

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA PENDERITA
GASTRITIS DI SMA GKPI PADANG BULAN MEDAN
TAHUN 2022**



**RIRIN SEPRINA SIMARMATA
P07520119142**

**POLTEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2022**

SCIENTIFIC WRITING

**DESCRIPTION OF EATING PATTERNS IN ADOLESCENT WITH
GASTRITIS AT SENIOR HIGH SCHOOL OF GKPI PADANG BULAN
MEDAN IN 2022**



RIRIN SEPRINA SIMARMATA

P07520119142

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING 2022**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA PENDERITA
GASTRITIS DI SMA GKPI PADANG BULAN MEDAN
TAHUN 2022**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi

Diploma – III Keperawatan



**RIRIN SEPRINA SIMARMATA
P07520119142**

**POLTEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
PRODI D-III JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : **GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA
PENDERITA GASTRITIS DI SMA GKPI PADANG
BULAN MEDAN TAHUN 2022**

NAMA : **Ririn Seprina Simarmata**

NIM : **P07520119142**

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diuji Dihadapan Penguji

Medan, 21 Juni 2022

**Menyetujui
Pembimbing**



(Suriani BrGinting., S.Kep., Ns., M.Kep)

NIP. 196810211994032005



LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA
PENDERITA GASTRITIS DI SMA GKPI PADANG
BULAN MEDAN TAHUN 2022**

NAMA : Ririn Seprina Simarmata

NIM : P07520119142

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji pada Sidang Ujian Akhir Program
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Tahun 2022

Penguji I



(Sri Siswati, SST, S.PdM.Psi)

NIP. 196010201989032001

Penguji II



(Adelima C Simamora, S.Kep.Ns, M.Kes)

NIP.195911191994032001

Ketua Penguji



(Suriani Br Ginting., S.Kep., Ns., M.Kep)

NIP. 196810211994032005



PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, 16 Juli 2022



(Ririn Seprina Simarmata)

P07520119142

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
KTI, JULI 2022

RIRIN SEPRINA SIMARMATA
P0720119142

GAMBARAN POLA MAKAN PADA REMAJA PENDERITA GASTRITIS
DI SMA GKPI PADANG BULAN MEDAN TAHUN 2022

44 HALAMAN + V BAB + 5 TABEL + 1 BAGAN + 10 LAMPIRAN

ABSTRAK

Latar Belakang: gastritis kebanyakan diawali dengan pola makan yang buruk sehingga lambung menjadi sensitif jika asam lambung naik. Pola makan terdiri dari frekuensi makan, jadwal makan, porsi makan, dan jenis makanan. Dengan melaksanakan pola makan yang baik, penderita gastritis dapat melakukan kegiatan dengan baik dan tidak memperparah gastritis yang dideritanya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di SMA GKPI Padang Bulan Medan. **Metode:** Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan desain *cross sectional*. teknik pengambilan sampel dengan cara *total sampling*, sampel berjumlah 42 responden. **Hasil:** hasil penelitian menunjukkan gastritis terjadi pada usia 15-17 tahun sebanyak 40 responden (95.2%) dan berumur 18-21 tahun sebanyak 2 responden (4.8%). Frekuensi jenis kelamin perempuan 27 responden (64.3%) dan laki-laki 15 responden (35.7%). Pola makan menunjukkan 33 responden (78.6%) memiliki pola makan yang buruk dan 9 responden (21.4%) memiliki pola makan yang baik dengan sub kategori jenis makanan 26 responden (61.9%) jenis makanannya buruk dan 16 responden (38.1%) jenis makanan baik, frekuensi makan 25 responden (59.5%) frekuensi makannya buruk dan 17 responden (40.5%) frekuensi makan baik, jadwal makan 29 responden (69.0%) jadwal makannya buruk dan 13 responden (31.0%) jadwal makan baik, dan pola makan 23 responden (54.8%) porsi makan yang buruk dan 19 responden (45.2%) baik. **Kesimpulan:** Gambaran pola makan pada remaja penderita gastritis di SMA GKPI Padang Bulan Medan kurang baik. Pihak puskesmas terdekat bisa bekerja sama dengan pihak sekolah dalam memberikan pendidikan kesehatan untuk lebih meningkatkan pola makan yang lebih baik lagi bagi remaja yang terkena gastritis di SMA GKPI Padang Bulan Medan.

Kata Kunci: pola makan, gastritis.

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING
SCIENTIFIC WRITING, JULY 2022**

RIRIN SEPRINA SIMARMATA

P0720119142

**DESCRIPTION OF EATING PATTERNS IN ADOLESCENT WITH GASTRITIS
AT SENIOR HIGH SCHOOL OF GKPI PADANG BULAN MEDAN IN 2022**

44 PAGES + V CHAPTER + 5 TABLES + 1 CHART + 10 APPENDICES

ABSTRACT

Background: The incidence of gastritis mostly begins with a poor diet, making the stomach sensitive when gastric acid levels rise. Diet includes frequency, schedule, portion, and type of food. With a good diet, gastritis sufferers do well without exacerbating their gastritis condition. **Objective:** This study aims to describe the diet of adolescents with gastritis at Senior High School OfGKPIPadang Bulan Medan. **Methods:** This research is a quantitative descriptive study designed with a cross sectional design, and examined 42 respondents obtained through total sampling technique. **Results:** Through research it is known that adolescents aged 15-17 years suffered gastritis, in 40 respondents (95.2%), at the age of 18-21 years, in 2 respondents (4.8%), 27 respondents (64.3%) were female, and 15 respondents (35.7%) are male; 33 respondents (78.6%) had a poor diet, 9 respondents (21.4%) had a good diet; 26 respondents (61.9%) with bad type of food and 16 respondents (38.1%) with good type of food, 25 respondents (59.5%) with bad frequency of eating, 17 respondents (40.5%) with good frequency of eating; 29 respondents (69.0%) with a bad eating schedule, and 13 respondents (31.0%) with a good eating schedule; 23 respondents (54.8%) with a bad diet and 19 respondents (45.2%) with a good diet. **Conclusion:** The picture of eating patterns in adolescents with gastritis at Senior High School OfGKPIPadang Bulan Medan is in the poor category. The nearest Puskesmas can collaborate with schools in providing health education to improve the diet of teenagers who suffer from gastritis at Senior High School OfGKPIPadang Bulan Medan.

Keywords : diet, gastritis

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kekuatan dan kasih karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karyatulis ilmiah ini yang berjudul **“Gambaran Pola Makan Pada Remaja Penderita Gastritis Di SMA GKPI Padang Bulan Medan”** .

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada ibu **Suriani Ginting, S.Kep., Ns, M.Kep** sebagai dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan, arahan dan masukan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah dapat terselesaikan. Penulis juga mengucapkan banyak terimakasih kepada:

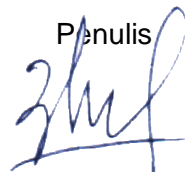
1. Ibu Dra. Hj. Ida Nurhayati. M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
2. Ibu Johani Dewita Nasution, SKM., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
3. Ibu Afniwati, S.Kep.,Ns.,M.Kes, selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
4. Ibu Sri Siswati, SST, M.psi dan Ibu Adelima C Simamora, S.Kep.Ns,M.Kes, selaku tim penguji yang telah membimbing dan membantu saya dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Seluruh dosen dan staf Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
6. Teristimewa kepada kedua orangtua saya tersayang, Bapak Sarman Simarmata, ibu Rosalin Sitohang dan kedua adik saya Doni Simarmata, Aslima Ronauli Simarmata dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
7. Kepada orang yang saya sayangi yaitu Satya Sevtiand Raja Orika Purba yang telah menjadi support sistem dan memberikan semangat kepada saya untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

8. Terimakasih kepada kakak angkat saya Rena Sinaga dan adik angkat saya Aprilia Pasaribu yang telah memberikan semangat dan saran kepada saya.
 9. Teman –teman seperdopingan saya yaitu Gita Barus, Kristin Gule, Nuri Indriani dan Robin Sastra yang selalu membantu dan mendukung saya dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
- Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada teman-teman angkatan XXXIII yang sudah memberikan dukungan kepada saya. Terkhusus untuk sahabat saya Wira Nova Hasugian, Geby Arthania Silalahi, Rinawati Saragih, Yesika Kembaren, yang mendukung saya dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kesempurnaan baik dari isi maupun susunannya hal ini disebabkan karena keterbatasan waktu, wawasan ataupun ketelitian penulis. Untuk ini penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak untuk kesempurnaan karya tulis ilmiah ini. Sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat disusun dengan sempurna nantinya dan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan bagi penulis dan pembaca. Semoga segenap bantuan, bimbingan, dan arahan yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan dari Tuhan.

Medan, Juli 2022

Penulis



Ririn Seprina Simarmata

Daftar Isi

LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I	
PENDAHULUAN	1
A.Latar Belakang.....	1
B.Rumusan Masalah.....	3
C.Tujuan Penelitian.....	3
C.1 Tujuan Umum	3
C.2 Tujuan Khusus.....	3
D.Manfaat Penelitian.....	3
BAB II	
TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Pola Makan	5
A.1 Pengertian Pola Makan	5
A.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Makan	5
A.3 Pola Makan Sehat	6
A.4 Komponen Pola Makan	6
A.5 Membentuk Pola Makan Yang Baik	9
A.6 Cara Mengelola Makan.....	9
A.7 Perilaku Makan Sehat Pada Remaja	10
B. Remaja.....	11
B.1 Usia Remaja	11
B.2 Tujuan PerkembanganRemaja.....	12
B.3 Masa Transisi Remaja	12
B.4 TugasPerkembanganRemaja.....	13
B.5 Karakteristik Perilaku MakanRemaja	14

B.6 Kebutuhan Zata Gizi Untuk Remaja.....	15
C. Gastritis.....	16
C.1 Pengertian Gastritis.....	16
C.2 Klasifikasi Gastritis	17
C.3 Etiologi	17
C.4 Manifestasi Klinis.....	18
C.5 Pencegahan Gastritis	18
C.6 Faktor Resiko Gastritis	19
C.7 Komplikasi	20
C.8 Penatalaksanaan.....	20
D. Kerangka Konsep.....	22
E. Defenisi Operasional	23
BAB III	
METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Dan Desain Penelitian	25
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	25
C.1 Populasi	25
C.2 Sampel.....	25
C.3 KriteriaSampel	25
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	26
D.1 Jenis Data.....	26
D.2 Cara Pengumpulan Data.....	26
E. Pengolahan Data Dan Analisa Data	26
E.1 Pengolahan Data.....	26
E.2 Analisa Data	27
F. Penghitungan Etik.....	28

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Gambaran Umum Lokasi	29
B. Hasil	30
C. Pembahasan	32

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN	38
A. Kesimpulan.....	38
B. Saran	39

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	22
--------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Defenisi Operasional.....	23
Tabel 4.1 Karakteristi Responden Berdasarkan Usia.....	30
Tabel 4.2 Karakteristi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	30
Tabel 4.3 Kategori Responden Berdasarkan Pola Makan	31
Tabel 4.4 Kategori Responden Berdasarkan Sub Pola Makan	31
Tabel 4.5 Pola Makan Berdasarkan Usia	32
Tabel 4.6 Pola Makan Berdasarkan Jenis Kelamin	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Pernyataan Menjadi Responden

Lampiran 2 : Kuesioner

Lampiran 3 : Surat Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 4 : Surat Balasan Studi Pendahuluan

Lampiran 5 : Surat Izin Penelitian

Lampiran 6 : Surat Selesai Penelitian

Lampiran 7 : Surat EC (Ethical Clereance)

Lampiran 8 : Master Tabel

Lampiran 9 : Hasil Uji Statistik

Lampiran 10 : lembar kegiatan konsul

Lampiran 11 : Riwayat Hidup Penulis