

**FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS
PADA REMAJA KELAS VIII DI SMP SRIGUNA**

Rima dinata¹, Ranida Arsi², Fitri Afdhal³

^{1,2,3}Universitas Kader Bangsa

Email : rimadinata2@gmail.com

ABSTRAK

Gastritis merupakan gangguan peradangan mukosa lambung. Menurut (WHO) jumlah kasus gastritis setiap tahunnya, yaitu mencapai 1,8 juta kasus pada tahun 2020, 1,9 juta pada tahun 2021, 2,0 juta pada tahun 2022, dan 2,1 juta pada tahun 2023, Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara Pola Makan, Tingkat Stres, Dan Pola Tidur dengan kejadian gastritis pada remaja Di SMP Sriguna Palembang. Menggunakan desain cross-sectional dengan teknik random sampling dengan populasi 51 responden. Hasil analisis uji Chi-Square menunjukkan hubungan yang signifikan antara Pola Makan terhadap Kejadian Gastritis (*P value 0,044*), Stress (*P value 0,028*), Pola Tidur (*P value 0,014*). Peningkatan aktivitas pada usia remaja dapat menyebabkan perubahan gaya hidup, seperti pola makan tidak teratur, kurang tidur, dan stres, yang meningkatkan risiko terjadinya gastritis.

Kata Kunci: Kejadian Gastritis, Makan, Stres, Tidur.

ABSTRACT

*Gastritis is an inflammatory disorder of the gastric mucosa. According to the World Health Organization (WHO), the number of gastritis cases increases every year, reaching 1.8 million cases in 2020, 1.9 million in 2021, 2.0 million in 2022, and 2.1 million in 2023. This study aims to analyze the relationship between dietary patterns, stress levels, and sleep patterns with the incidence of gastritis among adolescents at SMP Sriguna Palembang. This research employed a cross-sectional design with a random sampling technique and involved a total of 51 respondents. The results of the Chi-Square test analysis showed a significant relationship between dietary patterns and the incidence of gastritis (*p-value = 0.044*), stress (*p-value = 0.028*), and sleep patterns (*p-value = 0.014*). Increased activity among adolescents may lead to lifestyle changes such as irregular eating patterns, lack of sleep, and stress, which increase the risk of gastritis.*

Keywords: Gastritis Incidence, Dietary, Stress, Sleep.

A. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase kehidupan yang produktif, ditandai dengan meningkatnya keterlibatan fisik dan kognitif. Kementerian Kesehatan (2025) mendefinisikan remaja sebagai mereka yang berusia 10 hingga 18 tahun, berada dalam fase transisi antara masa kanak-kanak (5-9 tahun) dan dewasa. Masa ini mencakup transformasi substansial dalam dimensi biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Gastritis merupakan penyakit pencernaan yang umum terjadi meskipun terkadang diabaikan. Gastritis secara medis dicirikan sebagai peradangan pada lapisan lambung, yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti pilihan gaya hidup yang buruk, ketidakkonsistenan pola makan, dan konsumsi nutrisi yang tidak memadai dari karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral (Tama and Verawati, 2024).

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan tren peningkatan kasus gastritis secara global, dengan 1,8 juta kasus pada tahun 2020, 1,9 juta pada tahun 2021, 2,0 juta pada tahun 2022, dan 2,1 juta pada tahun 2023 (WHO, 2023). Di Asia Tenggara, sekitar 583.635 kasus dilaporkan setiap tahun (Azer dan Akhondi, 2020). Prevalensi gastritis di Indonesia juga meningkat. Data Kementerian Kesehatan RI menunjukkan 238.452 kasus pada tahun 2021, 252.952 kasus pada tahun 2022, dan 274.396 kasus pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan RI, 2023). Dari tahun 2021 hingga 2023, insiden gastritis di Provinsi Sumatera Selatan meningkat setiap tahunnya, dengan 43.408 kasus tercatat pada tahun 2021, 42.936 kasus pada tahun 2022, dan 39.115 kasus pada tahun 2023 (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2023) (Zalila et al., 2023). Pada tahun 2025, populasi siswa Kelas VIII SMP Sriguna Palembang berjumlah 104 orang, yang merupakan target demografi remaja yang rentan terhadap gastritis. Kerentanan ini muncul akibat perubahan pola makan, stres, dan pola tidur, karena kelompok usia ini sangat rentan terhadap masalah kesehatan gastrointestinal, termasuk gastritis. Jadwal yang padat, jam sekolah yang panjang, serta beban tugas dan hafalan turut menyebabkan kondisi ini pada siswa Kelas VIII. Selain itu, gastritis yang tidak diobati dapat menyebabkan peradangan pada saluran pencernaan bagian atas, yang terkadang mengakibatkan hematemesis. Risiko kondisi ini diperburuk oleh potensi perkembangan kanker lambung yang tidak diobati, yang dapat mengancam jiwa (Nuramalia, 2021).

Peradangan mukosa lambung dapat diperburuk oleh berbagai penyebab, termasuk pilihan makanan, stres, dan pola tidur. Waktu makan yang tidak teratur, kualitas makanan yang buruk, stres akibat beban kerja yang berlebihan, dan kurangnya istirahat dapat memperparah gastritis (Zajuly et al., 2023). Penelitian ini berfokus pada tiga faktor utama: makanan, tingkat stres, dan pola tidur, karena faktor-faktor tersebut lazim di kalangan remaja dan dapat ditangani secara langsung. Ketiga karakteristik ini terkait erat dengan fungsi lambung dan oleh karena itu dianggap relevan dalam menjelaskan prevalensi gastritis dari sudut pandang gaya hidup (Rosyidi, A.A, 2023).

Pola makan adalah tindakan yang berkaitan dengan konsumsi makanan yang menggambarkan bagaimana individu atau kelompok memilih, mengatur, dan mengonsumsi makanan dan minuman secara teratur. Pola ini meliputi ukuran porsi, frekuensi makan, dan pemilihan makanan dan minuman (Ghonimah, 2023). Stres adalah respons fisiologis dan psikologis terhadap tekanan internal maupun eksternal. Tekanan ini dapat memengaruhi emosi, perilaku, hubungan sosial, dan kesehatan fisik, termasuk penurunan nafsu makan. Di bawah

tekanan, tubuh mengeluarkan kortisol, hormon yang memfasilitasi metabolisme tetapi dapat mengurangi vitamin dan mineral penting. Kekurangan nutrisi ini dapat merusak lapisan pelindung sel saraf dan mengubah kemampuan kognitif, regulasi emosi, dan keterampilan motorik (Rodliya. H. F. 2022). Pola tidur adalah manifestasi persisten dari perilaku tidur, yang meliputi waktu tidur dan bangun, ritme tidur, frekuensi tidur harian, pemeliharaan tidur, dan kepuasan terhadap kualitas tidur. Tidur tidak hanya memengaruhi dimensi fisik dan emosional tetapi juga terkait erat dengan fungsi kognitif, kapasitas belajar, dan ketajaman perhatian (Tama and Verawati 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, masalah yang diangkat dalam penelitian ini meliputi pola makan, tingkat stres, dan pola tidur yang berhubungan dengan kejadian gastritis. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengungkap faktor-faktor yang memengaruhi gaya hidup kurang sehat pada remaja serta dampaknya terhadap kesehatan mereka. Karakteristik Responden Berdasarkan rata-rata adalah Jenis Kelamin Perempuan yaitu 29 (56,9%), Usia 14 Tahun yaitu 29 (56,9%), Kejadian Gastritis yaitu 36 (70,6%), pola makan Kurang 28 (54,9%), tingkat stres 24 (47,1%), Pola Tidur 22 (43,1%) Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada remaja kelas VIII di SMP Sriguna Kecamatan Sebrang Ulu II Kota Palembang tahun 2025. Berdasarkan data dari SMP Sriguna Kecamatan Sebrang Ulu II Kota Palembang, jumlah kasus gastritis meningkat secara signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Pada pasien gastritis umumnya disebabkan oleh peradangan pada lambung yang menimbulkan rasa mual. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi perhatian bagi tenaga kesehatan Khususnya, penting untuk meningkatkan pemantauan dan edukasi terkait penyakit gastritis pada siswa. Dengan penanganan yang lebih baik dan pencegahan yang efektif, agar dampak fatal akibat penyakit ini dapat dihindari.

B. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini diterapkan desain cross-sectional, yakni suatu metode penelitian yang dilaksanakan melalui pengukuran hanya pada satu titik waktu. Proses pengumpulan data dilakukan sekali dengan memanfaatkan kuesioner sebagai alat penelitian. Lokasi penelitian ini di SMP sriguna Palembang, dengan Uji chi-square, sampel yang diambil dari populasi berjumlah 51 orang responden.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai Faktor - faktor yang berhubungan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Kelas VIII Di SMP Sriguna Kecamatan Sebrang Ulu II Kota Palembang tahun 2025 sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan, Jenis Kelamin, Usia, Pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna

karakteristik	Frekuensi (n)	presentase
Jenis Kelamin		
Laki - Laki	22	43.14%
Perempuan	29	56.86%

Total	51	100 %
Usia		
13 tahun	18	35.29%
14 tahun	29	56.86%
15 tahun	4	7.84%
Total	51	100%

Data yang disajikan dalam tabel meliputi jenis kelamin, dan usia. Total responden adalah 51 orang. Berdasarkan jenis kelamin, proporsi responden perempuan lebih tinggi (56,86%) dibandingkan laki-laki (43,14%), sehingga menunjukkan dominasi responden perempuan dalam penelitian ini. Sementara itu, berdasarkan usia, kelompok usia 14 tahun merupakan mayoritas dengan persentase 56,86%, diikuti usia 13 tahun sebesar 35,29%, dan usia 15 tahun sebanyak 7,84%. Pola ini sesuai dengan karakteristik demografi siswa kelas VIII yang umumnya berusia 13-14 tahun, sedangkan responden berusia 15 tahun kemungkinan merupakan siswa yang mengalami pengulangan kelas atau lahir pada akhir tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna

Pola Makan	Kejadian Gastritis				N	%	P Value	OR
	YA		TIDAK					
	N	%	N	%				
Kurang	16	57,1%	12	42,9%	28	54,9%	0,044	0,200
Baik	20	87,0%	3	13,0%	23	45,1%		
Total	36	70,6%	15	29,4%	51	100,0%		

Dari tabel 2 dapat disimpulkan bahwa dari 51 responden yang mengalami gastritis terdapat 23 remaja yang memiliki pola makan Baik, sebanyak 87,0% (20 orang) menderita gastritis, sedangkan sisanya 13,0% (3 orang) tidak menderita gastritis. Dari 28 remaja yang memiliki pola makan Kurang, sebanyak 57,1% (16 orang) menderita gastritis, dan 42,9% (12 orang) tidak menderita gastritis.

Berdasarkan hasil uji *Chi-Square*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,044. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,044 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja kelas VIII di SMP Sriguna Palembang tahun 2025. Selain itu, hasil analisis *Odds Ratio* (OR) menunjukkan nilai sebesar 0,832. Hal ini mengindikasikan bahwa responden dengan pola makan kurang baik memiliki kemungkinan sekitar 0,832 kali untuk mengalami gastritis dibandingkan dengan responden yang memiliki pola makan baik.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna

Tingkat Stres	Kejadian Gastritis				N	%	P Value	OR
	YA		TIDAK					
	N	%	N	%				
Tidak Stres	15	55,6%	12	44,4%	27	52,9%	0,028	5,600
Stres	21	87,5%	3	13,0%	24	47,1%		
Total	36	70,6%	15	29,4%	51	100,0%		

Berdasarkan Tabel 3 dari total 51 responden terdapat 27 remaja yang tidak mengalami stres. Dari kelompok tersebut, sebanyak 55,6% (15 orang) menderita gastritis, sementara 44,4% (12 orang) tidak menderita gastritis. Sementara itu, dari 24 remaja yang mengalami stres, sebanyak 87,5% (21 orang) menderita gastritis dan sisanya 12,5% (3 orang) tidak menderita gastritis.

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,028. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,028 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian gastritis pada remaja kelas VIII di SMP Sriguna Palembang tahun 2025. Selain itu, hasil analisis *Odds Ratio* (OR) menunjukkan nilai sebesar 5,600. Hal ini berarti responden dengan tingkat stres memiliki kemungkinan 5,6 kali lebih besar untuk menderita gastritis dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami stres.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hubungan Pola Tidur Terhadap Kejadian Gastritis Pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna

Pola Tidur	Kejadian Gastritis				N	%	P Value	OR
	YA		TIDAK					
	N	%	N	%				
baik	16	57,1%	13	44,8%	29	56,9%	0,014	8,125
buruk	20	87,0%	2	9,1%	22	43,1%		
Total	36	70,6%	15	29,4%	51	100,0%		

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa dari 51 responden yang mengalami gastritis terdapat 29 remaja dengan pola tidur baik. Dari jumlah tersebut, sebanyak 55,2% (16 orang) menderita gastritis, sedangkan 44,8% (13 orang) tidak menderita gastritis. Sementara itu, dari 22 remaja dengan pola tidur buruk, sebanyak 90,9% (20 orang) menderita gastritis dan hanya 9,1% (2 orang) yang tidak menderita gastritis.

Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,014. Karena nilai ini lebih kecil dari 0,05 ($0,014 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pola tidur dengan kejadian gastritis pada remaja kelas VIII di SMP Sriguna Palembang tahun 2025. Selain itu, hasil analisis *Odds Ratio* (OR) diperoleh sebesar 8,125. Hal

ini menunjukkan bahwa responden dengan pola tidur buruk memiliki kemungkinan 8,1 kali lebih besar untuk menderita gastritis dibandingkan dengan responden yang memiliki pola tidur baik. Hasil ini menegaskan adanya hubungan yang kuat antara pola tidur buruk dengan kejadian gastritis.

Pembahasan

1. Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Gastritis

Uji chi-square menghasilkan nilai p sebesar 0,044. Hasil 0,044, yang kurang dari 0,05, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dan kejadian gastritis pada remaja kelas delapan di SMP Sriguna, Palembang pada tahun 2025. Hasil pemeriksaan Odds Ratio (OR) menunjukkan nilai 0,832. Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan kebiasaan makan yang tidak memadai sekitar 0,832 kali lebih rentan terhadap gastritis dibandingkan mereka yang memiliki kebiasaan makan sehat. Angka kurang dari 1 menunjukkan adanya hubungan terbalik antara pola makan yang tidak memadai dan kejadian gastritis, yang merupakan hal yang atipikal, mengingat pola makan yang buruk biasanya dianggap sebagai faktor risiko gastritis.

Temuan ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Depkes RI (2009) bahwa pola makan merupakan suatu upaya dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan untuk menjaga status nutrisi dan kesehatan tubuh. Ghonimah (2023) juga menambahkan bahwa pola makan mencerminkan perilaku konsumsi individu dalam memilih, mengatur, serta mengonsumsi makanan dan minuman setiap hari. Pola makan yang tidak teratur, misalnya sering terlambat makan, konsumsi makanan pedas, asam, berlemak, atau minuman berkafein, dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung yang akhirnya memicu terjadinya gastritis. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ismi et al. (2021) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis dengan nilai p-value = 0,001. Penelitian Lensi et al. (2022) di Puskesmas Marina Permai Palangka Raya juga mendukung temuan ini dengan nilai p-value = 0,008.

2. Hubungan Tingkat stres Terhadap Kejadian Gastritis

Uji chi-square menghasilkan nilai p sebesar 0,028. Hasil 0,012, yang kurang dari 0,05, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan prevalensi gastritis pada remaja kelas delapan di SMP Sriguna, Palembang, pada tahun 2025. Penelitian ini menunjukkan rasio peluang sebesar 5,600. Angka ini menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres tinggi 5,6 kali lebih rentan terhadap gastritis dibandingkan mereka yang tidak stres. Data ini signifikan secara statistik dan menunjukkan korelasi yang kuat antara stres dan gastritis.

Hasil penelitian menunjukkan korelasi yang substansial antara tingkat stres dan kejadian gastritis pada remaja. Hasil uji Chi-Square sejalan dengan hal ini, menghasilkan nilai p < 0,05, sehingga menunjukkan bahwa stres merupakan faktor yang memengaruhi timbulnya gastritis. Secara fisiologis, stres dapat menyebabkan peningkatan kadar kortisol, yang memengaruhi perubahan metabolik. Gangguan ini memengaruhi nafsu makan, menyebabkan defisit pola makan, dan meningkatkan produksi asam lambung. Puasa yang berkepanjangan disertai

peningkatan asam lambung dapat mengiritasi mukosa lambung dan memicu gejala gastritis. Stres seringkali memicu perubahan kebiasaan makan, seperti konsumsi yang tidak teratur, tergesa-gesa, atau pemilihan makanan yang tidak sehat, sehingga memperburuk risiko gastritis. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardawilly dkk. (2023), yang mengidentifikasi korelasi signifikan antara stres dan gastritis pada remaja di SMPN 1 Pakuhaji, dengan nilai $p < 0,000$.

Rizaarisanty (2024) melakukan penelitian yang menghasilkan hasil yang sebanding, dengan nilai $p < 0,002$ pada remaja di SMAN 1 Karangwareng. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Clara Nadia (2023) menemukan korelasi yang signifikan antara stres dan gastritis, dengan nilai $p < 0,003$ pada remaja di SMAN 5 Solok Selatan. Penelitian yang dilakukan oleh Della Amelia (2023) di SMPN 14 Kota Sukabumi mengidentifikasi adanya hubungan yang substansial dengan korelasi yang kuat ($r = 0,621$).

3. Hubungan Pola Tidur Terhadap Kejadian Gastritis

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p sebesar 0,014. Mengingat nilai ini di bawah 0,05, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi substansial antara kebiasaan tidur dan prevalensi gastritis pada remaja kelas delapan di SMP Sriguna, Palembang, pada tahun 2025. Analisis Rasio Odds (OR) menghasilkan nilai 8,125. Hal ini menandakan bahwa individu dengan kebiasaan tidur yang tidak memadai 8,1 kali lebih rentan mengalami gastritis dibandingkan dengan mereka yang memiliki pola tidur optimal. Akibatnya, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kebiasaan tidur yang tidak memadai dan prevalensi gastritis.

Tidur sangat penting karena memungkinkan tubuh untuk beristirahat, memulihkan diri, dan memulihkan sistemnya sebagai persiapan untuk aktivitas di hari berikutnya. Tidur dapat terganggu; namun, seseorang masih dapat dibangunkan oleh rangsangan seperti suara, sentuhan, atau bentuk rangsangan lainnya (Tama & Verawati, 2024). Hasil Friska Putri Indahsari dkk. (2020) menguatkan hasil ini. Dalam penelitiannya yang berjudul "Hubungan Insomnia dan Gastritis pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Kusuma Husada Surakarta", tercatat nilai p sebesar 0,033. Penelitian ini menyimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara insomnia (gangguan pola tidur) dan gastritis, karena nilai p kurang dari 0,05. Pola Tidur Terhadap Kejadian Gastritis. Penelitian Ayu Laraswati (2024) yang berjudul "Hubungan Pola Tidur dan Gejala Gastritis pada Mahasiswi Pondok Pesantren Al-Jawahir Ciputat, Tangerang Selatan" melaporkan nilai p sebesar 0,000. Angka ini menunjukkan korelasi yang sangat substansial antara pola tidur yang tidak memadai dan gejala gastritis. Oleh karena itu, kecil kemungkinan hasil ini muncul secara kebetulan. Sebuah studi oleh Nabilah Hananningtyas Aribah (2024) dengan judul "Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa yang Menyelesaikan Tugas Akhir" melaporkan nilai p sebesar 0,000.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Karakteristik Responden Berdasarkan rata-rata adalah Jenis Kelamin Perempuan yaitu 29 (56,9%), Usia 14 Tahun yaitu 29 (56,9%), Kejadian Gastritis yaitu 36 (70,6%), pola makan Kurang 28 (54,9%), tingkat stres 24 (47,1%), Pola Tidur 22 (43,1%)
2. Ada Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Gastritis pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna Kecamatan Sebrang Ulu II Kota Palembang Tahun 2025. *P value 0,044*
3. Ada Hubungan Stress terhadap Kejadian Gastritis pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna Kecamatan Sebrang Ulu II Kota Palembang Tahun 2025. *P value 0,028*
4. Ada Hubungan Pola Tidur terhadap Kejadian Gastritis pada Remaja Kelas VIII Di Smp Sriguna Kecamatan Sebrang Ulu II Kota Palembang Tahun 2025. *P value 0,014*.

Saran

Diharapkan dapat menjadi perhatian bagi tenaga kesehatan di Sekolah. Khususnya, penting untuk meningkatkan pemantauan dan edukasi terkait penyakit gastritis pada siswa. Dengan penanganan yang lebih baik dan pencegahan yang efektif, agar dampak fatal akibat penyakit ini dapat dihindari.

DAFTAR PUSTAKA

- Andreas, A., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis di Puskesmas Marina Permai Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 103–111. <https://journal.umpr.ac.id/index.php/jsm/article/view/4509>
- Aribah. 2024. Hubungan kualitas tidur dengan kejadian gastritis pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Malang.
- Azer & Akhondi (2020). Gastritis. StatPearls (online) tersedia di google scholar, diakses tanggal 13 Maret 2024 pukul 19.00 wib
- Ghonimah, Dhuriyatul. 2023. "Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Pola Makan Pada Penderita Gastritis Santriwati Di Pondok Pesantren Kota Lasem." : 1–75.
- Ismi, W. S., Jaya, E. F. P., & Putri, L. A. R. (2021). Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada bagian perlengkapan rumah tangga dan protokoler Pemerintah Daerah Kabupaten Konawe Utara. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 84–92. <https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/JIKK/article/view/191>
- Indahsari, F. P., Mustikarani, I. K., & Thooyibah, D. Z. A. (2020). Hubungan insomnia dengan kejadian gastritis pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Kusuma Husada Surakarta. *NurseLine Journal*, 29, 1–11.
- Laraswati, A. (2024). Hubungan pola tidur dengan gejala gastritis pada santriwati di Pondok Pesantren Al-Jawahir Ciputat, Tangerang Selatan. *Nursing Analysis: Journal of Nursing Research*, 4(1)
- Latifah, R. A., & Hoirunnisa. (n.d.). Hubungan tingkat stres dengan gejala gastritis pada remaja di SMAN 1 Karangwareng. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/15922>
- Nadia, C. (2024). Hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian gastritis pada remaja di SMAN 5 Solok Selatan. *Jurnal Nursing STIKES Nightingale*, 12(2), 13–26. <https://ojs.stikesindonesia.ac.id/index.php/jnsn/article/view/360>

- Putri, D. A. P., Hadiyanto, H., & Tarwati, K. (2023). Hubungan pola makan dan stres dengan kejadian gastritis pada siswa SMPN 14 Kelurahan Baros Kota Sukabumi. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 2(1), 125–134. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i1.1269>
- Rodliya, H. F. (2022). Hubungan pola makan dan stres dengan gejala gastritis pada remaja di MA Ibnul Qoyyim putri sleman. semarang.
- Rosyidi, A. A. (2023). *faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada remaja di smp muhammadiyah 2 kebumen*. kebumen.
- Nuramalia. 2021. “Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Sman 4 Bantimurung-Maros.” *Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Sman 4 Bantimurung-Maros Tahun 2021*: 80.
- Tama, Azura Aulia, and Besti Verawati. 2024. “Hubungan Pola Tidur Dengan Gejala Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Tahun 2023.” 1: 220–27.
- Zajuly, Muhammad, Hendro Subroto, and Ida Faridah. 2023. “Hubungan Antara Pola Makan Dan Tingkat Stress Dengan Gejala Gastritis Pada Remaja Di Sman 25 Kabupaten Tangerang Tahun 2023.” *Bioedutech: Jurnal biologi, pendidikan biologi, dan teknologi kesehatan* 2(1): 234–44. <http://jurnal.anfa.co.id>.