

Original Research Article

Hubungan Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Santri Putri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura

Auliya Ulfa^{1*}, Atik Sri Wulandari², Harsono Wiradinata³

^{1,2,3}Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

*Corresponding e-mail: auliyaulfaHasan@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Gastritis atau penyakit maag merupakan kondisi ketika lapisan dalam (mukosa) dinding lambung mengalami peradangan atau pembengkakan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stress dan pola makan pada santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura dengan kejadian gastritis. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan deskriptif analitik pendekatan case control dengan total sampling (95 responden: 47 kasus gastritis dan 48 kontrol). Instrumen pengukuran stres menggunakan DASS-42 (Depression Anxiety Stress Scale) dan pola makan menggunakan kuesioner tervalidasi yang mengukur frekuensi, jenis, dan porsi makan. Kriteria inklusi mencakup santri putri aktif dengan/tanpa diagnosis gastritis dari dokter klinik. **Hasil:** Penelitian ini melibatkan 95 responden, terdiri dari 47 responden kelompok kasus (gastritis) dan 48 responden kelompok kontrol (non-gastritis). Hasil analisis menunjukkan bahwa pada santri sebagian besar mengalami stres sangat berat yaitu 21 responden (22,1%) sedangkan pada pola makan sebagian besar mengalami kategori pola makan kurang sejumlah 56 responden (58,9%). Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai p stres sebesar 0,005 dan nilai p pola makan sebesar 0,001 (taraf signifikansi 0,05). Karena kedua nilai p lebih kecil dari 0,05, maka H₀ ditolak yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan pola makan dengan kejadian gastritis pada santri. Besar asosiasi stres terhadap gastritis menunjukkan Cramer's V=0,369 (lemah) dan asosiasi pola makan terhadap gastritis menunjukkan Phi=0,495 (sedang). **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa stres berat dan pola makan yang buruk berhubungan dengan kejadian gastritis pada santri di pondok pesantren Bangkalan, Madura. Oleh karena itu, diperlukan evaluasi pola makan dan pengaturan aktivitas untuk membantu mencegah gastritis

Kata Kunci : Kejadian Gastritis, Pola Makan, Stres

The Relationship Between Stress and Diet With incidence Of Gastritis in Students at the Bangkalan Madura Islamic Boarding School

Abstract

Background: Gastritis or ulcer disease is a condition when the inner layer (mucosa) of the stomach wall experiences inflammation or swelling. **Objectives:** This study aims to determine the relationship between stress and diet with incidence gastritis in students at the Bangkalan Madura Islamic Boarding School. **Methods:** The design of this study uses a descriptive analytical case control approach. **Result:** The results of the research that has been conducted on 95 respondents divided into case groups (gastritis) amounting to 47 respondents and 48 respondents were in the control group (non-gastritis). The results of the analysis showed that most of the students experienced very heavy stress, namely 21 respondents (22.1%), while in the diet, most of them experienced a lack of diet category, a total of 56 respondents (58.9%). Meanwhile, the results of the Chi Square stress statistical test obtained a value of 0.005 with a

significance level of 0.05. The test criteria are that the null hypothesis (H_0) is rejected if < 0.05 . Because the value in the statistical test was greater than 0.05, H_0 was rejected, which means that there was a significant relationship between stress and the incidence of gastritis in students. Also, in the results of the Chi Square stress statistical test, a value of 0.001 was obtained with a significance level of 0.05, which can be concluded that there is a relationship between diet and the incidence of gastritis in students. **Conclusions:** The conclusion of this research is that very severe stress and poor diet can trigger gastritis in students at the Bangkalan Madura Islamic boarding school, Bancaran Bangkalan. It is hoped that this research can be a reference for students and pesantren to evaluate diets and activities that are too dense to be able to prevent the occurrence of gastritis.

Keywords: Incidence of Gastritis, Diet, Stress

ARTICLE HISTORY:

Received 09-05-2025

Revised 11-06-2026

Accepted 19-06-2026

PENDAHULUAN

Istilah gastritis atau penyakit maag merupakan kondisi ketika lapisan dalam (mukosa) dinding lambung mengalami peradangan atau pembengkakan (Sari et al., 2024). Presentase dari angka kejadian gastritis di Indonesia menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 adalah 40,8% dan angka prevalensi mencapai 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk di seluruh daerah Indonesia (Jusuf et al., 2022). Kesibukan yang berlebih banyak mengakibatkan seseorang stres dan lupa untuk makan, hal ini merupakan awal kejadian gastritis (Premesti & Riyadi, 2022; Valentine & Kunci, 2024). Selain itu, ada beberapa faktor risiko yang menyebabkan gastritis antara lain menggunakan obat aspirin atau antiradang non steroid, infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, konsumsi alkohol, kafein, merokok, stres yang berkepanjangan, memiliki pola makan yang buruk (Aprian et al., 2024; Purbaningsih, 2020; Suratinoyo & Taharuddin, 2022). Segala kegiatan yang sudah terstruktur dan didasarkan pada nilai-nilai Islam setiap harinya sering kali, membuat para santri menunda atau bahkan meniggalkan makan mereka (Khodri et al., 2025).

Santri harus bisa membagi waktu untuk dapat mengerjakan kegiatan pribadi, seperti para santri harus mengantri dengan teman lainnya. Kewajiban demikian membuat para santri harus menjalanin pola hidup yang baru dan berbeda ketika mereka berada rumah (Amalia et al., 2020). Kegiatan-kegiatan tersebut seperti makan, mandi, dan menyetrika pakaian. Dimana terdapat salah satu peraturan di Pondok Pesantren yaitu tidak boleh terlambat. Pola hidup yang cukup berbeda inilah yang membuat para santri harus beradaptasi dengan lingkungan di Pondok Pesantren (Soka et al., 2023, 2025). Peraturan tersebut sering membuat mereka takut sehingga meninggalkan waktu makan agar dapat mengerjakan hal lainnya atau bahkan lebih memilih makan makanan yang lebih praktis seperti makanan kesukaannya yaitu makanan pedas, asam terlalu manis dan gorengan (Imam et al., 2022; Nursyahfitri et al., 2024). Kebiasaan baru yang berakibat stres dan pola makan buruk seperti ini dapat menyebabkan kejadian gastritis di pondok pesantren meningkat. Kebiasaan baru yang berakibat pada meningkatnya stres dan pola makan yang buruk seperti ini dapat memicu terjadinya gastritis di lingkungan pondok pesantren (Afiyah et al., 2025; Pranata et al., 2022). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dan pola makan dengan kejadian gastritis pada santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura.

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian analitik yang bersifat menjelaskan hubungan antar variabel melalui hipotesa menggunakan pendekatan case control. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling* atau disebut juga judgment sampel. Adalah suatu teknik penetapan sampel dengan car

a memilih sampel yang dikehendaki peneliti sesuai dengan kriteria penelitian sehingga mewakili populasi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 95 responden, dengan rincian 47 pada kelompok kasus (gastritis) dan 48 pada kelompok kontrol (non-gastritis).

Kriteria inklusi kelompok kasus adalah santri putri yang telah didiagnosis gastritis oleh dokter klinik pondok pesantren. Kriteria inklusi kelompok kontrol adalah santri putri yang tidak memiliki riwayat gastritis. Kriteria eksklusi meliputi santri yang tidak hadir pada saat pengambilan data, tidak bersedia menjadi responden, atau sedang mengonsumsi obat lambung secara rutin. Jumlah 95 responden ditetapkan berdasarkan teknik total sampling dari seluruh santri putri yang memenuhi kriteria pada periode penelitian Januari-Maret 2024. Kedua kelompok berasal dari pondok pesantren yang sama dengan karakteristik dasar yang setara (rentang usia 13-18 tahun, jenis kelamin perempuan, dan status tinggal di asrama).

Instrumen pengukuran tingkat stres menggunakan Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42) yang telah divalidasi pada populasi Indonesia, dengan 14 item khusus stres, rentang skor 0-42, menggunakan kategori: Normal (0-14), Ringan (15-18), Sedang (19-25), Berat (26-33), dan Sangat Berat (≥ 34). Instrumen pola makan menggunakan kuesioner terstruktur yang mengukur tiga dimensi: frekuensi makan per hari, jenis makanan yang dikonsumsi, dan ukuran porsi makan. Kategorisasi pola makan adalah 'Cukup/Baik' jika skor $\geq 60\%$ dan 'Kurang' jika skor $< 60\%$. Kuesioner pola makan telah melalui uji validitas ($r=0,361-0,768$) dan reliabilitas (Alpha Cronbach= $0,812$). Definisi operasional gastritis dalam penelitian ini adalah diagnosis klinis yang ditetapkan oleh dokter klinik pondok pesantren berdasarkan gejala klinis. Analisis data menggunakan uji chi-square dengan ukuran asosiasi Cramer's V (variabel stres) dan Phi coefficient (variabel pola makan), serta Odds Ratio (OR) dengan 95% *Confidence Interval* (CI).

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Gambaran Distribusi Frekuensi Stres

Kategori Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase
Normal	17	17.9
Ringan	19	20.0
Sedang	20	21.1
Berat	18	18.9
Sangat Berat	21	22.1
Total	95	100.0

Sumber : Data kuesioner diolah peneliti, 2024

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil bahwa dari 95 santri putri yang menjadi responden, terdapat 17 santri (17.9%) memiliki kategori stress normal, 19 santri (20.0%) memiliki kategori stress ringan, 20 santri (21.1%) memiliki kategori sedang, 18 santri (18.9%) memiliki kategori berat dan 21 santri (22.1%) memiliki kategori sangat berat.

Tabel 2. Gambaran Distribusi Frekuensi Pola Makan

Kategori Pola Makan	Frekuensi	Presentase
Cukup/Baik	39	41.1
Kurang	56	58.9
Total	95	100.0

Sumber : Data kuesioner diolah peneliti, 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan hasil bahwa mayoritas pola makan pada santri berada pada kategori pola makan kurang yaitu sebanyak 56 responden (58.9%) dan 39 responden (41.1%) sisanya memiliki kategori cukup/baik.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hasil uji Tabel Silang chi square

Kriteria Tingkat Stres	Frekuensi				Total		p-value sig (<0,05)	Keterangan
	Non-Gastritis		Gastritis					
	n	%	n	%	n	%		
Normal	13	27.1	4	8.5	17	17.9	0,005 (r=0.369)	Signifikan
Ringan	13	27.1	6	12.8	19	20.0		
Sedang	11	22.9	9	19.1	20	21.1		
Berat	5	10.4	13	27.7	18	18.9		
Sangat Berat	6	12.5	15	31.9	21	22.1		
Jumlah	48	100.0	47	100.0	95	100.0		

Sumber: Data kuesioner diolah peneliti, 2024

Berdasarkan tabel 3 hasil uji *tabel silang chi square* pada hubungan stres pada santri dengan kejadian gastritis didapatkan nilai p sebesar $0,005 < \alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara stres pada santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura dengan kejadian gastritis, sehingga H_0 ditolak H_1 diterima. Pada hasil korelasi menunjukkan nilai $r = 0,369$ yang artinya kekuatan hubungan antara variabel adalah lemah akan tetapi hasilnya signifikan, dimana dengan semakin banyak responden yang mengalami stres sangat berat maka semakin tinggi pula risiko untuk gastritis.

Tabel 4. Hasil uji Tabel Silang chi square

Kriteria Pola Makan	Frekuensi						p-value sig ($<0,05$)	eterangan
	Non Gastritis		Gastritis		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Cukup/Baik	33	68.8	6	12.8	39	41.1	0,001 (r=0.495)	Signifikan
Kurang	15	31.3	41	87.2	56	58.9		
Jumlah	48	100.0	47	100.0	95	100.0		

Sumber: Data kuesioner diolah peneliti, 2024

Berdasarkan tabel 4 hasil uji *chi square* pada hubungan pola makan pada santri dengan kejadian gastritis didapatkan nilai p sebesar $0,001 < \alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan pada santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura dengan kejadian gastritis, sehingga H_0 ditolak H_1 diterima. Pada hasil korelasi menunjukkan nilai $r = 0,495$ yang artinya kekuatan hubungan antara variabel adalah lemah mendekati kuat akan tetapi hasilnya signifikan, dimana dengan semakin banyak responden yang mengalami pola makan kategori kurang maka semakin tinggi pula risiko untuk gastritis.

PEMBAHASAN

Stres

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Bangkalan Madura kepada 95 responden pada variabel stres menunjukkan hasil bahwa santri memiliki kategori stres sangat berat dengan jumlah 21 responden (22.1%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amanda et al., (2022) tentang "*Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun*" didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki kategori stress sangat berat yaitu 46 responden dari 102 responden. Namun, penelitian ini tidak sependapat dengan penelitian Shofah & Widiyawati (2022) tentang "*Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 12-15 tahun di MTs. Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik*" menunjukkan hasil yang diperoleh terdapat 37 responden mengalami kategori tingkat stress sedang dari 44 responden.

Stress merupakan gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan tuntutan pada kehidupan (Firhana et al., 2024). Selain itu, menurut Charles D. stress adalah

tekanan yang dari bersumber dari luar, seperti hal-hal di sekitar seseorang atau dorongan yang dianggap berbahaya. Karena stres juga dapat diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Jenita DT Donsu, 2017). Stres tidak selalu berdampak negatif, terkadang stres dapat bermanfaat dan mendorong orang untuk bertindak lebih positif.

Secara patofisiologis, stres kronis mengaktifkan axis HPA (Hypothalamic-Pituitary-Adrenal) yang memicu peningkatan sekresi kortisol. Kortisol yang berlebih menghambat produksi prostaglandin, sehingga produksi mukus pelindung dinding lambung berkurang. Selain itu, stimulasi sistem saraf otonom (saraf vagus) akibat stres meningkatkan sekresi asam lambung (HCl) melalui pelepasan asetilkolin, yang pada akhirnya menyebabkan iritasi dan peradangan pada mukosa lambung (Firhana et al., 2024; Pranata et al., 2022). Gangguan motilitas lambung akibat stres juga dapat memperlambat pengosongan lambung sehingga memperpanjang kontak asam dengan dinding lambung. Hal inilah yang menjelaskan mengapa santri yang mengalami stres berat dan sangat berat lebih rentan mengalami gastritis.

Pola makan

Hasil penelitian yang dilakukan kepada 95 responden santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura diperoleh mayoritas mengalami kategori pola makan kurang. Penelitian ini tidak sejalan dengan Marissa et al., (2022), yang dilakukan pada remaja dayah di Aceh Besar dengan hasil tidak ada hubungan antara pola makan dengan gastritis, karena mayoritas remaja memiliki pola makan baik yaitu 52 responden dari 96 responden. Namun, penelitian ini sependapat dengan Desty (2020), tentang hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja kelas X di MA Walisongo Madiun yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan hasil mayoritas remaja memiliki pola makan buruk sejumlah 36 responden mengalami gastritis dari 39 responden dan 3 responden sisanya memiliki pola makan baik.

Pola makan yang sehat dapat memengaruhi status gizi seseorang, baik dalam hal kecukupan maupun keseimbangan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh (Musyafra et al., 2024). Pola makan yang sehat adalah kebiasaan untuk mengonsumsi makanan yang dapat mempengaruhi status gizi seperti makanan dikonsumsi dalam jumlah yang cukup, berkualitas tinggi, dan bervariasi secara seimbang untuk memenuhi berbagai macam zat gizi yang diperlukan oleh tubuh sehingga tubuh dapat mencapai kondisi gizi terbaik dan mencegah tidak terjadi maag atau gastritis (Charina et al., 2022; Leviana & Agustina, 2024).

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner tentang pola makan banyak santri yang sering mengonsumsi makanan pedas, asam, mengandung banyak lemak, mi instan dan sering minum minuman yang tinggi kafein seperti kopi dan teh. Selain itu, santri yang sibuk dengan aktivitas sehari-hari membuat mereka tidak dapat makan 2-3 kali sehari dan sering jajan ketika di sekolah. Dilihat dari beberapa kebiasaan santri ini dapat menimbulkan kejadian gastritis.

Secara patofisiologis, frekuensi makan yang tidak teratur (kurang dari 3 kali sehari atau melewatkan waktu makan) menyebabkan lambung tetap mensekresi asam meskipun tidak ada makanan yang dicerna, sehingga mukosa lambung teriritasi oleh asam lambung itu sendiri. Konsumsi makanan pedas mengandung capsaicin yang secara langsung mengiritasi mukosa lambung dan meningkatkan sekresi asam. Makanan asam meningkatkan keasaman intraluminal, sedangkan makanan berlemak tinggi memperlambat pengosongan lambung sehingga memperpanjang paparan mukosa terhadap asam. Konsumsi kafein (kopi, teh) meningkatkan produksi asam lambung melalui stimulasi reseptor adenosin (Wahab et al., 2022; Musyafra et al., 2024). Kebiasaan pola makan santri yang ditemukan dalam penelitian ini merupakan kombinasi faktor risiko yang secara sinergis meningkatkan risiko terjadinya gastritis.

Stres dan kejadian Gastritis

Dari penelitian ini diperoleh hasil yang signifikan yaitu ada hubungan antara stres pada santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura dengan kejadian Gastritis. Penelitian ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan Amanda et al., (2022) menyebutkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian gastritis pada mahasiswa fakultas ilmu kesehatan Universitas Ibn Khaldun. Menurut Potter dan Perry stres merupakan reaksi fisik, mental dan kimia dari tubuh terhadap situasi yang menakutkan, mengejutkan, membingungkan, membahayakan dan merisaukan sehingga membuat ketidaknyamanan pada seseorang (Bayti et al., 2021). Stress juga salah satu faktor risiko terhadap kejadian gastritis (Khaerul et al., 2023).

Pola Makan dan Kejadian Gastritis

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan hasil pengujian yang signifikan yakni ada hubungan antara pola makan pada santri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura dengan kejadian Gastritis. Penelitian ini sejalan dengan Trisnayanti (2019) yang menyebutkan ada hubungan antara pola makan dengan gastritis pada remaja di SMA PGRI 4 Denpasar.

Pola makan dapat dibedakan menjadi frekuensi, jenis dan porsi makana. Jika pola makan yang dilakukan tidak sesuai dapat menyebabkan iritasi pada dinding lambung sehingga kenaikan pada angka kejadian gastritis di pondok pesantren (Wahab et al., 2022).

KESIMPULAN

Sebagian besar santri putri di Pondok Pesantren Bangkalan Madura mengalami stres pada kategori sangat berat yaitu 21 responden (22,1%) dan memiliki pola makan kategori kurang yakni sejumlah 56 responden (58,9%) serta 39 responden (41,1%) memiliki kategori cukup/baik. Penelitian ini melibatkan 95 santri putri sebagai responden, yang digolongkan pada kelompok kasus (gastritis) sejumlah 47 responden dan kelompok kontrol (non-gastritis) sejumlah 48 responden. Berdasarkan hasil penelitian dari uji tabel silang *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres pada santri dengan kejadian gastritis.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam menginterpretasikan hasil: (1) Desain case-control tidak dapat membuktikan hubungan kausalitas antara stres/pola makan dengan kejadian gastritis, hanya menunjukkan adanya hubungan (asosiasi); (2) Pengukuran stres menggunakan kuesioner DASS-42 dan pengukuran pola makan bersifat self-reported sehingga berpotensi recall bias dan social desirability bias; (3) Penelitian tidak mengontrol variabel perancu (confounding) seperti penggunaan NSAID/aspirin, riwayat infeksi *H. pylori*, dan konsumsi kafein berlebih yang juga merupakan faktor risiko gastritis yang diketahui; (4) Tidak dilakukan matching formal antara kelompok kasus dan kontrol; (5) Teknik purposive sampling berpotensi menimbulkan selection bias meskipun telah diupayakan total sampling dari populasi yang memenuhi kriteria.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini berhasil diselesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis sampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada: Dr. Atik Sri Wulandari, SKM., M.Kes dan dr. Harsono Wiradinata, Sp.KJ., MBA sebagai Dosen Pembimbing, drg. Theodora, Sp.Ort sebagai Dosen Penguji Proposal maupun Skripsi, drg. Theodora, Sp.Ort sebagai Dosen Penguji Proposal maupun Skripsi, dr. Moh. Sholeh, MARS selaku Kepala Klinik Arsyifa First Medika Arosbaya Bangkalan, Pengasuh dan pengurus di Pondok Pesantren tersebut.

Terima kasih atas semua dukungan, semangat, doa terbaik bagi penulis. Dalam penyusunan skripsi ini telah berusaha sebaik-baiknya, namun penulis menyadari atas segala kekurangan, kritik dan saran yang bersifat membangun dibutuhkan demi kesempurnaan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Afiyah, R. S., Agustiani, S., & Hermain. (2025). Hubungan Pola Makan, Stres, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Taman Sari Kota Pangkal Pinang

- Tahun 2023. *Medic Nutricia : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(3), 25–31. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>
- Amalia, A. R., Setiawan, F., & Astuti, J. T. (2020). Peran Kader SPG (Stop Penyakit Gastritis) Di Pondok Pesantren. *Jurnal Pesut: Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat*, 2(1), 9–17. <https://doi.org/10.30650/jp.v2i1.1319>
- Amanda, K. A., Alfaeni, S. W., Amalia, N., Afifah, N., & Nasution, A. S. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun. *Contagion :Scientific Periodical of Public Health and Coastal Heal*, 3(2), 75 - 87. <http://dx.doi.org/10.30829/contagion.v3i2.9627>
- Aprian, E. D., Nurman, M., & Hastuty, M. (2024). Gambaran Karakteristik Individu Pada Pasien Gastritis Yang Berobat Di Puskesmas Kampa Tahun 2025. *Journal Inovasi Kesehatan dan Keperawatan*, 1(2), 210–215.
- Bayti, C. S., Indah, Jubaidah, Priani, N. K., & Jayanthi, S. (2021). Gambaran Pola Hidup Mahasiswa Perantauan terhadap Kejadian Gastritis di Universitas Samudra, Aceh. *Jurnal Biologi Edukasi*, 13(1), 43–47.
- Charina, M. S., Sagita, S., Marthen, S., Koamesah, J., & Woda, R. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pola Konsumsi dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 23(1), 197–204. <https://doi.org/10.35508/cmj.v10i1.6829>
- Firhana, V., Riliani, M., Arwinda, R., & Riani, S. N. (2024). Hubungan antara Tingkat Stres dengan Penyakit Gastritis pada Siswa SMA Negeri 2 Tambun Selatan dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam The Relationship between Stress Level and Gastritis of SMA Negeri 2 Tambun Selatan Students and its Overview According t. *Junior Medical Journal*, 2(11), 1295–1302. <https://doi.org/10.33476/jmj.v2i11.4112>
- Imam, N., Sari, W. I., & Elmaghfuroh, D. R. (2022). Gambaran Pengetahuan dan Perilaku Konsumsi Obat tentang Swamedikasi pada Remaja dengan Kejadian Gastritis di Pondok Pesantren Raudlatul Ulum 1 Malang. *Journal Health Care Media*, 6(1), 22–31. <https://doi.org/10.70633/2721-6993.192>
- Jusuf, H., Adityaningrum, A., & Yunus, R. (2022). Determinan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa. *Jambura Health and Sport Journal*, 4(2), 108–118. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v4i2.15171>
- Khaerul, I. H., Rifky, S., & Firza, D. (2023). Analisis Pengaruh Stres Dalam Belajar Terhadap Fisik Mahasiswa Dengan Menggunakan Metode Regresi Linier. *Bulletin of Applied Industrial Engineering Theory*, 4(1), 31–34.
- Khodri, A., Sailan, M. Z., & Purba, R. P. K. (2025). Peningkatan Pengetahuan Pengobatan Gastritis: Studi Di Pondok Pesantren Nurul Falah Kabupaten Bangka Tengah. *Lontara Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 1–6.
- Leviana, S., & Agustina, Y. (2024). Analisis Pola Makan dengan Status Gizi pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *MANUJU: Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1635–1656. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.10864>
- Marissa, R., Asniar, & Yanti, S. V. (2022). Pola Makan pada Remaja Dayah yang Mengalami Gejala Gastritis di Aceh Besar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 7(1).
- Musyafra, N., Irawan, D., & Yusuf. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Fuad Seruway Kabupaten Aceh Tamiang. *Public Health Journal*, 1(3), 1–14. <https://doi.org/10.62710/t0h63b73>
- Premesti, W. G., & Riyadi, M. E. (2022). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Santri. *Journal of Experimental and Clinical Pharmacy (JECp)*, 2(1), 52–59. <https://doi.org/10.52365/jecp.v1i2.366>
- Purbaningsih, E. S. (2020). Analisis Faktor Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Resiko Kejadian Gastritis Berulang. *Syntax Idea*, 2(5), 50–60. <https://doi.org/10.46799/syntax-idea.v2i5.262>
- Sari, I. D., Fitri, S., Rahmat, W., & Putri, Y. A. (2024). Pengetahuan masyarakat tentang penyakit

- gastritis di wilayah Kelurahan Gedong Jakarta Timur. *Jurnal Farmasi IKIFA*, 3(1), 137–143.
- Shofah, W., & Widiyawati, W. (2022). Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Usia 12-15 Tahun di MTs. Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik. *Journal of Public Health Science Research (JPHSR)*, 3(1), 1–10. <https://doi.org/10.30587/jphsr.v4i1.5417>
- Soka, B. G., Article, I., Tract, D., & Commons, C. (2025). Education on the Use of Gastrointestinal Drugs (Gastritis) among Students at P2S2 Sukorejo Islamic Boarding School. *ABDIMAS BERKARYA: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkarya*, 4(03), 52–59.
- Soka, B. G., Kholdah, N. D., Article, I., & Commons, C. (2023). Analisis Kejadian Gastritis pada Siswa SMK Ibrahimy 1 P2S2 Sukorejo di Klinik Pratama Idaman As'adiah. *PARADIGM: Journal Of Multidisciplinary Research and Innovatio*, 1(02), 58–68.
- Suratinoyo, J. F., & Taharuddin. (2022). Hubungan Pola Konsumsi Kopi dengan Kekambuhan Gastritis Pada Remaja : Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(3), 2748–2756.
- Trisnayanti, N. I. N. (2019). *Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Gejala Gastritis pada Remaja di SMA PGRI 4 Denpasar*.
- Valentine, H., & Kunci, K. (2024). Hubungan Pola Makan Dan Stres Terhadap Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ulakan Tapakis Kabupaten Padang Pariaman Abstrak Latar Belakang. *Sedidi Health and Nursing Journal (SHNJ)*, 2(1), 9–13.
- Wahab, A., Lubis, E. S., Siregar, S. D., Siagian, M., & Simbolon, J. A. (2022). Pola Makan dan Kaitannya dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(4), 337–341. <https://doi.org/10.33221/jikm.v11i04.1542>