

Hubungan pola makan, konsumsi kopi dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024

The Relationship Between Dietary Patterns, Coffee Consumption, And Stress Levels With The Incidence Of Gastritis In The Work Area Of The Blud Uptd Puskesmas Poasia In 2024

¹ Fitriani, ² Nani Yuniar, ³ Sri Tungga Dewi

¹²³ Universitas Halu Oleo

Email : Fitriani6155@gmail.com

Submisi: 29 Juli 2025; Penerimaan: 25 September 2025; Publikasi : 30 Oktober 2025

Abstrak

Gastritis yang biasa dikenal dengan maag adalah peradangan atau pendarahan pada lapisan lambung yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Untuk mengetahui apakah ada hubungan pola makan, konsumsi kopi dan tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan rancangan *cross sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan (p -value = 0,00), konsumsi kopi (p -value = 0,00), dan tingkat stres (p -value = 0,00). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan, konsumsi kopi dan tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024.

Kata kunci : Gastritis, Pola Makan, Konsumsi Kopi, Tingkat Stres

Abstract

Gastritis, commonly known as ulcers, is inflammation or bleeding in the lining of the stomach caused by an unhealthy lifestyle. To determine whether there is a relationship between diet, coffee consumption, and stress levels with the incidence of gastritis in the BLUD UPTD Poasia Health Center work area in 2024. This study used a quantitative research method using a cross-sectional design approach. The results showed that diet (p -value = 0.00), coffee consumption (p -value = 0.00), and stress levels (p -value = 0.00). The results showed that there was a relationship between diet, coffee consumption, and stress levels with the incidence of gastritis in the BLUD UPTD Poasia Health Center work area in 2024.

Keywords: Gastritis, Diet, Coffee Consumption, Stress Level

Pendahuluan

Kesehatan merupakan salah satu faktor yang perlu diperhatikan oleh setiap makhluk hidup khususnya manusia. Kesehatan termasuk keadaan yang sempurna baik fisik, mental, dan sosial sehingga setiap orang sehat akan memungkinkan hidup secara sosial dan ekonomi. Kesehatan merupakan hal yang sangat perlu diperhatikan khususnya pada anak-anak, remaja, maupun orang tua. Apabila seseorang enggan menjaga kesehatan maka dapat menurunkan

produktivitas dan justru dapat meningkatkan angka kematian (Andriyani, 2019).

Dalam lingkungan masyarakat tidak sedikit ditemukan seseorang mengalami penurunan produktivitas, keadaan tersebut tentunya dihadapi oleh orang yang menderita sakit (Safii and Andriani, 2019). Penyakit yang banyak ditemukan di lingkungan masyarakat yaitu penyakit gastritis berdasarkan insiden gastritis di dunia sekitar 1,8- 2,1 juta dari jumlah

penduduk setiap tahunnya (Rizky Listiansyah et al., 2022).

Menurut data tren kematian gastritis dan duodenitis dari World Health Organization (WHO) tertinggi di dunia dari beberapa negara pada tahun 2020 yaitu Guatemala dengan angka persentase 1,6%, Meksiko dengan angka persentase 0,6%, Ekuador dengan angka persentase 0,4%, Lithuania dengan angka persentase 0,3%, Jerman dengan angka persentase 0,2% dan Kazakhstan dengan angka persentase 0,1% (WHO, 2023). Kejadian penyakit gastritis di Asia Tenggara sekitar 583.635 dari jumlah penduduk setiap tahunnya (WHO, 2019).

Angka kejadian gastritis di Indonesia berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2019, gastritis merupakan salah satu penyakit dari 10 penyakit terbanyak pada pasien inap di rumah sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%) (Depkes, 2019). Dari data Departemen Kesehatan RI tahun 2020 angka kejadian gastritis di beberapa kota di Indonesia sangat tinggi mencapai 91,6% yaitu di Kota Medan, lalu di beberapa kota lainnya seperti Jakarta 50,0%, Denpasar 46,0%, Palembang 35,5%, Bandung 32,5%, Aceh 31,7%, Surabaya 31,2% dan Pontianak 31,1%. Data untuk Indonesia menurut WHO pada tahun 2021 angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274.396 dari 238.452.952 jiwa atau sebesar 40,8% (Mustakim et al., 2022).

Berdasarkan data dari Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan bahwa penderita gastritis pada tahun 2019 sebanyak 32.243 kasus, pada tahun 2020 penderita penyakit gastritis sebanyak 37.140 kasus, pada tahun 2021 penderita gastritis sebanyak 41.250 kasus, dan tahun 2022 penderita gastritis sebanyak 7846 (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara 2022).

Peningkatan jumlah gastritis juga terjadi di Kota Kendari berdasarkan data yang diperoleh di Dinas Kesehatan Kota Kendari, yaitu pada tahun 2019 jumlah

penderita penyakit gastritis sebanyak 5.451 orang, pada tahun 2020 dengan jumlah penderita penyakit gastritis sebanyak 6.621 orang, pada tahun 2021 dengan jumlah penderita penyakit gastritis sebanyak 7.551 orang (Dinas Kesehatan Kota Kendari, 2022).

Gastritis yang biasa dikenal dengan maag adalah peradangan atau pendarahan pada lapisan lambung yang dapat bersifat akut serta kronik. Kejadian gastritis yang terjadi saat ini cenderung disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Selain karena gaya hidup yang tidak sehat, ada beberapa faktor yang menyebabkan gastritis seperti pola makan yang tidak teratur, mengonsumsi obat penghilang nyeri dalam jangka waktu yang panjang, konsumsi kopi dan alkohol, merokok, stress serta infeksi bakteri *Helicobacter pylori* (Kemenkes, 2017 dalam (Suwindi, 2021).

Gastritis dapat menyerang semua lapisan masyarakat pada semua umur dan jenis kelamin, namun pada usia produktif lebih memiliki resiko yang tinggi menderita gastritis. Karena pada usia produktif tingkat kesibukan serta gaya hidup yang kurang memperhatikan kesehatan serta stress yang mudah terjadi akibat pengaruh faktor-faktor lingkungan (Zulkifli et al., 2020). Hal ini juga berkaitan dengan semakin bertambahnya usia mukosa lambung cenderung menjadi lebih tipis dan semakin berkurang sistem kerja daripada lambung sehingga cenderung lebih rentan terhadap infeksi *Helicobacter pylori* sehingga lebih rentan terkena gastritis (Fauziah Dewi Winni dan Trisnawati, 2019).

Menurut (Ismawati, Y. 2020) pola makan yang tidak teratur akan mengakibatkan lambung sulit beradaptasi, bila hal ini berlangsung secara terus menerus akan terjadi kelebihan asam lambung sehingga dapat mengakibatkan mukosa lambung teriritasi yang dapat mengakibatkan terjadinya gastritis.

Selain pola makan kebiasaan minum kopi menjadi salah satu penyebab terjadinya gastritis. Menurut (Asep Barkah

& Indah Agustiyan, 2021) kafein yang terdapat didalam kopi dapat mempercepat proses terbentuknya asam lambung yang dapat membuat dapat membuat kekuatan dinding lambung menurun, hal ini menimbulkan luka pada dinding lambung dan menyebabkan penyakit gastritis.

Selain itu tingkat stres juga berdampak buruk pada kerjanya neuroendokrin saluran pencernaan, sehingga ada risiko gastritis. Dalam situasi stress, seperti beban kerja, panik serta terburu-buru, sekresi lambung akan meningkat melebihi normalnya. Saat tumbuh mengalami kondisi stres maka akan terjadi pembentukan asam lambung yang berlebih serta peradangan mempengaruhi perkembangan gastritis karena stres dapat membuat peningkatan asam lambung (Firdausy et al., 2022).

Berdasarkan pengambilan data awal di dinas kesehatan kota kendari tahun 2023 angka kejadian gastritis paling tinggi di BLUD UPTD Puskesmas Poasia (Dinas Kesehatan Kota Kendari 2023). Berdasarkan profil BLUD UPTD Puskesmas Poasia bahwa penyakit gastritis selalu masuk dalam 10 besar penyakit terbesar di BLUD UPTD Puskesmas Poasia, pada tahun 2022 sebanyak 2.805 kasus, pada tahun 2023 penderita penyakit

gastritis sebanyak 1.545 kasus, dan pada tahun 2024 bulan januari-mei penderita penyakit gastritis sebanyak 585 kasus (BLUD UPTD Puskesmas Poasia 2024).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan pola makan, konsumsi kopi dan tingkat stres dengan kejadian Gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024”.

Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah pengunjung di BLUD UPTD Puskesmas Poasia januari-mei 2024 yang berjumlah 9.653 pengunjung, penelitian dilaksanakan di ruang tunggu BLUD UPTD Puskesmas Poasia Kota Kendari. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *accidental sampling* dengan besaran sampel sebanyak 133 sampel, penelitian ini dilaksanakan di ruang tunggu BLUD UPTD Puskesmas Poasia Kota Kendari pada bulan September-Desember Tahun 2024. Analisis data berupa analisis univariat dan bivariat dengan uji Chi square. Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner.

Hasil dan Pembahasan

1. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia

Tabel 1. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia

No.	Pola Makan	Kejadian Gastritis				Total		P-Value
		Tidak Gastritis		Gastritis				
		n	%	n	%	n	%	
1.	Cukup	49	76,57	15	23,43	64	100	0,00
2.	Kurang	21	30,43	48	69,57	69	100	
Total		70	52,63	63	47,37	133	100	

Sumber: Data Primer, Oktober 2024

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 133 responden diperoleh 64 responden yang memiliki pola makan cukup terdapat 49

responden (76,57%) yang tidak memiliki riwayat gastritis dan 15 responden (23,43%) yang memiliki riwayat gastritis. Sedangkan dari 69 responden memiliki

pola makan kurang terdapat 21 responden (30,43%) tidak memiliki riwayat gastritis dan 48 responden (69,57%) memiliki riwayat gastritis.

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada taraf Kepercayaan 95% menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0,00$ yang lebih kecil dari $p\text{-value} < 0,05$ dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian besar responden yang memiliki riwayat gastritis memiliki pola makan kurang 48 responden (69,57%). Hal ini menunjukkan bahwa pola makan yang buruk merupakan salah satu faktor seseorang mengalami gastritis. Frekuensi makan, pemilihan jenis makanan yang baik dengan porsi yang sesuai akan mempengaruhi kesehatan tubuh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola makan kurang memiliki kebiasaan makan yang kurang dari tiga kali sehari. Ini disebabkan oleh kebiasaan responden yang sering melewati atau menunda waktu makan, seperti sarapan, makan siang, maupun makan malam. beberapa responden menyebutkan bahwa mereka sering melewati waktu makan hal tersebut karena responden memiliki kesibukan aktivitas baik di tempat kerja maupun sekolah dan terdapat pula yang tidak memiliki nafsu makan di pagi hari sehingga sarapan sering kali dilewati. Pola makan yang tidak tertur dapat menyebabkan terjadinya gastritis karena lambung berada dalam keadaan kosong dalam jangka waktu yang lama, sementara produksi asam lambung tetap berlangsung. Menurut Ismi dkk, (2021) bila seseorang telat makan sampai 2-3 jam, maka asam lambung yang diproduksi semakin banyak dan berlebih dapat mengiritasi mukosa lambung serta menimbulkan rasa nyeri di

sekitar epigastrium.

Selain itu, responden yang memiliki pola makan kurang juga memiliki kebiasaan 3-6 kali dalam seminggu mengonsumsi makanan instan, asam, serta minuman berkafein atau bersoda. Dan juga porsi makanan yang dikonsumsi tidak seimbang, sering kali terlalu sedikit atau terlalu banyak dalam satu waktu. Menurut Khafid (2019) jenis makanan yang dapat beresiko terhadap gastritis adalah makanan yang dapat meningkatkan produksi asam lambung seperti makanan yang tinggi lemak jenuh seperti santan, makanan pedas, makanan asam, makanan olahan atau makanan instan, makanan atau minuman yang mengandung kafein, bergas atau bersoda. Jenis makanan tersebut secara langsung merangsang peningkatan sekresi asam lambung dan dapat mengikis lapisan mukosa jika dikonsumsi dalam jangka panjang (Smeltzer & Bare 2018). Makan dalam jumlah besar secara sekaligus dapat menyebabkan peregangannya lambung yang berlebihan dan menimbulkan tekanan tinggi dalam lambung, sehingga memicu produksi asam lambung yang berlebihan (Supriasa et al. 2020). Sebaliknya, jika seseorang makan dalam jumlah yang sangat sedikit namun jarang, maka lambung akan tetap kosong dalam waktu lama, yang juga dapat menyebabkan asam lambung menyerang mukosa (Smeltzer & Bare 2018). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pola makan yang kurang dapat secara langsung meningkatkan risiko terjadinya gastritis. Ini karena kebiasaan dan gaya hidup tidak baik, kurangnya kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya pola makan sehat, serta faktor ekonomi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Masuara, D, L., 2023 tentang Hubungan antara Pola Makan dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien di Puskesmas Bahu, menunjukkan hasil penelitian dari 85 responden pola makan kategori baik berjumlah 35 (41,2%) dan kategori kurang berjumlah 50 (58,8%). Hasil uji statistik di peroleh $p\text{-value} =$

$<0,00$ ($0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola

makan dengan kejadian gastritis.

2. Hubungan Konsumsi Kopi dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia

Tabel 2. Hubungan Konsumsi Kopi dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia

No.	Konsumsi Kopi	Kejadian Gastritis				Total		P-Value
		Tidak Gastritis		Gastritis				
		n	%	n	%	n	%	
1.	Baik	61	70,94	25	29,06	86	100	0,00
2.	Buruk	9	19,14	38	80,86	47	100	
	Total	70	52,63	63	47,37	133	100	

Sumber: Data Primer, Oktober 2024

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 133 responden diperoleh 86 responden yang memiliki konsumsi kopi baik terdapat 61 responden (70,94%) tidak memiliki riwayat gastritis dan 25 responden (29,06%) memiliki riwayat gastritis. Sedangkan dari 47 responden yang memiliki konsumsi kopi buruk terdapat 9 responden (19,14%) yang tidak memiliki riwayat gastritis dan 38 responden (80,86%) yang tidak memiliki riwayat gastritis.

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada taraf Kerpercayaan 95% menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0,00$ sehingga $p\text{-value} < 0,05$ dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola konsumsi kopi dengan kejadian gastritis di Wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat 38 (80,86%) responden yang memiliki kebiasaan konsumsi kopi buruk memiliki riwayat gastritis, ditemukan bahwa sebagian besar responden memiliki riwayat gastritis kebiasaan sering konsumsi kopi lebih dari

2 cangkir (400ml) per hari sebagai minuman untuk menghilangkan kantuk, meningkatkan konsentrasi, atau sekadar kebiasaan rutin, dengan jenis kopi yang sering dikonsumsi adalah jenis kopi instan. Menurut Jusuf (2022), bahwa batas harian yang direkomendasikan untuk konsumsi kafein adalah 100-200 mg, satu porsi kopi instan mengandung sekitar 100 miligram kafein. Oleh karena itu, mengonsumsi 1-2 cangkir kopi setiap hari sudah cukup. Dengan demikian, mengonsumsi kopi instan secara rutin lebih dari 2 cangkir (400ml) dapat secara langsung meningkatkan risiko terjadinya gastritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riski Maulidya dkk, 2023 tentang hubungan pola konsumsi kopi terhadap kejadian gastritis pada penderita gastritis di Poli Umum Puskesmas Makmur Kabupaten Bireuen, menunjukkan hasil penelitian dari 74 responden dengan nilai $p\text{-value} 0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat hubungan antara pola konsumsi kopi dengan kejadian gastritis di Poli Umum Puskesmas Makmur Kabupaten Bireuen.

3. Hubungan Tingkat Stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia

Tabel 2. Hubungan Konsumsi Kopi dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia

No.	Tingkat Stress	Kejadian Gastritis				Total		P- Value
		Tidak Gastritis		Gastritis				
		n	%	n	%	n	%	
1.	Tidak Mengalami Stress	56	78,88	15	21,12	71	100	0,00
2.	Stress Ringan	10	32,25	21	67,75	31	100	
3.	Stress Sedang	3	12,5	21	87,5	24	100	
4.	Stress Berat	0	0	7	100	7	100	
	Total	70	52,63	63	47,37	133	100	

Sumber: Data Primer, Oktober 2024

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa dari 133 responden diperoleh 71 responden yang tidak mengalami stress terdapat 56 responden (78,88%) yang tidak memiliki riwayat gastritis dan 15 responden (21,12%) memiliki riwayat gastritis. Dari 31 responden yang mengalami stress ringan terdapat 10 responden (32,25%) yang tidak memiliki riwayat gastritis dan 21 responden (67,75%) yang memiliki riwayat gastritis. Dari 24 responden yang mengalami stress sedang terdapat 3 responden (12,5%) yang tidak memiliki riwayat gastritis dan 21 responden (87,5%) yang memiliki riwayat gastritis. Sedangkan dari 7 responden yang mengalami stress berat terdapat dan 0 responden (0%) tidak memiliki riwayat gastritis dan 7 responden (100%) dan yang memiliki riwayat gastritis.

Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square pada taraf Kepercayaan 95% menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0,00$ sehingga $p\text{-value} < 0,05$ dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan kejadian gastritis di Wilayah kerja BLUD UPTD Puskemas Poasia.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat 21 responden (67,75%) yang memiliki stres ringan, 21 responden (87,5%) yang memiliki stres

sedang, dan 7 responden (100%) yang memiliki stres berat yang memiliki riwayat gastritis. Hal ini menunjukkan tingkat stres merupakan salah satu faktor seseorang mengalami gastritis.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden paling banyak yang mengalami stres ringan memiliki riwayat gastritis. Responden dengan tingkat stres ringan umumnya mengalami gejala seperti kadang-kadang merasa lelah meskipun tidak melakukan aktivitas berat, merasa gugup, gelisah, serta kesulitan untuk beristirahat dengan tenang. Yang mengalami gejala stres sedang mengalami seperti hampir sering merasa lelah padahal tidak mengerjakan sesuatu merasa gugup merasa gelisah, dan merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang. Dan responden yang mengalami stres berat, mengalami gejala seperti sering merasa lelah padahal tidak mengerjakan sesuatu, merasa gugup, merasa putus asa, merasa gelisah, tidak dapat beristirahat dengan tenang, dan menanggung banyak beban. Stres memiliki efek negatif melalui mekanisme neuroendokrin terhadap saluran pencernaan sehingga beresiko untuk mengalami gastritis. Hal ini diperkuat dari penelitian Rizkiana & Tanuwijaya (2021) yang menemukan bahwa efek stres pada saluran pencernaan antara lain menurunkan saliva sehingga mulut menjadi kering, menyebabkan sulit untuk

menelan, peningkatan asam lambung. Tingkat stres umumnya disebabkan oleh tekanan pekerjaan, masalah pribadi, dan kurangnya waktu istirahat. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat stres dapat secara langsung meningkatkan risiko terjadinya gastritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novalista & Harahap, 2023 tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian gastritis

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis mengenai hubungan pola makan, konsumsi kopi dan tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024 dapat disimpulkan bahwaterdapat hubungan antara pola makan, konsumsi kopi dan tingkat stres dengan kejadian gastritis di wilayah kerja BLUD UPTD Puskesmas Poasia Tahun 2024.

Berdasarkan hasil kesimpulan penelitian di atas, maka dapat diberikan saran bagi Tenaga kesehatan di BLUD UPTD Puskesmas Poasia agar Mengedukasi masyarakat mengenai pola makan sehat dan gaya hidup melalui sosialisasi rutin tentang pentingnya pola makan teratur untuk mencegah gastritis, Melakukan sosialisasi terkait dengan konsumsi kopi dengan memberikan informasi tentang dampak buruk konsumsi kopi berlebihan, dan pihak BLUD UPTD Puskesmas Poasia diharapkan menyediakan layanan konsultasi atau pendampingan psikologis untuk membantu masyarakat mengelola stres yang dapat memicu gastritis serta mengadakan pelatihan sederhana mengenai teknik relaksasi.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Halu Oleo, Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Kendari, Ketua Jurusan Kesehatan

pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Kampa. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan cross sectional. Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$ artinya ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian gastritis pada masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Kampa.

Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Kendari, dosen Penguji Bapak Dr. La Ode Muhamad Sety, S.KM., M.Epid, Ibu Fithria, S.KM., MHS dan Ibu Rastika Dwiyantri Liaran, S.K.M., M.Kes yang selalu meluangkan waktu dan memberikan pengetahuan, saran perbaikan serta motivasi kepada penulis, dan kepada seluruh pengunjung BLUD UPTD Puskesmas Poasia yang menjadi responden dan bersedia menerima dan membantu penelitian dalam menyelesaikan proses penelitian dan terima kasih banyak juga kepada pihak BLUD UPTD Puskesmas Poasia yang telah membantu saya dalam melakukan penelitian ini.

Referensi

- Andriyani, A. Kajian Literatur pada Makanan dalam Perspektif Islam dan Kesehatan. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2019;15(2):178-90.
- Safii, M., & Andriani, D. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien Yang Berobat Di Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Dan (Jkj)*, 2019;2(1):52-60.
- Riski Maulidya, Ida Suryawati, & Marlina. Hubungan Pola Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Gastritis Pada Penderita Gastritis. *Jurnal Assyifa*:

- Jurnal Ilmu Kesehatan
Lhokseumawe, 2019;8(1):40-65.
- WHO. Tren kematian spesifik penyebab menurut negara atau wilayah untuk kelompok usia dan jenis kelamin tertentu. World Health Organization. 2020.
- Departemen Kesehatan RI. kejadian gastritis. Angka Kejadian Gastris Di Indonesia, 2019;8(1):61-75.
- Mustakim, Yazika, R., dan Ria, W. Edukasi Pencegahan Dan Penanganan Gastritis Pada Siswa Bintara Polda Sumatera Selatan. Jurnal Pengabdian Masyarakat. 2020;4(1):105-130.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, 2022. Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2022. Kendari: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kota Kendari, 2022. Profil Kesehatan Kota Kendari Tahun 2022. Kendari: Dinas Kesehatan Kota Kendari.
- Suwindiri, Yulius Tiranda, Wifaktor Penyebab Kejadian Gastritis Di Indonesia : Literature Review Mahasiswa IKesT Muhammadiyah Palembang , Sumatera Selatan , Indonesia IKesT Muhammadiyah Palembang , Sumatera Selatan, I. A. C. N. (2021).
- Zulkifli, Z., Rahayu, S. T., & Akbar, S. A. Hubungan usia, masa kerja dan beban kerja dengan stres kerja pada karyawan service well company PT. Elnusa Tbk Wilayah Muara Badak. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2019;5(1):46-52.
- Ismawati, Y. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk 2019;8(2):53-70.
- Asep Barkah, & Indah Agustiyani. Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. *Jurnal Antara Keperawatan*, 2021;4(1):52-58.
- Firdausy, A. I., Amanda, K. A., Alfaeni, S. W., Amalia, N., Rahmani, N. A., & Nasution, A. S. Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 2022;3(2):75-93.
- Smeltzer, S. C & Barre, B. G. (2018). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, Edisi 8. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Rizkiana, N., & Tanuwijaya, R. R. Hubungan Kebiasaan Makan dan Stress dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Larangan Utara Kota Tangerang. *Jurnal Dunia Gizi*, 2021;4(1):30-35.
- Novalista, Y., & Harahap, D. A. *Relationship of Stress Level with Gastritis Incidence in the Community at UPT Puskesmas Kampa*. 2023;2(3):2-8.