawatan Indonesia (SLKI), Dan StandarIntervensiKeperawatan Indonesia (SIKI) PPNI: Deepublish.
- Fitriana, M. (2020). Studi Literatur: AsuhanKeperawatan Pada Pasien Gastritis denganmasalahKeperawatanDefisitNutrisi. *Universitas Muhammadiyah Ponorogo*.
- Handayani, M., & Thomy, T. A. (2018). HubunganFrekuensi, Jenis Dan Porsi Makan DenganKejadian Gastritis Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana (JKSP)*, 1(2), 40- 46.
- Harefa, F. (2021). Gambaran PengetahuanPenderita Gastritis TentangPencegahan Gastritis Berulang Di Wilayah KerjaUptdPuskesmasAwa'aiKabupatenNias Utara.
- Hasibuan, M.H. (2020). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Masyarakat terhadap Tindakan SwamedikasiPenyakit Gastritis di Desa ParapatKecemasan Sosa Kabupaten Padang Lawas. *Karya Tulis IlmiahPoliteknik Kesehatan Kemenkes Kedan Jurusan Farmasi*.
- Hernanto, F. F. (2018). Pola Hubungan Makan DenganPencegahan Gastritis dari SMK Antartika 2 Sidoarjo. *NERSMID: JurnalKeperawatan dan Kebidanan*, 1(2), 148-155.
- Hj, H. (2018). Studi Kasus Pada PasienNy.“M” DenganJantungKoronerDiruang Intensive Care Unit Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. *JurnalIlmiah Kesehatan Sandi Husada*, 7(1), 182-186.
- Jannah, F. (2020). AsuhanKeperawatan Anak Yang Mengalami Gastritis Dengan Nyeri Akut Di Ruang AnggrekRsud Ibnu Sina Gresik. *Universitas Airlangga*.
- Jayanti, R.P. (2017). Pola Penggunaan Obat pada Pasien Gastritis di RSUD Karanganyar pada Tahun 2015. *Program Studi D-III Farmasi, Fakultas Farmasi Universitas Setia Budi, Surakarta*.
- Juliani, F. (2018). Hubungan Pola Makan denganResiko Gastritis pada Remaja. *JOM FKp. Kemenkes*. (2018). *Riset Kesehatan Dasar RIKESDAS*. BalitbangKemenkes RI.
- Mardalena. (2017). AsuhanKeperawatan pada PasiendenganGangguanPencernaan. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- Miftahussurur, M. (2021). *Buku Ajar AspekKlinis Gastritis*. Jawa Timur: Airlangga University Press.

- Mustakim, M., & Rimbawati, Y. (2021). Edukasi Pencegahan Dan Penanganan Gastritis Pada Siswa Bintara Polda Sumatera Selatan. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS): Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(1), 38-42.
- Mustika, R. (2022). *Metamorfosa Remaja*. Tulungagung: Guepedia.
- Nazamain, A. (2019). Gambaran Pengetahuan Penggunaan Obat Golongan Antasida pada Pasien Gastritis di Puskesmas Kotabumi I Kabupaten Lampung Utara Tahun 2019. *Kementrian Kesehatan RI, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Prodi DIII Farmasi, Tanjung Karang*
- Ndruru, R. K., Sitorus, S., & Barus, N. (2019). Gambaran Diagnostik dan Penatalaksanaan Gastritis Rawat Inap BPJS di RSUD Royal Prima Medan Tahun 2017. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 15(2), 209-216.
- Nofriadikal Putra, N. P. (2018). Asuhan Keperawatan Ny M dengan gastritis di puskesmas kambangkec. *Lengayang tahun 2018. STIKes Perintis Padang*.
- Nur, M. P. (2021). Penerapan Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Gastritis Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 2(2), 75-83.
- PPNI, T. P. S. D. (2018). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*.
- Pradnyanita, N. M. A. (2019). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Gastritis dengan Ketidapatuhan dalam Pemenuhan Pola Makan di Wilayah Kerja UPT Kesmas Sukawati I Gianyar Tahun 2019. *Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan*.
- Purba, C. F. (2020). *Penerapan Implementasi Dalam Asuhan Keperawatan*.
- Suprpto, S. (2020). Penerapan Asuhan Keperawatan Pada Gangguan Sistem Pencernaan "Gastritis". *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 24-29.
- Suwindri, Y. T., & Ningrum, W. A. C. (2021). Faktor Penyebab Kejadian Gastritis Di Indonesia: Literature Review. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 209-223.