

Original Article



Hubungan Kepuasan Dan Kebiasaan Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung (FFQ Dan Food Recall 24 Jam) Dengan Kejadian Gastritis Pada Pasien

The Relationship Between Eating Satisfaction And Consumption Habits Of Gastric Acid-Triggering Foods (Food Frequency Questionnaire And 24-Hour Food Recall) With The Incidence Of Gastritis Among Patients

Ni Putu Mira Sari Handayani^{1*}, Dewi Woro Astui², Nurul Aziza³,

^{1*,2,3} Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan Universitas Mitra Indonesia,
niputumira22.student@umitra.ac.id

Informasi Artikel

Submit: 31-7-2026

Diterima: 17 – 08 – 2026

Dipublikasikan: 20 – 08 – 2026

ABSTRACT

According to data from the Ministry of Health of the Republic of Indonesia, gastritis ranks among the top ten most common diseases treated at healthcare facilities. At the Way Kandis Community Health Center (Puskesmas) in Bandar Lampung, the incidence of gastritis remains high, necessitating an investigation into the factors associated with the condition. This study aims to determine the relationship between meal satisfaction and the consumption habits of foods that trigger gastric acid—assessed via a Food Frequency Questionnaire (FFQ) and a 24-Hour Food Recall—and the incidence of gastritis among patients at the Way Kandis Community Health Center in Bandar Lampung in 2026. This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The study population consisted of all patients visiting the Way Kandis Community Health Center, with a sample of 78 respondents selected using accidental sampling. Research instruments included a meal satisfaction questionnaire, an FFQ, a 24-Hour Food Recall, and an observation sheet. Bivariate analysis was conducted using the Chi-Square test. The Chi-Square test results indicated no significant relationship between meal satisfaction and the incidence of gastritis ($p = 0.990$). Similarly, no significant relationship was found between the consumption habits of gastric acid-triggering foods—as measured by either the FFQ ($p = 0.469$) or the 24-Hour Food Recall ($p = 0.449$)—and the incidence of gastritis. It is concluded that there is no association between these variables. The study recommends that the Community Health Center continue to enhance public education regarding healthy dietary patterns, regular meal timing, and the prevention of gastritis risk factors through community health promotion activities.

Keywords: Gastritis, Eating Satisfaction, Food Frequency Questionnaire (FFQ), 24- Hour Food Recall.

**Alamat Penulis Korespondensi:*
Ni Putu Mira Sari Handayani;
Universitas Mitra Indonesia. Jl. ZA
Pagar Alam no 7 Gedong Meneng
Bandar Lampung
Phone: 085841925358
Email:
niputumira22.student@umitra.ac.id

ABSTRAK

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gastritis termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di fasilitas pelayanan kesehatan. Di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung, jumlah kasus gastritis masih cukup tinggi sehingga diperlukan upaya untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepuasan makan dan kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan Food Recall 24 Jam dengan kejadian gastritis pada pasien di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026. Metode penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh pasien yang berkunjung di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung dengan jumlah sampel sebanyak 78 responden yang diambil menggunakan teknik accidental sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kepuasan makan, Food Frequency Questionnaire (FFQ), Food Recall 24 Jam, dan lembar observasi. Analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kepuasan makan dengan kejadian gastritis ($p = 0,990$), tidak terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan FFQ dengan kejadian gastritis ($p = 0,469$), dan tidak terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan Food Recall 24 Jam dengan kejadian gastritis ($p = 0,449$). Disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel. Disarankan kepada pihak puskesmas untuk tetap meningkatkan edukasi mengenai pola makan sehat, keteraturan waktu makan, serta pencegahan faktor risiko gastritis melalui kegiatan promosi kesehatan kepada masyarakat.

Kata kunci: Gastritis, Kepuasan Makan, Food Frequency Questionnaire (FFQ), Food Recall 24 Jam.

PENDAHULUAN

Gastritis adalah suatu kondisi peradangan yang terjadi pada mukosa lambung. Proses inflamasi ini dapat menimbulkan pembengkakan pada jaringan lambung serta menyebabkan terlepasnya lapisan epitel mukosa superfisial, yang berkontribusi sebagai salah satu faktor utama terjadinya gangguan pada sistem pencernaan. Gastritis dapat dialami oleh semua kelompok usia dan jenis kelamin. Namun demikian, berdasarkan hasil beberapa survei, kejadian gastritis lebih sering ditemukan pada kelompok usia produktif. Hal ini diduga berkaitan dengan tingginya tingkat aktivitas pada kelompok tersebut, disertai pola hidup yang cenderung kurang memperhatikan aspek kesehatan, serta meningkatnya kerentanan terhadap stres akibat pengaruh lingkungan (1).

Secara global, gastritis masih menjadi masalah kesehatan yang cukup signifikan. Berdasarkan laporan dari World Health Organization yang mengacu pada data Global Burden of Disease, gastritis termasuk dalam kelompok penyakit sistem pencernaan dengan angka kejadian yang cukup tinggi. WHO melaporkan bahwa insidensi gastritis mencapai sekitar 379 per 100.000 penduduk, dengan prevalensi lebih dari 500 per 100.000 penduduk di seluruh dunia. Hal ini menunjukkan bahwa gastritis masih menjadi salah satu beban penyakit yang memerlukan perhatian dalam sistem pelayanan kesehatan global (2).

Di kawasan Asia Tenggara, kejadian gastritis juga masih tergolong tinggi dan berkaitan erat dengan perubahan pola hidup masyarakat. World Health Organization menyatakan bahwa peningkatan konsumsi makanan tidak sehat, seperti makanan tinggi lemak, pedas, dan minuman berkafein, serta kebiasaan makan yang tidak teratur, menjadi faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya gangguan pencernaan. Selain itu, faktor psikologis seperti stres juga berperan dalam meningkatkan sekresi asam lambung yang dapat memicu terjadinya gastritis (3).

Berdasarkan data di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung, jumlah kasus gastritis menunjukkan angka yang cukup tinggi dan cenderung meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2020 tercatat sebanyak 592 kasus gastritis, meningkat menjadi 629 kasus pada tahun 2021, kemudian mencapai 691 kasus pada tahun 2022, dan sebanyak 652 kasus pada tahun 2023. Hasil pra-survey yang dilakukan peneliti pada tanggal 6 April 2026 juga menunjukkan bahwa gastritis masih termasuk ke dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis. Data terbaru menunjukkan bahwa pada tahun 2024 terdapat 812 kasus gastritis, sedangkan pada periode Januari sampai Maret tahun 2026 tercatat sebanyak 363 kasus. Tingginya angka kejadian tersebut menunjukkan bahwa gastritis masih menjadi masalah kesehatan yang cukup serius di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung.

Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian gastritis adalah kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung. Konsumsi makanan yang bersifat iritatif seperti makanan pedas, asam, berlemak, makanan cepat saji, serta minuman berkafein dapat meningkatkan sekresi asam lambung secara berlebihan. Apabila kondisi ini berlangsung terus-menerus, maka dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara faktor agresif dan faktor protektif pada mukosa lambung sehingga meningkatkan risiko terjadinya iritasi dan peradangan lambung (7). Selain itu, kebiasaan makan yang tidak teratur seperti menunda waktu makan, melewati sarapan, serta makan dalam jumlah berlebihan juga dapat memperburuk kondisi lambung dan meningkatkan risiko gastritis.

Pola konsumsi masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung menunjukkan masih adanya kebiasaan makan yang kurang sehat. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, masyarakat masih memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan pedas, asam, berlemak, serta minuman berkafein dalam frekuensi yang cukup tinggi. Selain itu, masih ditemukan kebiasaan makan yang tidak teratur, seperti menunda waktu makan dan melewati jadwal makan. Kondisi tersebut dapat meningkatkan produksi asam lambung dan memicu iritasi pada mukosa lambung sehingga meningkatkan risiko terjadinya gastritis (10). Oleh karena itu, penerapan pola makan yang sehat dan teratur menjadi salah satu langkah penting dalam upaya pencegahan gastritis di masyarakat.

Penelitian mengenai hubungan pola makan dan konsumsi makanan pemicu asam lambung dengan kejadian gastritis sebenarnya telah banyak dilakukan. Namun, penelitian yang mengaitkan aspek kepuasan makan dengan kejadian gastritis masih relatif terbatas, khususnya pada tingkat pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya hanya berfokus pada pola makan atau jenis makanan tertentu tanpa mengombinasikan pengukuran kebiasaan konsumsi menggunakan metode Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan food recall 24 jam. Padahal, kombinasi kedua metode tersebut dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung pada individu.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesenjangan penelitian (research gap) mengenai hubungan kepuasan makan dan kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung dengan kejadian gastritis, khususnya di wilayah kerja UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis hubungan kepuasan makan dan kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan metode Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan food recall 24 jam dengan kejadian gastritis pada pasien di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan sifat analitik, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen melalui pengolahan data numerik dan analisis statistik. Pendekatan kuantitatif digunakan karena data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa angka yang kemudian dianalisis untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan..

Jenis Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah cross sectional, yaitu suatu desain penelitian observasional yang dilakukan dengan cara mengukur variabel independen dan variabel dependen secara bersamaan pada satu waktu tertentu. Dalam desain ini, setiap subjek penelitian hanya diamati satu kali tanpa adanya

tindak lanjut atau intervensi dari peneliti. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengetahui hubungan antara faktor risiko dengan kejadian penyakit dalam waktu yang relatif singkat.

Penggunaan desain cross sectional dalam penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan kebiasaan konsumsi makanan yang merangsang produksi asam lambung dengan kejadian gastritis pada pasien di Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung. Desain ini dipilih karena relatif mudah dilakukan, tidak membutuhkan waktu yang lama, serta mampu memberikan gambaran hubungan antar variabel dalam satu waktu pengamatan.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Way Kandis yang berlokasi di Kota Bandar Lampung. Waktu pelaksanaan penelitian dilaksanakan pada tanggal 2 juni hingga 10 juni tahun 2026.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 363 jiwa yang diperoleh dari data kunjungan pasien di Puskesmas Way Kandis dalam kurun waktu tiga bulan terakhir yaitu, dibulan januari hingga maret tahun 2026. Jumlah sampel minimal untuk kasus dalam penelitian ini dengan menggunakan Tingkat kesalahan (error) sebesar 10% yaitu sebanyak 78 responden yang mengalami kejadian gastritis, dari total populasi sebanyak 363 kasus yang berada di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung.

Prosedur

Metode FFQ digunakan untuk mengetahui seberapa sering responden mengonsumsi makanan dalam jangka waktu tertentu, sehingga bisa menunjukkan kebiasaan makan yang memicu asam lambung secara berkelanjutan. Sementara itu, metode pengingatan makanan 24 jam dilakukan dengan meminta responden untuk mengingat dan melaporkan semua makanan dan minuman yang telah dikonsumsi dalam masa 24 jam terakhir secara rinci. Metode ini dianggap efektif untuk menunjukkan asupan nyata yang diterima responden dalam waktu yang tidak terlalu lama (11).

Menggunakan kombinasi FFQ dan recall 24 jam memberikan pemahaman yang lebih lengkap tentang cara makan seseorang, karena FFQ menunjukkan kebiasaan makan dalam jangka waktu yang lama, sementara recall 24 jam menjelaskan apa yang dikonsumsi oleh responden dalam sehari (12).

Selain menggunakan data primer, penelitian ini juga memperoleh data sekunder dari rekam medis pasien yang tersimpan di Unit Pelaksana Teknis Puskesmas Way Kandis, Bandar Lampung. Data sekunder digunakan untuk melengkapi informasi mengenai diagnosis gastritis serta ciri-ciri responden agar hasil penelitian menjadi lebih valid.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen pengumpulan data merupakan alat yang digunakan untuk memperoleh data sesuai dengan variabel penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

Kuesioner

Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat kepuasan pasien dan kejadian gastritis. Instrumen ini disusun dalam bentuk pertanyaan terstruktur sehingga memudahkan responden dalam memberikan jawaban yang objektif.

Food Frequency Questionnaire (FFQ)

FFQ digunakan untuk mengetahui seberapa sering seseorang mengonsumsi makanan yang bisa memicu asam lambung dalam waktu tertentu. Alat ini sering digunakan dalalam penelitian gizi karena bisa menunjukkan cara makan seseorang secara umum dalam jangka waktu yang lebih lama (Ulsafitri, 2023)

Food Recall 24 Jam

Metode ini digunakan untuk mendapatkan informasi yang jelas tentang jenis dan jumlah makanan yang telah dikonsumsi oleh responden pada hari terakhir. Data yang dihasilkan bersifat spesifik dan menceritakan mengenai asupan makanan yang benar-benar dikonsumsi oleh responden (M. Hamsah et al., 2025)

Rekam Medis

Rekam medis digunakan sebagai sumber data kedua untuk memastikan diagnosis gastritis dan melengkapi informasi mengenai karakteristik responden. Dengan menggunakan data ini bisa membuat hasil penelitian lebih akurat dan lebih dapat dipercaya.

Teknik Analisis Data

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini, analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara:

1. Kepuasan makan dengan kejadian gastritis
2. Konsumsi makanan pemicu asam lambung dengan kejadian gastritis

Uji statistik yang digunakan adalah uji Chi-Square (χ^2), karena variabel yang dianalisis berskala kategorik. Uji ini digunakan untuk membandingkan distribusi frekuensi antar kelompok sehingga dapat diketahui ada atau tidaknya hubungan yang bermakna secara statistik antara variabel yang diteliti. Analisis inferensial seperti uji Chi-Square merupakan metode yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian kuantitatif (Roflin, 2022).

HASIL

Tabel 1 Distribusi Tingkat Kepuasan Makan di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Kepuasan Makan	Frekuensi	Presentase
Puas	56	71,8
Tidak Puas	22	28,2
Total	78	100

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi kepuasan makan pada 78 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden memiliki kepuasan makan kategori puas sebanyak 56 responden (71,8%), sedangkan responden yang termasuk dalam kategori tidak puas sebanyak 22 responden (28,2%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merasa puas terhadap makanan yang dikonsumsi selama menjalani perawatan di puskesmas.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung Berdasarkan FFQ di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Jenis Makanan/Minuman	Jarang/Tidak Pernah n (%)	Kadang-kadang n (%)	Sering n (%)
Makanan Pedas	0 (0,0)	22 (28,2)	56 (71,8)
Makanan Asam	6 (7,7)	43 (55,1)	29 (37,2)
Makanan Berlemak	4 (5,1)	25 (32,1)	49 (62,8)

Jenis Makanan/Minuman	Jarang/Tidak Pernah n (%)	Kadang-kadang n (%)	Sering n (%)
Makanan Bersantan	4 (5,1)	44 (56,4)	30 (38,5)
Makanan Cepat Saji	14 (17,9)	38 (48,7)	26 (33,3)
Makanan Instan	5 (6,4)	32 (41,0)	41 (52,6)
Kopi	2 (2,6)	27 (34,6)	49 (62,8)
Teh Kental	24 (30,8)	39 (50,0)	15 (19,2)
Minuman Bersoda	51 (65,4)	20 (25,6)	7 (9,0)
Minuman Manis	51 (65,4)	24 (30,8)	3 (3,8)
Coklat	46 (59,0)	25 (32,1)	7 (9,0)
Total	207 (260,3)	339 (434,5)	312 (400)

Berdasarkan hasil FFQ terhadap 78 responden, diperoleh total 858 frekuensi konsumsi makanan dan minuman pemicu asam lambung. Sebagian besar frekuensi konsumsi berada pada kategori kadang-kadang sebanyak 339 kali (39,5%), diikuti kategori sering sebanyak 312 kali (36,4%), dan kategori jarang/tidak pernah sebanyak 207 kali (24,1%). Jenis makanan yang paling sering dikonsumsi adalah makanan pedas sebanyak 56 responden (71,8%), sedangkan jenis minuman yang paling sering dikonsumsi adalah kopi sebanyak 49 responden (62,8%). Sementara itu, minuman bersoda merupakan jenis minuman yang paling banyak berada pada kategori jarang/tidak pernah dikonsumsi yaitu 51 responden (65,4%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Food Frequency Questionnaire (FFQ)	Frekuensi	Presentase
Sering	55	70,5
Jarang	23	29,5
Total	78	100

Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) pada 78 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori sering mengonsumsi makanan pemicu gastritis, yaitu sebanyak 55 responden (70,5%). Sementara itu, responden yang termasuk dalam kategori jarang mengonsumsi makanan pemicu gastritis sebanyak 23 responden (29,5%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki frekuensi konsumsi makanan pemicu gastritis yang relatif tinggi.

Distribusi Kebiasaan Makanan Pemicu Asam Lambung Berdasarkan Food Recall 24 Jam

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung Berdasarkan Food Recall 24 Jam di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Waktu Makan	Tidak Konsumsi n (%)	Konsumsi n (%)
Sarapan	41 (52,6)	37 (47,4)
Selingan Pagi	26 (33,3)	52 (66,7)
Makan Siang	31 (39,7)	47 (60,3)
Selingan Siang	32 (41,0)	46 (59,0)
Makan Malam	34 (43,6)	44 (56,4)
Selingan Malam	39 (50,0)	39 (50,0)

Total	203 (260,2)	265 (339,8)
-------	-------------	-------------

Berdasarkan tabel 4 di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden mengonsumsi makanan pada waktu selingan pagi sebanyak 52 responden (66,7%), diikuti makan siang sebanyak 47 responden (60,3%), selingan siang sebanyak 46 responden (59,0%), dan makan malam sebanyak 44 responden (56,4%). Sementara itu, konsumsi makanan paling rendah terdapat pada waktu sarapan, yaitu sebanyak 37 responden (47,4%). Pada waktu selingan malam, jumlah responden yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi makanan sama banyak, masing-masing sebanyak 39 responden (50,0%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori Food Recall 24 Jam di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Food Recall 24 Jam	Frekuensi	Presentase
Tidak Konsumsi	18	23,1
Konsumsi	60	76,9
Total	78	100

Berdasarkan hasil Food Recall 24 Jam pada 78 responden, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada pada kategori konsumsi makanan pemicu asam lambung, yaitu sebanyak 60 responden (76,9%). Sedangkan responden yang berada pada kategori tidak konsumsi makanan pemicu asam lambung sebanyak 18 responden (23,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengonsumsi makanan yang menjadi objek penelitian dalam 24 jam terakhir.

Distribusi Kejadian Gastritis

Tabel 6 Distribusi Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Kejadian Gastritis	Frekuensi	Presentase
Gastritis	46	59,0
Tidak Gastritis	32	41,0
Total	78	100,0

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 78 responden, diperoleh bahwa responden yang mengalami gastritis sebanyak 46 responden (59,0%), sedangkan responden yang tidak mengalami gastritis sebanyak 32 responden (41,0%). Hasil ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden dalam penelitian ini mengalami kejadian gastritis.

Hubungan Kepuasan Makan dengan Kejadian Gastritis

Tabel 6 Hubungan Kepuasan Makan dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Kepuasan Makan	Gastritis n (%)	Tidak Gastritis n (%)	Total n (%)	p-value
Puas	33 (58,9)	23 (41,1)	56 (100)	
Tidak Puas	13 (59,1)	9 (40,9)	22 (100)	
Total	46 (59,0)	32 (41,0)	78 (100)	0,99

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepuasan makan tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian gastritis. Hal ini dapat dilihat dari nilai p-value sebesar 0,990 yang lebih besar dari $\alpha = 0,05$. Tidak adanya hubungan tersebut dapat disebabkan oleh berbagai faktor lain yang lebih dominan memengaruhi kejadian gastritis, seperti pola makan, frekuensi makan, konsumsi makanan pemicu asam lambung, penggunaan obat-obatan tertentu, stres, maupun infeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Selain itu, distribusi proporsi responden yang mengalami gastritis pada kelompok puas dan tidak puas relatif sama, sehingga perbedaan yang terjadi tidak cukup besar untuk menunjukkan adanya hubungan secara statistik.

Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung (FFQ) dengan Kejadian Gastritis

Tabel 7 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung (FFQ) dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026

Food Frequency Questionnaire (FFQ)	Gastritis n (%)	Tidak Gastritis n (%)	Total n (%)	p-value
Sering	31 (56,4)	24 (43,6)	55 (100)	
Jarang	15 (65,2)	8 (34,8)	23 (100)	
Total	46 (59,0)	32 (41,0)	78 (100)	0,469

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung yang diukur menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ) tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian gastritis. Hal ini ditunjukkan oleh nilai p-value sebesar 0,469 yang lebih besar dari tingkat signifikansi 0,05. Meskipun sebagian responden memiliki kebiasaan sering mengonsumsi makanan pemicu asam lambung, kondisi tersebut tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna terhadap kejadian gastritis. Kejadian gastritis dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti keteraturan waktu makan, tingkat stres, penggunaan obat-obatan tertentu, serta infeksi *Helicobacter pylori*. Oleh karena itu, frekuensi konsumsi makanan pemicu asam lambung bukan merupakan satu-satunya faktor yang berperan dalam terjadinya gastritis pada responden penelitian ini.

Tabel 8 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung (Food Recall 24 Jam) dengan Kejadian Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bandar Lampung Tahun 2026

Food Recall 24 Jam	Gastritis n (%)	Tidak Gastritis n (%)	Total n (%)	p-value
Tidak Konsumsi	12 (66,7)	6 (33,3)	18 (100)	
Konsumsi	34 (56,7)	26 (43,3)	60 (100)	
Total	46 (59,0)	32 (41,0)	78 (100)	0,449

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara Food Recall 24 Jam dengan kejadian gastritis pada 78 responden, diketahui bahwa dari 18 responden yang tidak mengonsumsi makanan yang diteliti, sebanyak 12 responden (66,7%) mengalami gastritis dan 6 responden (33,3%) tidak mengalami gastritis. Sementara itu, dari 60 responden yang mengonsumsi makanan yang diteliti, sebanyak 34 responden (56,7%) mengalami gastritis dan 26 responden (43,3%) tidak mengalami gastritis. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,449$ ($p > 0,05$) sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara Food Recall 24 Jam dengan kejadian gastritis pada responden.

PEMBAHASAN

Hubungan Yang Signifikan Antara Kepuasan Makan Dengan Kejadian Gastritis

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,990 ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan makan dengan kejadian gastritis. Dari 56 responden yang puas, sebanyak 33 responden (58,9%) mengalami gastritis. Sedangkan dari 22 responden yang tidak puas, sebanyak 13 responden (59,1%) mengalami gastritis. Proporsi tersebut relatif sama sehingga tidak menunjukkan adanya hubungan secara statistik.

Tidak adanya hubungan tersebut dapat disebabkan karena gastritis merupakan penyakit multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh kepuasan makan. Faktor lain seperti pola makan, frekuensi makan, konsumsi makanan pemicu asam lambung, stres, infeksi *Helicobacter pylori*, serta penggunaan obat-obatan tertentu memiliki peran yang lebih besar dalam terjadinya gastritis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepuasan makan yang dirasakan responden belum tentu berhubungan dengan kondisi kesehatan lambung yang dialami. Seseorang dapat merasa puas terhadap makanan yang dikonsumsi, tetapi tetap memiliki risiko mengalami gastritis akibat faktor lain yang lebih dominan.

Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung (FFQ) dengan Kejadian Gastritis

Berdasarkan hasil uji Chi-Square, diperoleh nilai $p > 0,05$ yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan hasil Food Frequency Questionnaire (FFQ) dengan kejadian gastritis pada responden. Dari kelompok responden yang sering mengonsumsi makanan pemicu asam lambung, sebanyak 31 orang (56,4%) mengalami gastritis. Sementara itu, pada kelompok yang jarang mengonsumsi makanan pemicu asam lambung, terdapat 15 responden (65,2%) yang mengalami gastritis. Data tersebut memperlihatkan bahwa proporsi kejadian gastritis tidak jauh berbeda antara kedua kelompok, bahkan persentase gastritis pada kelompok yang jarang mengonsumsi makanan pemicu asam lambung cenderung lebih tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa frekuensi konsumsi makanan pemicu asam lambung yang diukur melalui FFQ belum menunjukkan keterkaitan yang kuat dengan kejadian gastritis pada populasi penelitian ini.

Hasil tersebut memberikan gambaran bahwa kejadian gastritis merupakan kondisi yang bersifat multifaktorial sehingga tidak dapat dijelaskan hanya melalui satu aspek perilaku makan. Secara teoritis, makanan pedas, makanan berlemak, makanan asam, kopi, serta minuman berkafein memang dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung dan berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan pada saluran cerna. Akan tetapi, proses terjadinya gastritis jauh lebih kompleks karena melibatkan berbagai faktor lain yang saling berinteraksi. Keteraturan waktu makan, misalnya, sering kali memiliki pengaruh

yang cukup besar terhadap kesehatan lambung. Individu yang sering menunda makan atau melewatkan waktu makan dapat mengalami peningkatan risiko gangguan lambung meskipun tidak terlalu sering mengonsumsi makanan pemicu asam lambung. Faktor psikologis seperti stres, keberadaan infeksi *Helicobacter pylori*, kebiasaan merokok, konsumsi obat-obatan tertentu, serta pola hidup secara keseluruhan juga dapat berperan dalam memicu terjadinya peradangan pada mukosa lambung.

Di samping itu, karakteristik instrumen yang digunakan dalam penelitian perlu menjadi pertimbangan ketika menafsirkan hasil. Metode FFQ mengandalkan kemampuan responden untuk mengingat dan melaporkan kembali kebiasaan konsumsi makanan dalam periode tertentu. Kondisi ini memungkinkan terjadinya recall bias atau kesalahan dalam mengingat frekuensi konsumsi makanan yang sebenarnya. Sebagian responden mungkin mengalami kesulitan memperkirakan seberapa sering mereka mengonsumsi jenis makanan tertentu, terutama jika pola makannya berubah-ubah. Ketidakakuratan informasi tersebut berpotensi memengaruhi hasil analisis dan dapat menyebabkan hubungan yang sebenarnya ada menjadi tidak terdeteksi secara statistik. Oleh sebab itu, tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dalam penelitian ini tidak selalu menunjukkan bahwa makanan pemicu asam lambung tidak memiliki pengaruh terhadap gastritis, melainkan dapat mengindikasikan adanya peran faktor lain yang lebih dominan atau keterbatasan dalam pengukuran variabel yang diteliti. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Pemicu Asam Lambung (Food Recall 24 Jam) dengan Kejadian Gastritis

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p -value sebesar 0,449 ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan Food Recall 24 Jam dengan kejadian gastritis. Dari 18 responden yang tidak mengonsumsi makanan pemicu asam lambung, sebanyak 12 responden (66,7%) mengalami gastritis. Sedangkan dari 60 responden yang mengonsumsi makanan pemicu asam lambung, sebanyak 34 responden (56,7%) mengalami gastritis.

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dapat disebabkan karena metode Food Recall 24 Jam hanya menggambarkan konsumsi makanan dalam satu hari terakhir sehingga kurang mampu menggambarkan pola makan jangka panjang yang berhubungan dengan kejadian gastritis. Gastritis merupakan penyakit yang berkembang akibat paparan faktor risiko dalam jangka waktu lama sehingga pola konsumsi harian belum tentu mencerminkan kebiasaan makan yang sebenarnya.

Selain itu, kejadian gastritis dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti stres, keteraturan makan, penggunaan obat-obatan tertentu, dan infeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Oleh karena itu, konsumsi makanan dalam 24 jam terakhir bukan satu-satunya faktor yang menentukan terjadinya gastritis pada responden.

KESIMPULAN

Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 26–35 tahun, berjenis kelamin perempuan, memiliki tingkat pendidikan SMA, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT). Sebagian besar responden memiliki tingkat kepuasan makan dalam kategori puas yaitu sebanyak 56 responden (71,8%), sedangkan kategori tidak puas sebanyak 22 responden (28,2%). Berdasarkan hasil Food Frequency Questionnaire (FFQ), sebagian besar responden termasuk dalam kategori sering mengonsumsi makanan pemicu asam lambung yaitu sebanyak 55 responden (70,5%). Berdasarkan hasil Food Recall 24 Jam, sebagian besar responden termasuk dalam kategori mengonsumsi makanan pemicu asam lambung yaitu sebanyak 60 responden (76,9%). Responden yang mengalami gastritis sebanyak 46 responden (59,0%), sedangkan yang tidak mengalami gastritis sebanyak 32 responden (41,0%). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan makan dengan kejadian gastritis pada pasien di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026 (p -

value = 0,990). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan Food Frequency Questionnaire (FFQ) dengan kejadian gastritis pada pasien di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026 ($p > 0,05$). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi makanan pemicu asam lambung berdasarkan Food Recall 24 Jam dengan kejadian gastritis pada pasien di UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2026 (p -value = 0,449).

SARAN

Pihak UPT Puskesmas Way Kandis Bandar Lampung disarankan untuk terus meningkatkan kegiatan promosi kesehatan mengenai pencegahan gastritis melalui penyuluhan atau edukasi kepada masyarakat. Edukasi dapat difokuskan pada pentingnya menerapkan pola makan yang teratur, memilih makanan yang lebih sehat, mengurangi konsumsi makanan yang dapat memicu peningkatan asam lambung, serta mengelola stres dengan baik. Selain itu, kegiatan edukasi diharapkan dilakukan secara rutin agar masyarakat memiliki pengetahuan dan kesadaran yang lebih baik dalam mencegah terjadinya gastritis. Pasien disarankan untuk menerapkan pola makan yang teratur, tidak menunda waktu makan, serta mematuhi anjuran tenaga kesehatan mengenai pola makan yang sesuai dengan kondisi kesehatannya. Selain itu, pasien diharapkan dapat membatasi konsumsi makanan yang dapat memicu peningkatan asam lambung apabila menimbulkan keluhan, sehingga dapat membantu mengurangi risiko kekambuhan gastritis. Masyarakat disarankan untuk menerapkan pola hidup sehat dengan menjaga keteraturan waktu makan, memilih makanan yang bergizi seimbang, serta mengurangi kebiasaan mengonsumsi makanan yang berpotensi memicu peningkatan asam lambung secara berlebihan. Masyarakat juga diharapkan lebih aktif mencari informasi mengenai pencegahan gastritis sehingga dapat menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor-faktor lain yang diduga berhubungan dengan kejadian gastritis, seperti tingkat stres, infeksi *Helicobacter pylori*, penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), kebiasaan merokok, aktivitas fisik, maupun keteraturan pola makan. Selain itu, disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang lebih kuat, seperti kohort atau case-control, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

“Penulis dalam artikel ini tidak memiliki konflik dan kepentingan”

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, R. A., & Afgani, M. W. (2022). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(01), 31–39. <https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- (2) Ade Pritami, A., Karyus, A., Holistik Pasien Laki-Laki Usia, P., dengan Gastritis Kronik Melalui Pendekatan Kedokteran Keluarga, T., Kesehatan dan Agromedicine, J., Jl Ir Sumantri Brojonegoro, alamat, & Meneng, G. (2025) <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/534>

- (3) Aprillia, R., & Adelina, R. (2023). Hubungan Pola Makan Dengan Risiko Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir D3 Gizi Poltekkes Kemenkes Malang. *NUTRIRE DIAITA*, 15(01). <https://doi.org/10.47007/nut.v15i01.6408>
- (4) Anisman, I. W., Hamidi, N. S., & Sudiarti, P. E. (2025). Hubungan konsumsi makanan pedas dan minuman tinggi kafein dengan kejadian gastritis pada remaja di Desa Lubuk Sakat. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 2(1), 515-521.
- (5) Artini, B., Prasetyo, W., & Lestari, M. P. (2022). Hubungan Pola Makan dan Stress terhadap Penyakit Gastritis: A Literature Review. *Nursing Sciences Journal*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.30737/nsj.v6i1.2634>
- (6) Azahra Nasywa Putri Farisa, Febriana Rachmawati, Febri Nur Hidayah, Hasna Aufa Rafiqi, & Nabilah
- (7) Maharani, T. A., Maulani, E. F., Gumarus, E. G., Hakim, A. R., Hidayat, A., Mustaqimah, M., & Saputri, R. (2024). Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Mengedukasi Tentang Penyakit Maag Bagi Kader Kesehatan Desa Sungai Rangsang Tengah. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 2(3), 153–158. <https://doi.org/10.63004/mcm.v2i3.418>
- (8) Maramis, J. M. I., & Mandias, R. J. (2025). Konsumsi Makanan Berisiko dengan Keluhan Gastritis Pada Komunitas Pemuda. *Nutrix Journal*, 9(1), 109–115. <https://doi.org/10.37771/nj.v9i1.1265>
- (9) Melinda Sari, S., Pengetahuan Remaja Mengenai Pencegahan Terhadap Kejadian Gastritis di Puskesmas Waykandis Tahun, H., Andora, N., Pemila, U., Studi Keperawatan, P., Kesehatan, F., Mitra Indonesia, U., Bandar Lampung, K., & Lampung, P. (n.d.). *MOTEKAR: Jurnal Multidisiplin Teknologi dan Arsitektur*
- (10) Muqarrobin, A., D. Mustamu Qamal Pa'ni, Maulin Halimatunnisa, L. Hersika Asmawariza, Iwan Wahyudi, Bq. Fitrihan Rukmana, Erwin Wiksuarini, & Amalia mastuty. (2023). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis di UGD Puskesmas Eyat Mayang. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 11(2), 409–418. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v11i2.2023.586>
- (11) Ns. Siti Yuli Harni, M. K. Sp. Kep. K. (2023). Asuhan Keperawatan Gastritis Pada Lansia. CV. Mitra Edukasi Negri .
- (12) Nurpratiwi, Y., Widjaja, A. A., & Nuraini, J. P. (2025). HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA STIE EKADHARMA INDONESIA. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 1151–1158. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.40729>
- (13) Panggalo, T. N., Suarnianti, S., & Fajriansih, A. (2025). Hubungan Jenis Makanan Dan Frekuensi Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa Siswi SMA Negeri 23 Makassar. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 5(3), 1–6. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v5i3.1920>
- (14) Purnamawati, D., & Kep, M. (2023). ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN GASTRITIS. *ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN GANGGUAN SISTEM PENCERNAAN*, 1.
- (15) Rahima, P., Irawan, E., Ningrum, T. P., Tania, M., & Hayati, S. (2023). GAMBARAN POLA MAKAN PADA PASIEN GASTRITIS. *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(2). <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- (16) Rahman, T., Suhendro, P., Andayani, Q., Soraya, L., & Madura, P. N. (2025). PENILAIAN POLA KONSUMSI MAKANAN MEMAKAI FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ) BERHUBUNGAN DENGAN STATUS GIZI PENDERITA GASTRITIS DI PUSKESMAS BANYUANYAR SAMPANG Article Info ABSTRAK. 2(1).
- (17) Ramawati, R., Telisa, I., & Muzakar, M. (2024). Gambaran Variasi Menu Sayur Dan Cita Rasa Sayur Terhadap Kepuasan Makan Pasien Rawat Inap Rs Ar-Rasyid Palembang. *Jurnal Pustaka*

- Padi (Pusat Akses Kajian Pangan Dan Gizi), 3(2), 52–59.
<https://doi.org/10.55382/jurnalpustakapadi.v3i2.785>
- (18) Rina, Anne Rufaridah, Rikaoctriantiaskar, & Fonny Kurnia Putri. (2025). HUBUNGAN KETERATURAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA MAHASISWA FARMASI STIKes RANAH MINANG. *Jurnal Medicare*, 4(3), 356–363.
<https://doi.org/10.62354/jurnalmedicare.v4i3.224>
- (19) Sari, S. M., Andora, N., & Pemila, U. (2024). Hubungan Pengetahuan Remaja Mengenai Pencegahan Terhadap Kejadian Gastritis di Puskesmas Waykandis Tahun 2024. *Jurnal Multidisiplin Teknologi Dan Arsitektur*, 2(2), 624–634.
<https://doi.org/10.57235/motekar.v2i2.3750>
- (20) Sarwoko, S. (2023). THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING FREQUENCY AND TYPE OF FOOD AND THE INCIDENCE OF GASTRITIS. *Cendekia Medika : Jurnal STIKES Al-Ma'arif Baturaja*, 8(2).
- (21) Usiono Usiono, & Devita Aulia Putri. (2023). Sistematik Literatur Review (SRL) Asam Lambung Naik. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(1), 07–14.
<https://doi.org/10.55606/detector.v2i1.3078>
- (22) Vandewalle, Julie. (2016). Emotional eating in youngsters: The role of rejection and emotion regulation (Doctoral dissertation). Universiteit Gent.
- (23) 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(04), 337–341. <https://doi.org/10.33221/jikm.v11i04.1542>