

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRES TERHADAP
KEKAMBUHAN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT RSU
ANUTAPURA PALU**

SKRIPSI



RISQA AMALIA

201801035

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU
2022**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stress Terhadap Kekambuhan Gastritis Di Rumah Sakit RSU Anutapura Palu dalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta skripsi saya kepada STIKes Widya Nusantara Palu.

Palu, 23 September 2022



RISQA AMALIA

Nim. 201801035

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRES TERHADAP
KEKAMBUHAN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT
RSU ANUTAPURA PALU**

Relationship between diet and stres level on gastritis recurrence in Anutapura hospital,
central sulawesi province.

Risqa Amalia¹, Tigor H.Situmorang², Moh. Malikul Mulki³
Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu

ABSTRAK

Gastritis suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, maupun lokal. Ciri-ciri peradangan ini diantaranya anoreksia, perasaan penuh atau tidak nyaman di perut, mual dan muntah. gastritis atau yang biasa dikenal menjadi penyakit maag ialah penyakit yang sangat mengganggu, umumnya yang biasanya terjadi pada orang yang makannya tidak teratur yang dapat merangsang produksi asam lambung. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap kekambuhan gastritis di rumah sakit anutapura palu. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini ialah 40 orang penderita gastritis di RSUD Anutapura Palu dengan teknik pengambilan sampel dengan teknik total sampling. Hasil Penelitian dari 40 responden menunjukkan sebagian besar responden memiliki pola makan yang kurang dengan tingkat stres yang berat pada pasien rawat jalan di RSUD Anutapura palu. Simpulannya adalah terdapat hubungan antara pola makan dan tingkat stress terhadap kekambuhan gastritis di RSUD Anutapura Palu yaitu nilai p menunjukkan angka $0,000 < 0,05$. Saran dari hasil penelitian Diharapkan dapat meningkatkan pelayanan kesehatan bagi petugas medis, dengan memberikan program pendidikan tentang pentingnya mengatur pola makan dan tingkat stres dalam meningkatkan kualitas hidup pada pasien gastritis terutama dengan penyakit kronis.

Kata Kunci : Pola Makan, Stres, Gastritis

THE CORRELATION BETWEEN FOOD AND STRESS GASTRITIS IN ANUTAPURA HOSPITAL, PALU

Risqa Amalia¹, Tigor H. Situmorang², Moh. Malikul Mulki³
College of Health Sciences Widya Nusantara Palu

Abstract

Gastritis is an inflammation of the stomach mucosa that is acute, as well as local. Characteristics of this inflammation include anorexia, feeling full or uncomfortable in the abdomen, nausea, and vomiting. Gastritis, commonly known as stomach disease, is a very disturbing disease that generally occurs in people whose food is unregulated and can stimulate stomach acid production. The aim of this study was to analyze the relationship between diet and stress levels and the recurrence of gastritis in Anutapura Hospital, Palu. This type of research is quantitative, using an analytical design with a cross-sectional approach. The population in this study was 40 people with gastritis in Anutapura Hospital, Palu, with total sampling techniques. Research results of 40 respondents showed that the majority of respondents had less dietary patterns and severe stress levels in Out Patient Department at RSU Anutapura, Palu. Data analysis uses a chi-square test, with independent variables of diet relationships and stress levels and dependent variables for the recurrence of gastritis. Univariate result have good diet pattern. It is expected to improve health care for medical professionals by providing educational programs on the importance of regulating diets and stress levels in improving the quality of life in patients with gastritis, especially with chronic diseases.

Keywords: food, stress, and gastritis



**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRES TERHADAP
KEKAMBUHAN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT
RSU ANUTAPURA PALU**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana pada Program Studi Ners
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu



**RISQA AMALIA
201801035**

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIDYA NUSANTARA PALU
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRESS TERHADAP
KEKAMBUHAN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT
RSU ANUTAPURA PALU**

SKRIPSI

**RISQA AMALIA
201801035**

Skripsi Ini Telah Diujikan Tanggal 31 Oktober 2022

**Ns. Ni Nyoman Elfiyunai, S.Kep., M.Kes
NIK. 20210901130**

(.....)

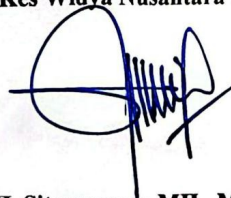
**Dr. Tigor H. Situmorang, MH., M.Kes
NIK. 20080901001**

(.....)

**Ns. Moh. Malikul, S.Tr.Kep., M.Tr.Kep
NIK. 20220901132**

(.....)

**Mengetahui,
Ketua STIKes Widya Nusantara Palu**



**Dr. Tigor H. Situmorang, MH., M.Kes
NIK. 20080901001**

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmatnya agar penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Terhadap Kekambuhan Gastritis di RSUD Anutapura Palu” skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.KEP) pada program studi Ilmu keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Nusantara Palu. Shalawat dan salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita jadikan teladan dalam aktifitas sehari-hari kita.

Penulis sangat menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak hanya karena kemampuan dan usaha penulis sendiri, tetapi juga berkat bantuan dari berbagai pihak, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua penulis bapak nardi dan ibu sahana yang selalu memberikan doa, kasih sayang, inspirasi serta dukungan kepada penulis. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Widyawati Situmorang, B.Sc.,M.Sc, selaku Ketua Yayasan Widya Nusantara Palu.
2. Dr. Tigor H. Situmorang. M.H., M.Kes, Selaku Ketua STIKes Widya Nusantara Palu, sekaligus pembimbing I yang selalu meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ns. Yuhana Damantalm, S.Kep., M.Erg Selaku Ketua Prodi Ners Widya Nusantara Palu.
4. Ns. Moh.Malikul Mulki. S,Tr Kep.,M.Tr Kep selaku pembimbing II saya yang setiap saat meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ns. Ni Nyoman Elfiyunai, S.Kep.,M.Kes selaku penguji utama yang telah meluangkan waktunya menguji dan mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi.

6. Dr. Maria Rosa Da Lima selaku direktur RSUD Anutapura Palu yang telah mengizinkan untuk peneliti melakukan penelitian di RSUD Anutapura
7. Responden yang berada di ruangan Poli penyakit dalam karena telah bersedia menjadi responden dalam pengambilan penelitian yang peneliti telah laksanakan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
8. Bapak / Ibu Dosen dan Staf STIKes Widya Nusantara Palu yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan dan keterampilan selama penulis mengikuti pendidikan.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua saya yang selalu membantu saya dan memberikan motivasi serta semangat dalam penyusunan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan saya IV A Keperawatan dan angkatan 2018 yang banyak memberikan dukungan
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu keperawatan.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL SKRISPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
LEMBAR PENGESAHAN	vii
PRAKARTA	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori	6
B. Kerangka Konsep	18
C. Hipotesis	19
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Desain Penelitian	19
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	19
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	19
D. Variabel Penelitian	20
E. Definisi Operasional	21
F. Instrumen Penelitian	22
G. Teknik Pengumpulan Data	22

H. Analisa Data	23
I. Alur Penelitian	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	25
A. Hasil	26
B. Pembahasan	30
C. Keterbatasan Penelitian	33
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	34
A. SIMPULAN	34
B. SARAN	34
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	18
Gambar 3.1 Bagan Alur Penelitian	24

DAFTAR TABEL

Tabel	4.1	Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin, dan pendidikan di Poli Penyakit Dalam dengan pasien rawat jalan di RSUD Anutapura Palu tahun 2022	27
Tabel	4.2	Distribusi Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan Terhadap Kekambuhan Gastritis di RSUD Anutapura Palu tahun 2022	28
Tabel	4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Terhadap Kekambuhan Gastritis Tahun 2022	28
Tabel	4.4	Distribusi Frekuensi Hubungan Pola Makan Terhadap Kekambuhan Gastritis Di RSUD Anutapura Palu 2022	29

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Penelitian
2. Surat Permohonan Pengambilan Data Awal di RSUD Anutapura Palu
3. Surat Permohonan Izin Turun Penelitian di RSUD Anutapura Palu
4. Permohonan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
5. Kuesioner
6. Permohonan Persetujuan Responden
7. Master Tabel
8. Hasil Olahan Data Uji Normalitas, Univariat Dan Bivariat SPSS
9. Dokumentasi Penelitian
10. Riwayat Hidup Penulis
11. Lembar Bimbingan Proposal/Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gastritis suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, maupun lokal. Ciri-ciri peradangan ini diantaranya anoreksia, perasaan penuh atau tidak nyaman di perut, mual dan muntah. gastritis atau yang biasa dikenal menjadi penyakit maag ialah penyakit yang sangat mengganggu, umumnya yang biasanya terjadi pada orang yang makannya tidak teratur yang dapat merangsang produksi asam lambung. Infeksi mikroorganisme tertentu dapat menyebabkan gastritis¹.

Berasal dari angka peristiwa gastritis di Indonesia berdasarkan WHO di tahun 2018 artinya terdapat 40,8% serta nomor kejadian gastritis di beberapa daerah di Indonesia relative tinggi menggunakan nomor insiden 274.396 masalah asal 238.452.952 juta penduduk, sesuai profil kesehatan Indonesia tahun 2019, gastritis ialah keliru satu penyakit dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap pada rumah sakit Indonesia menggunakan jumlah 30.154 masalah (4,9%). Sesuai data dinas kesehatan Indonesia provinsi Sumatra barat, gastritis menempati urutan ke-3 asal dari 10 penyakit terbanyak di sumtra barat tahun 2018 yaitu sebesar 86.874 perkara (10,94%)².

Berdasarkan data dari dinas kesehatan di Sulawesi tengah pada tahun 2020 yaitu di dapatkan jumlah penyakit gastritis berjumlah 100,525 kasus, dan data dari kota palu terdapat kasus gastritis berjumlah 19,480 kasus. Berdasarkan data yang diambil dari RSUD Anutapura Palu pada tahun 2021 terdapat 40 orang yang menderita penyakit gastritis³.

Gejala awal yang terjadi pada penderita gastritis adalah rasa tidak nyaman pada perut, perut kembung, sakit kepala serta mual yang dapat mengganggu kegiatan sehari-hari, rasa tak nyaman pada epigastrium, muntah, perih atau sakit seperti terbakar pada perut permukaan yang bisa menjadi

lebih baik atau lebih buruk, hilang selera makan, bersendawa, dan kembung. Bisa juga disertai demam, menggigil (kedinginan), serta cegukan (*hiccup*)⁴.

Jika gastritis ini tidak segera diobati, dapat menyebabkan konsekuensi atau penyakit lain. Gastritis akut dapat menimbulkan efek serupa berupa perdarahan saluran cerna bagian atas (SCBA). Konsekuensi lain yang mungkin dari gastritis kronis adalah gangguan penyerapan vitamin B12. Penyerapan vitamin B12 yang tidak mencukupi dapat menyebabkan anemia, gangguan penyerapan dan struktur zat besi, dan pelepasan *pylorus* dari lambung ke (duodenum) jika dibiarkan, gastritis dapat mengganggu fungsi lambung dan meningkatkan risiko keganasan lambung yang dapat berujung pada kematian⁵.

Gastritis merupakan penyakit awal yang terjadi di negara berkembang. Kehidupan awal dan dewasa termasuk dalam kategori usia subur, yang rentan terhadap gastritis. Diantarannya adalah di mana berbagai aktivitas dilakukan karena pekerjaan dan aktivitas lainnya³. Dampak yang terjadi jika gastritis tidak cepat ditangani ialah terjadi komplikasi yang serius, seperti Tukak lambung, perdarahan pada lambung serta dapat menyebabkan kanker pada lambung⁵.

Pola makan ialah suatu susunan jenis serta jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu yang tertentu terdiri dari frekuensi makan, jenis makan serta porsi makan. Menu seimbang perlu juga dimulai dan dikenal dengan baik sehingga akan berbentuk kebiasaan makan makanan seimbang dikemudian hari. Kebiasaan makan adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan kebiasaan kebiasaan dan perilaku yang berhubungan dengan pengaturan pola makan, pola makan yang tidak teratur dan tidak baik dapat menyebabkan gangguan system pencernaan. Jumlah dan frekuensi makan perlu diperhatikan untuk menringankan pekerjaan saluran pencernaan dimana sebaiknya makan 3 kali sehari dalam jumlah porsi kecil. Jenis makanan yang dapat merangsang perlu juga diperhatikan agar tidak dapat merusak lapisan mukosa pada lambung⁵.

Stres merupakan perubahan pada tubuh akibat terpapar bahaya atau ancaman. Stres juga dapat menimbulkan suatu pengaruh yang tidak menyenangkan pada seseorang berupa gangguan atau hambatan dalam pengobatan, meningkatkan resiko kesakitan pada seseorang, menimbulkan kembali penyakit yang sudah mereda. Stres memiliki efek yang sangat negative melalui mekanisme neuro endokrin terhadap saluran pencernaan sehingga beresiko untuk mengalami gastritis. Produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stres, misalnya pada beban berat, panik tergesa-gesa. Kadar asam lambung yang meningkat dapat mengakibatkan iritasi mukosa lambung dan jika hal ini dibiarkan maka dapat menyebabkan terjadinya peradangan mukosa lambung atau gastritis⁶.

Menurut Penelitian yang dilakukan oleh Ariyana di wilayah puskesmas tarok kota payakumbuh pada tahun 2018 menyatakan terdapat 88 responden yang memiliki perbedaan signifikan antara pola makan dengan terhadap kekambuhan gastritis. Sedangkan Penelitian lain yang dilakukan oleh Gustin di poliklinik penyakit dalam Rsup Dr. M Jamil Padang Tahun 2018 menyatakan bahwa 30 responden yang mengalami gastritis didapatkan bahwa proporsi kejadian gastritis lebih tinggi pada responden yang mengalami stress dan hal ini juga dapat mempengaruhi kejadian kekambuhan terhadap gastritis⁷.

Pada saat pengambilan data awal didapatkan data bahwa di RSUD Anutapura Palu dimana penyakit ini merupakan penyakit yang dominan diderita oleh Orang dewasa, orang tua maupun lansia yang berada di RSUD Anutapura Palu, penderita penyakit ini pada tahun 2021 responden yang memiliki penyakit gastritis berjumlah 30 orang. Peneliti juga melakukan wawancara pada beberapa pasien yang rawat jalan dan rawat inap. Menurut penuturan para responden, pola makan mereka teratur sehari 3x akan tetapi porsi makanan tidak dapat dihabiskan atau hanya $\frac{1}{4}$ yang dapat dihabiskan dan responden juga mengatakan bahwa jika mereka mengalami stress pola makan mereka jadi tidak teratur dan hanya makan 1 atau 2x sehari akan tetapi hanya $\frac{1}{2}$ saja yang dihabiskan mereka, Maka dari itu peneliti tertarik

untuk melakukan penelitian Hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap kekambuhan gastritis di wilayah RSUD Anutapura Palu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Ada hubungan pola makan dan tingkat stress terhadap kekambuhan gastritis”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Teranalisis Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stress Terhadap Kekambuhan Gastritis Di Rumah Sakit Anutapura Palu.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Teridentifikasi Pola Makan Terhadap Kekambuhan Gastritis Di Rumah Sakit Anutapura Palu.
- b. Teridentifikasi Tingkat Stres Terhadap Kekambuhan Gastritis Di Rumah Sakit Anutapura Palu.
- c. Teranalisis Pola Makan Dan Tingkat Stres Dengan Kekambuhan Gastritis Di Rumah Sakit Anutapura Palu.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi Bermanfaat diantaranya:

a. Bagi Rumah Sakit

Sebagai sumber untuk memperoleh informasi dan mengidentifikasi masalah psikologis pasien Gastritis terutama yang berhubungan dengan pola makan dan tingkat stres sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan pada pasien Gastritis baik yang rawat inap dan yang rawat jalan.

b. Bagi Masyarakat

Sebagai informasi yang dapat digunakan dalam usaha mengurangi terjadinya keterlambatan pola makan dan tingkat stres pada pasien Gastritis dan sebagai informasi dalam menjalankan pola hidup yang sehat di kehidupan sehari-hari.

c. Bagi Ilmu Kesehatan

Penelitian ini diharapkan memberikan acuan untuk digunakan sebagai referensi untuk peneliti pada penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Wahyuni SD, Rumpiati, LestaRiningsih REM. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. Glob Heal Sci [Internet]. 2017;2(2):149–54.
Available from: <http://jurnal.csdforum.com/index.php/ghs>
2. Irianty H, Hayati R, Suryanto D. Kejadian Gastritis Berdasarkan Aspek Promosi Kesehatan Dan Pola Makan Article history : in revised form 23 Juni 2020 Universitas Muslim Indonesia Accepted 26 Juni 2020 Address : Available Email : Phone : tahun 2017 jumlah penderita gastritis di seluruh ru. J Kesehat. 2020;3(3):251–8.
3. Hudha L. hubungan antara pola makan dan aktivitas fisik terhadap obesitas pada remaja kelas II SMP theresiana I Yayasan Bernadus Semarang. J Kesehat. 2018;
4. Abata, Qorry A. 2019. Ilmu Penyakit Dalam. Madiun. Al-Furqon.
5. Alfiana, Arini D. 2019. Regulasi Diri Mahasiswa Ditinjau Dari Keikutsertaan Dalam Organisasi Kemahasiswaan. Malang: Fakultas Psikologi UMM.
6. Arikunto, Suharsimi. 2018. Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik: Jakarta: Rineka Cipta.
7. Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung
8. Bahria & Triyanti. 2019. Faktor-faktor yang terkait dengan konsumsi buah dan sayur pada Remaja di 4 SMA Jakarta Barat. FKM UI.
9. Beck, E. 2011. Ilmu Gizi dan Diet: Hubungan Dengan Penyakit-penyakit Untuk Perawat dan Dokter. Yogyakarta: ANDI
10. Boediman, Drajat. 2015. Sehat Bersama Gizi. Jakarta: Sagung Seto. Brunner & Suddarth. 2016. Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC.
11. Digiulio, Mary. 2019. Keperawatan Medikal Bedah. Yogyakarta: Rapha Deepublish.
12. Duha, Timotius. Perilaku Organisasi. 2019. Yogyakarta. Deepblish.
13. Feldam, Mark, Dkk. 2017. Gastrointestinal And Liver Disease: Pathophysiology/

14. Ika. 2018. Hubungan Kecemasan dan Tipe Kepribadian Introvert dengan Dyspepsia Fungsional.
15. Inayah, Iin. 2017. Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Pencernaan. Jakarta: Salemba Medika.
16. Jauriah, Rapida, Dkk. 2019. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di puskesmas pulubala Kecamatan Pulubala Kabupaten Gorontalo: FIKK UNG.
17. Kasjonoo, Heru Subaris & Yasril. 2015. Teknik Sampling Untuk Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
18. Mawey, Kevin B, Dkk. 2019. Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Pencegahan Gastritis Ppada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Likupang. FK Universitas Sam Ratulangi Manado.
19. Mitayani & Sartika, Wiwi. 2018. Buku Saku Ilmu Gizi. Jakarta: Trans Info Media.
20. Mulia, A. 2019. Pengetahuan Gizi, Pola Makan Dan status Gizi Mahasiswa Pendidikan Teknologi Kimia Industri (PTKI) Medan Tahun 2019.
21. Muttaqin, Arif& Sari, Kumala. 2019. Gangguan Gastrointestinal: Aplikasi Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: Salemba Medika.
22. Nasution, Kurniati N, Dkk. 2019. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat.
23. Pratomo, Arief & Hidayati, Maftuhah Y. 2021. Karakter Dan Keaktifan Berorganisasi Dalam Pencapaian Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa PGSD FKIP UMS.
24. Priyanto, Agus. 2019. Endoskopi Gastrointestinal. Jakarta: Salemba Medika.
25. Putri, Mahaji SR, Dkk. 2020. Hubungan Pola Makan Dengan Timbulnya Gastritis Pada Pasien di Universitas Muhammadiyah Malang Medical Center (UMC). Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Trihuwana Tunggadewi Malang.
26. Rahma M. Ansar J. Rismayanti. 2012. Faktor Risiko Kejadian Gastritis Di wilayah Kerja Puskesmas Kampili Kabupaten Gowa.
27. Robbins. 2019. Buku Ajar Patologi. Jakarta: EGC.
28. Rosyidah, Hikmah & Wijayanti, Lono. 2019. Hubungan Antara Personal.
29. Soetjningsih.2018. Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya.Jakarta: Sagung Seto.
30. Sopiudin.2019. Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel. Jakarta: Salemba Medika.

31. Tapia Pancardo D, Jesus Sandoval R, et al. 2018. *Identification Of Life Habits Factors As Risk For Gastritis And Colitis Occurrence In A Mastizo Population Of Chabeklumil: Chiapas. Maxico. Open J Nursing.*