

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengertian Pengetahuan, Sikap dan Tindakan

1. Pengetahuan

Pengetahuan mengacu pada kondisi pemahaman suatu subjek, termasuk individu yang memiliki pengetahuan, objek pengetahuannya, dan kesadaran akan keinginannya untuk memahami. Jadi, pengetahuan selalu membutuhkan seseorang yang ingin mengetahui sesuatu dan sesuatu yang ingin dipahaminya. Dengan demikian, pengetahuan dapat diartikan sebagai hasil dari proses manusia dalam mengenali suatu hal dan segala upaya yang dilakukan untuk memahami suatu objek tertentu. (Wati, 2021).

Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan adalah produk dari proses seseorang dalam mengenali sesuatu melalui pancaindranya. Tingkat pengetahuan yang dimiliki setiap orang dapat berbeda-beda tergantung pada cara mereka melihat dan memahami hal-hal tertentu. Dalam kebanyakan kasus, pengetahuan dibagi menjadi beberapa tingkatan, yaitu:

- a. Tingkat pengetahuan paling mendasar adalah "tahu", yang berarti seseorang dapat mengingat kembali apa yang telah dipelajarinya. Pada tahap ini, seseorang dapat menyebutkan, mendefinisikan, mendeskripsikan, dan menyatakan sesuatu.
- b. Pemahaman adalah tingkat pengetahuan di mana seseorang dapat mendeskripsikan sesuatu secara akurat. Orang pada tingkat ini dapat menjelaskan, menarik kesimpulan, dan memaknai hal-hal yang telah dipelajarinya.
- c. Aplikasi: Pada tahap ini, seseorang dapat menggunakan atau mempraktikkan apa yang telah dipelajarinya dalam kehidupan nyata.
- d. Analisis adalah kemampuan untuk menguraikan suatu hal atau substansi menjadi bagian-bagian yang lebih kecil dan memahami bagaimana mereka saling terkait. (Wati, 2021). Kemampuan analisis yang dimiliki seperti dapat menggambarkan, mengelompokkan dan membandingkan.

Faktor faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu:

a. Faktor Pendidikan

Seiring berkembangnya basis pengetahuan seseorang, semakin mudah untuk mengumpulkan beragam data terkait bidang tertentu. Sebagian besar data ini berasal dari tiga sumber: orang tua, pendidik, dan media. Karena pendidikan merupakan kebutuhan dasar manusia untuk perkembangan, pengetahuan dan pendidikan berjalan beriringan..

b. Faktor Pekerjaan

Jenis pekerjaan yang dijalani seseorang berpengaruh besar terhadap kemampuannya dalam memperoleh informasi yang berkaitan dengan suatu hal.

c. Faktor Pengalaman

Pengalaman memiliki peran penting dalam membentuk pengetahuan seseorang. Pengalaman meningkatkan pengetahuan seseorang tentang sesuatu.

d. Keyakinan

Orang-orang sering kali mewariskan keyakinan mereka dari satu generasi ke generasi berikutnya, dan keyakinan tersebut tidak selalu dapat dibuktikan secara langsung. Tingkat pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh keyakinannya, baik atau buruk.

e. Sosial Budaya

Pemahaman, perspektif, dan tindakan seseorang terhadap apa pun dapat dibentuk oleh norma dan praktik budaya yang berlaku di rumah atau lingkungannya.

2. Sikap

Sikap merupakan kecenderungan untuk merespons rangsangan dari lingkungan, yang bisa memicu atau mengarahkan perilaku seseorang. Sikap adalah cara berpikir dan merasakan tentang sesuatu yang siap bereaksi terhadap apa pun; sikap terbentuk oleh pengalaman hidup dan memiliki kekuatan untuk memengaruhi perilaku secara langsung maupun tidak langsung. Cara lain untuk memandang sikap adalah sebagai respons atau penilaian emosional.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap antara lain :

a. Pengalaman pribadi

Sikap yang dibentuk oleh pengalaman pribadi akan secara langsung memengaruhi perilaku di masa depan. Dampak ini mungkin muncul sebagai pola perilaku yang hanya terjadi ketika lingkungan atau lingkungannya tepat.

b. Orang lain

Seseorang biasanya memiliki sikap yang sejalan dengan atau berubah dengan pandangan orang-orang yang mereka kagumi, termasuk orang tua, teman dekat, atau teman sekelas.

c. Kebudayaan

Lingkungan budaya tempat seseorang tinggal juga memengaruhi proses pengembangan sikap.

d. Media massa

Televisi, radio, surat kabar, dan internet merupakan contoh media massa yang dapat menyebarkan pesan yang dapat mengubah pikiran masyarakat. Pesan-pesan ini membentuk kerangka berpikir yang dapat mengubah cara berpikir seseorang.

e. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Sekolah dan gereja sangat penting dalam membentuk perspektif masyarakat karena menyediakan dasar informasi, pemahaman, dan nilai-nilai moral. Pendidikan dan ajaran agama biasanya membantu orang mempelajari perbedaan antara benar dan salah, serta apa yang boleh dan tidak boleh.

f. Faktor emosional

Tidak semua sikap berasal dari faktor lingkungan atau pengalaman individu. Terkadang, sikap muncul dari perasaan yang membantu seseorang mengatasi kemarahan atau melindungi diri. Beberapa perasaan ini mungkin hilang seiring dengan munculnya emosi, sementara yang lain mungkin bertahan lama. Penting untuk diingat bahwa sikap tidak serta-merta mengarah pada tindakan. Sikap perlu diubah menjadi tindakan nyata, dan untuk melakukannya, perlu ada kondisi yang mendukung, termasuk memiliki alat yang tepat dan sikap yang baik.

Sikap juga memiliki tingkatan, yaitu:

- a. Penerimaan adalah ketika seseorang bersedia menerima dan bereaksi terhadap suatu rangsangan.
- b. Respons, yaitu seberapa baik seseorang dapat merespons atau bereaksi terhadap apa pun yang mereka lihat.
- c. Apresiasi adalah kapasitas untuk memberikan ulasan yang baik tentang apa pun, baik melalui tindakan maupun gagasan yang berkaitan dengan suatu isu.
- d. Tanggung jawab adalah kapasitas seseorang untuk menanggung risiko atas pilihan, tindakan, atau gagasan yang mereka buat.

3. Tindakan

Tindakan adalah segala sesuatu yang dilakukan seseorang (subjek) terhadap sesuatu atau seseorang. Tindakan dapat dikatakan sebagai kelanjutan dari pola pikir. Notoatmojo (2014) menegaskan bahwa pandangan tidak selalu diterjemahkan menjadi tindakan, karena variabel pendukung lainnya, seperti aksesibilitas layanan dan infrastruktur, juga diperlukan. Terdapat beberapa tahapan tindakan:

- a. Persepsi, yaitu kemampuan untuk mengenali dan memilih berbagai objek yang berkaitan dengan tindakan yang akan dilakukan.
- b. Respons terbimbing, yaitu tahap ketika seseorang mulai melakukan suatu tindakan tetapi masih membutuhkan bimbingan atau instruksi.
- c. Praktik mekanistik, yaitu tahap ketika seseorang mampu melakukan suatu tindakan secara otomatis tanpa banyak arahan.
- d. Adopsi, yaitu tahap ketika tindakan telah berkembang, bukan sekadar rutinitas atau mekanis, tetapi telah mengalami modifikasi atau menjadi perilaku yang lebih berkualitas..

B. Remaja

Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa masa remaja adalah masa dalam kehidupan seseorang ketika ia tumbuh dan berkembang pesat di ketiga aspek: fisik, mental, dan intelektual. Pada masa ini, manusia memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, terkadang mengambil risiko tanpa berpikir panjang, dan tertarik pada

petualangan (Rahma, 2021).

Remaja didefinisikan sebagai mereka yang berusia antara 10 dan 19 tahun, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Mereka yang berada dalam rentang usia 10–18 tahun dianggap remaja menurut Peraturan Kesehatan No. 25 Tahun 2014 di Indonesia. Remaja didefinisikan sebagai mereka yang belum menikah dan berusia antara 10 dan 24 tahun oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (Rahma., 2021).

Tahap Perkembangan Remaja

1. Masa Remaja Awal

Dari usia 10 hingga 13 tahun, seseorang berada di masa remaja awal. Periode ini ditandai dengan perkembangan fisik yang pesat dan dimulainya pubertas. Perubahan yang terjadi meliputi tumbuhnya rambut di ketiak dan alat kelamin, keputihan, menstruasi, perkembangan payudara, mimpi basah, dan pembesaran testis. Remaja mulai lebih peduli dengan penampilan mereka, dan mereka sering kali ingin menyendiri dan bahkan menjauh dari kerabat. Anak perempuan biasanya menunjukkan perubahan ini lebih dulu..

2. Masa Remaja Pertengahan

Masa remaja pertengahan berlangsung antara usia 14 dan 17 tahun. Pada anak perempuan, terjadi perubahan-perubahan, termasuk panggul, pinggang, dan bokong yang semakin lebar dan besar, menstruasi yang teratur, produksi keringat yang lebih banyak, dan pertumbuhan organ reproduksi. Pada anak laki-laki, perkembangan fisik meningkat pesat, tinggi dan berat badan bertambah, jerawat muncul, otot-otot menjadi lebih terlihat, bahu dan dada menjadi lebih lebar, suara mulai serak, alat kelamin membesar, dan kumis serta cambang mulai tumbuh.

Selama periode ini, pemikiran remaja mulai dibentuk oleh penalaran, namun emosi mereka seringkali memengaruhi pilihan mereka. Mereka juga mulai peduli dengan hubungan romantis, seperti berkencan, dan lebih suka menghabiskan waktu dengan teman-teman. Ketidakstabilan emosi dan sifat sensitif dapat menyebabkan masalah dengan orang tua..

3. Masa Remaja Akhir

Remaja berusia antara 18 dan 24 tahun berada di tahap akhir masa remaja. Pada titik ini, pertumbuhan fisik telah mencapai puncaknya. Ada perubahan lain dalam

pikiran, seperti kemampuan mengelola emosi, memikirkan apa yang akan terjadi selanjutnya, dan membuat rencana untuk masa depan. Pada titik ini, remaja juga mulai memahami apa yang mereka inginkan dan dapat membuat rencana untuk hidup mereka tanpa membutuhkan banyak bantuan dari orang lain. Kemandirian dan stabilitas emosional mulai tumbuh seiring anak-anak bersiap untuk menjadi dewasa (Anggrek, 2023).

C. Gastritis

1. Pengertian gastritis

Gastritis, yang sering dikenal sebagai dispepsia atau nyeri ulu hati, adalah sekumpulan gejala yang biasanya menyebabkan rasa tidak nyaman di area lambung. Penderitanya biasanya merasa mual, muntah, merasa kenyang, dan tidak nyaman (Wati, 2021). Kamus Penyakit Manusia menyebutkan bahwa gastritis atau nyeri ulu hati terjadi ketika lambung mengalami peradangan akibat infeksi virus atau bakteri yang masuk ke dalam sistem pencernaan. Istilah "gastritis" terdiri dari dua kata: "gaster" yang berarti lambung, dan "-itis" yang berarti peradangan.

Peradangan pada mukosa lambung dapat menyebabkan pembengkakan hingga lepasnya lapisan epitel mukosa superfisial, yang menjadi salah satu faktor utama gangguan pada sistem pencernaan. Lepasnya lapisan epitel ini kemudian memicu terjadinya proses inflamasi di lambung (Muliani, 2021).

Radang lambung dapat terjadi pada siapa saja, tanpa memandang usia. Namun, gastritis kronis lebih sering dijumpai pada orang lanjut usia dan penderita anemia yang parah. Kondisi ini dapat menyebabkan peradangan yang melibatkan seluruh lapisan dinding lambung, bahkan menimbulkan perdarahan (hemoragic gastritis), sehingga darah dapat menumpuk dalam lambung dalam jumlah banyak.

2. Gejala Penyakit gastritis

a. Nyeri pada ulu hati

Ulu hati terletak di area cekungan antara dada dan perut, yang merupakan titik pertemuan antara esofagus dan lambung. Bagian ini sering terasa nyeri, baik ketika perut kosong maupun saat sedang mencerna makanan.

b. Mual

Penderita gastritis biasanya merasa mual dan bahkan muntah. Dalam

situasi yang lebih serius, muntahan mungkin berupa cairan kuning yang rasanya cukup tidak enak.

c. Mudah masuk angin

Penderita gastritis lebih mungkin terserang pilek karena lapisan usus mereka lebih tipis. Untuk mencegahnya, penderita penyakit ini sebaiknya tidak menghabiskan terlalu banyak waktu di ruangan ber-AC atau tempat yang dingin.

d. Kepala pusing

Penderita gastritis mungkin merasa pusing, terutama jika melewatkan makan. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh tukak lambung, yang menyebabkan aliran darah ke area tersebut meningkat, sehingga menghambat suplai darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke otak. Pusing terjadi ketika tidak ada cukup oksigen dan nutrisi.

3. Penyebab Timbulnya Gastritis

Gastritis terjadi akibat produksi asam lambung yang berlebihan. Asam lambung yang semula membantu lambung malah merugikan lambung jika diproduksi secara berlebih. Dalam keadaan normal, lambung akan memproduksi asam sesuai dengan jumlah makanan yang masuk, akan tetapi bila pola makan tidak teratur lambung akan sulit beradaptasi dan lama kelamaan akan mengakibatkan produksi asam lambung yang berlebih.

Gangguan pencernaan ringan nyeri ulu hati, dispensia dan lambung kembung dapat disebabkan oleh makanan terlalu banyak serta mengonsumsi makanan yang pedas, berminyak, kopi, intoleransi laktosa, minuman yang mengandung asam tinggi dan minuman bersoda. Gaya hidup yang tidak baik seperti stress, merokok dan minum minuman beralkohol juga dapat memicu gejala gangguan pencernaan. Perut kembung juga dirasakan pada kondisi gugup dan sembelit. Gugup akan memicu asam lambung sehingga menyebabkan kembung. Selain itu bisa disebabkan oleh infeksi *helicobacteri pylori* dengan cara merangsang pembentukan protein yang memicu peradangan dan secara langsung merusak sel epitel (Ghonimah, 2023).

4. Jenis Gastritis

- a. Gastritis akut adalah peradangan pada lapisan lambung yang dapat menyebabkan tukak dan pendarahan pada mukosa lambung ketika bersentuhan dengan benda-benda yang mengiritasinya. Respons peradangan pada mukosa lambung ini bersifat tiba-tiba dan seringkali sementara.
- b. Gastritis kronis: Gastritis kronis terjadi ketika mukosa lambung teriritasi dalam waktu lama dan kambuh berulang kali. Peradangan lambung ini berlangsung lama, dan salah satu penyebab utamanya adalah infeksi bakteri *Helicobacter pylori*.

5. Faktor Faktor Resiko Gastritis

- a. Pola makan yang tidak teratur

Orang yang tidak makan teratur lebih mungkin terkena gastritis. Asam lambung menggerogoti lapisan lambung saat lambung kosong dan seharusnya terisi makanan, sehingga terasa sakit..

- b. Infeksi bakteri

Helicobacter pylori adalah sejenis bakteri yang dapat menyebabkan gastritis, yaitu peradangan jangka panjang pada lapisan lambung.

- c. Makanan pedas

Makan terlalu banyak makanan pedas dapat membuat lambung dan bagian lain sistem pencernaan Anda bekerja lebih keras. Hal ini dapat membuat Anda merasa mual, mulas, dan ingin muntah.

- d. Penggunaan obat golongan NSAIDS yang terlalu sering

Obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS) bekerja dengan menghentikan kerja enzim siklooksigenase, yang menurunkan produksi prostaglandin dan prekursor tromboksan yang berasal dari asam arakidonat. Mengonsumsi obat-obatan ini secara berlebihan dapat menyebabkan gastritis.

- e. Mengonsumsi alkohol

Alkohol dapat melukai dan mengiritasi lapisan mukosa lambung, yang membuat dinding lambung lebih sensitif terhadap asam lambung meskipun asamnya normal..

- f. Keadaan stress

Mengalami stres berat dapat menyebabkan asam lambung naik. Saat seseorang cemas, terburu-buru, atau berada di bawah tekanan ekstrem di tempat kerja, kadar asam lambungnya dapat meningkat dan mengiritasi mukosa gastrointestinal. Penyakit ini dapat berkembang menjadi gastritis jika tidak ditangani.

g. Merokok

Terdapat lebih dari 300 senyawa dalam asap rokok, dan nikotin adalah salah satunya. Nikotin membuat orang kurang lapar, sehingga perokok tidak selalu merasa lapar. Hal ini dapat menyebabkan lambung memproduksi lebih banyak asam, yang meningkatkan risiko gastritis. (Ghonimah, 2023)

6. Pengobatan gastritis

- a. Antasida adalah basa lemah yang bekerja dengan mengikat dan menetralkan asam lambung secara kimiawi. Obat ini meningkatkan pH lambung, yang langsung meredakan rasa tidak nyaman di perut. Jika Anda mengonsumsi antasida saat perut kosong, efeknya akan terasa selama sekitar 20 hingga 60 menit. Jika Anda mengonsumsinya satu jam setelah makan, efeknya akan terasa hingga tiga jam. Promag, Mylanta, dan Antasida Doen adalah beberapa merek antasida yang bisa Anda beli.
- b. Penghambat H₂: Obat-obatan ini menghentikan kerja histamin dengan menghambat reseptornya. Histamin dianggap sebagai bagian penting dari proses produksi asam lambung. Beberapa contohnya antara lain ranitidin dan simetidin.
- c. Penghambat pompa proton: Obat-obatan ini bekerja dengan memblokir pompa proton, yang menghentikan enzim H⁺ melepaskan asam lambung. Obat-obatan ini juga menurunkan jumlah asam yang diproduksi lambung seiring waktu. Omeprazol dan lansoprazol adalah dua obat dalam kategori ini.
- d. Antibiotik: Antibiotik digunakan untuk mengobati gastritis yang disebabkan oleh infeksi bakteri, seperti *Helicobacter pylori*. Beberapa antibiotik yang baik untuk diminum antara lain amoksisilin, tetrasiklin, dan metronidazol.
- e. Pelindung lambung. Obat-obatan ini membantu melindungi lapisan lambung dari kerusakan dengan meningkatkan aliran darah ke lambung dan menghasilkan lendir, yang melindungi lapisan lambung.

E. Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi Operasional

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Skala Ukur | Hasil Ukur |
|-------------|--|-------------|------------|---|
| Pengetahuan | Pengetahuan adalah suatu hasil yang diketahui remaja terhadap pencegahan gastritis yang diukur memakai kuisisioner dengan skala Guttman. | Kuesioner | Ordinal | 1. Baik : 76%-100% 2. Cukup baik : 56%-75% 3. Kurang baik : 40%-55% 4. Tidak baik : <54% |
| Sikap | Tanggapan seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu disebut perspektif. Ini termasuk faktor pendapat dan emosi yang relevan. | Kuisisioner | Ordinal | 1. Baik : 76% - 100% 2. Cukup baik : 56%-75% 3. Kurang baik : 40%-55% 4. Tidak baik : <54% |
| Tindakan | Tindakan adalah suatu perbuatan yg dilakukan terhadap pencegahan gastritis diukur memakai | Kuisisioner | Ordinal | 1. Baik : 76% - 100% 2. Cukup baik : 56%-75% 3. Kurang baik : 40%-55% |

| Variabel | Definisi Operasional | Alat Ukur | Skala Ukur | Hasil Ukur |
|-----------------|---------------------------------|------------------|-------------------|----------------------|
| | kuisisioner dengan skala likert | | | 4. Tidak baik : <54% |

F. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah bahwa remaja di Desa Sukarame Kecamatan Kualuh Hulu Kabupaten Labuhanbatu Utara memiliki korelasi yang signifikan antara pengetahuan dan sikap mereka tentang cara mencegah gastritis.