



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 4 Tahun 2025 Page 6085-6098

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Status Gizi Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa-Siswi Jurusan DKV Kelas X 1 Dan X2 Di SMK Negeri 1 Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025

Muhamad Ikhsan Prawira Negara^{1✉}, Dito Drajat², Alfiani Rizqi³

Universitas Islam Al-Ihya Kuningan

Email: ihksannegara@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Kebiasaan konsumsi memiliki peran penting dan mempengaruhi bagi kesejahteraan individu. Kebiasaan konsumsi makanan mencakup frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, serta porsi dan waktu makan. Pola makan yang tidak sehat dapat berkontribusi terhadap meningkatnya angka obesitas dan penyakit kronis lainnya. Status gizi adalah kondisi fisik dan status seseorang yang dipengaruhi oleh asupan makanan yang dikonsumsi. Status gizi mencakup seperti berat badan dan tinggi badan. Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja dan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kebiasaan konsumsi makanan cepat saji serta status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan status gizi dengan kejadian gastritis pada siswa-siswi kelas DKV X1 dan X2 di SMK Negeri 1 Luragung, Kabupaten Kuningan. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi dan pendekatan cross-sectional, melibatkan 68 responden. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji ($p=0,782$) ($< 0,05$), maupun status gizi ($p=0,951$) ($< 0,05$), dengan kejadian gastritis. Mayoritas responden mengonsumsi makanan cepat saji secara sering (83,0%) dan memiliki status gizi baik (56,2%). Kejadian gastritis ditemukan pada 10,3% responden. Kesimpulannya konsumsi makanan cepat saji dan status gizi tidak berhubungan langsung dengan gastritis pada remaja kelas X1 dan X2 DKV SMK Negeri 1 Luragung ditunjukkan dengan nilai ($p=0,782$) ($< 0,05$) pada kebiasaan makanan cepat saji dan ($p=0,951$) ($< 0,05$) pada status gizi.

Kata kunci: *Gastritis, Kebiasaan Makan, Makanan Cepat Saji, Status Gizi*

Abstrack

Consumption habits have an important and influential role in individual well-being. Food consumption habits include the frequency of meals, the type of food consumed, and the portion and timing of meals. An unhealthy diet can contribute to an increase in obesity and other chronic diseases. Nutritional status is a person's physical condition and status that is affected by the intake of food consumed. Nutritional status includes such as weight and height. Gastritis is one of the health problems that often occur in adolescents and can be influenced by various factors, including fast food consumption habits and nutritional status. This study aims to find out whether there is a relationship between fast food consumption habits and nutritional status with the incidence of gastritis in students of DKV X1 and X2 classes at SMK Negeri 1 Luragung, Kuningan Regency. The method used was quantitative with a descriptive correlation design and a cross-sectional approach, involving 68 respondents. The results showed that there was no significant relationship between fast food consumption ($p=0.782$) (< 0.05), and nutritional status ($p=0.951$) (< 0.05), and the incidence of gastritis. The majority of respondents ate fast food frequently (83.0%) and had good nutritional status (56.2%). The incidence of gastritis was found in 10.3% of respondents. In conclusion, fast food consumption and nutritional status were not directly related to gastritis in adolescents in grades X1 and X2 DKV SMK Negeri 1 Luragung were assigned with values of ($p=0.782$) (< 0.05) in fast food habits and ($p=0.951$) (< 0.05) in nutritional status. Keywords: *Gastritis, Eating Habits, Fast Food, Nutritional Status*

PENDAHULUAN

Kebiasaan konsumsi makanan merupakan sesuatu yang penting untuk memengaruhi kesejahteraan individu. Kebiasaan konsumsi makanan mencakup frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, serta porsi dan waktu makan. Pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan cepat saji yang tinggi lemak dan gula, dapat berkontribusi terhadap meningkatnya angka obesitas dan penyakit kronis. Selain itu, faktor sosial, ekonomi, dan budaya juga memainkan peran signifikan dalam membentuk kebiasaan makan seseorang. Misalnya, akses terhadap makanan sehat sering kali terbatas di daerah dengan pendapatan rendah, yang memengaruhi pilihan makanan dan pola konsumsi. (Shofi Jauziah et al., 2021)

Pola makan yang sehat idealnya mencakup variasi kelompok makanan seperti protein berkualitas dari ikan (salmon, tuna, tongkol), daging tanpa lemak, telur, dan kacang-kacangan yang penting untuk pembentukan otot dan perkembangan otak. Karbohidrat kompleks dari nasi merah, oatmeal, dan roti gandum utuh diperlukan sebagai sumber energi utama, sementara sayuran berwarna (bayam, brokoli, wortel) dan buah-buahan segar (jeruk, apel, pisang) menyediakan vitamin, mineral, dan antioksidan esensial untuk menjaga daya tahan tubuh. Pemilihan makanan sehat ini perlu didukung dengan pola makan teratur

tiga kali sehari disertai dua kali snack sehat, serta kecukupan air putih untuk menjaga metabolisme tubuh (Wulandari, S., & Hartono, M. 2023)

Makanan cepat saji merupakan kategori makanan yang dikemas dengan cara yang memudahkan penyajian, praktis, dan diolah melalui metode yang sederhana. Produk ini umumnya dihasilkan melalui proses pengolahan pangan yang memanfaatkan teknologi tinggi, serta mengandung berbagai zat aditif yang berfungsi untuk memperpanjang masa simpan dan meningkatkan cita rasa. Contoh makanan cepat saji meliputi lauk pauk dalam kemasan, mie instan, seblak, nugget, burger, pizza, es krim, gorengan, dan lain-lain. Meskipun praktis, makanan cepat saji mengandung sejumlah zat yang berpotensi berbahaya dan dapat menimbulkan berbagai penyakit jika dikonsumsi secara berlebihan. Selain itu, makanan ini sering kali mengandung kalori yang tinggi, yang dapat berkontribusi terhadap obesitas, serta zat-zat kimia berbahaya seperti pewarna, pengawet, dan pemanis yang tidak dianjurkan untuk dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan. (Wicaksana, 2018).

Remaja kerap mengalami pola makan yang kurang sehat dan tidak teratur, yang dalam beberapa kasus dapat berkembang menjadi gangguan pola makan. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh padatnya aktivitas harian mereka, terutama terkait dengan tuntutan akademik di sekolah, sehingga perhatian terhadap asupan makanan—baik dari segi waktu maupun jenisnya—seringkali terabaikan. Akibatnya, remaja menjadi lebih rentan terhadap permasalahan terkait pola makan. (Apriyani, 2021). Berdasarkan definisi dari World Health Organization (WHO, 2021), remaja merupakan individu yang berada pada rentang usia 10 hingga 19 tahun. Sementara itu, menurut Undang-Undang Perlindungan Anak, sebagaimana dikemukakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2023), remaja didefinisikan sebagai individu yang berusia antara 10 hingga 18 tahun.

Status gizi adalah kondisi fisik dan status seseorang yang dipengaruhi oleh asupan makanan yang dikonsumsi. Status gizi mencakup seperti berat badan dan tinggi badan. Hal ini mencerminkan seimbangnnya pola makan dengan kebutuhan tubuh dan aktivitas. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Masalah yang ada di berbagai negara, termasuk Indonesia, adalah status gizi. Pada usia dewasa, permasalahan gizi yang paling dominan ditemukan adalah kelebihan berat badan (*overweight*) dan obesitas, dibandingkan dengan kekurangan gizi. Status gizi seseorang berperan penting dalam menentukan jenis permasalahan gizi yang dialami, dan setiap kelompok usia memiliki risiko tersendiri untuk mengalami gangguan gizi. (Astuti et al., 2022) bahwa remaja merupakan kelompok umur yang rentan terhadap masalah gizi. Masalah gizi di usia remaja dapat mempengaruhi perkembangan kognitif, produktivitas dan kinerja individu.

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi remaja usia 13–15 tahun yang mengalami gizi kurang dan sangat kurang tercatat sebesar 7,6%, sementara prevalensi kelebihan berat badan (overweight) mencapai 12,1% dan obesitas sebesar 4,1%. Di Provinsi Jawa Barat, angka prevalensi gizi kurang pada remaja diperkirakan sekitar 7,5%, sedangkan prevalensi obesitas mencapai 9,1%. Di Kabupaten Kuningan sendiri, sekitar 27,7% dari total penduduk berusia di bawah 15 tahun, serta sekitar 30,7% remaja berusia di atas 16 tahun, tercatat mengalami kelebihan berat badan dan obesitas (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2020)

Gastritis merupakan kondisi peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut maupun kronis, serta dapat disebabkan oleh infeksi bakteri *Helicobacter pylori* maupun oleh konsumsi bahan tertentu yang berpotensi merusak lapisan pelindung lambung (Maidartati et al., 2021). Penyakit ini, yang lebih dikenal di masyarakat sebagai maag, dapat menimbulkan gangguan signifikan terhadap aktivitas sehari-hari dan, jika tidak ditangani secara tepat, berpotensi menimbulkan komplikasi serius (Sumbara, 2020). *Gastritis* merupakan salah satu gangguan pada sistem pencernaan yang paling umum dijumpai di berbagai kelompok usia, mulai dari remaja hingga lanjut usia. Penyebab utama dari kondisi ini berkaitan dengan gaya hidup yang kurang sehat, seperti kebiasaan makan yang tidak teratur, penggunaan jangka panjang obat pereda nyeri, konsumsi kopi dan alkohol, merokok, stres fisik maupun psikologis, gangguan autoimun, penyakit *Crohn*, *bile reflux*, infeksi bakteri, serta gangguan fungsi ginjal. Gejala yang umum dialami penderita *gastritis* antara lain rasa tidak nyaman di area perut, perut kembung, sakit kepala, mual, dan munculnya lapisan pada permukaan lidah. (Uwa et al., 2019)

Data dari World Health Organization menunjukkan bahwa prevalensi *gastritis* bervariasi secara signifikan antarnegara. Di Inggris tercatat sebesar 22%, di Tiongkok 31%, di Jepang 14,5%, di Kanada 35%, dan di Prancis sebesar 29,5%. Di kawasan Asia Tenggara, diperkirakan terdapat sekitar 583.635 kasus *gastritis* setiap tahunnya, berdasarkan proyeksi jumlah penduduk. Di Shanghai, prevalensi *gastritis* yang terdiagnosis melalui prosedur endoskopi mencapai 17,2%, angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan negara-negara Barat, yang rata-rata hanya mencapai 4,1% dan sebagian besar kasusnya bersifat asimtomatik (Suwindiri, 2021).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi *gastritis* di sejumlah wilayah menunjukkan angka yang cukup tinggi, dengan total 274.396 kasus dari populasi sebesar 238.452.952 jiwa, yang setara dengan 40,8%. Persentase kasus *gastritis* di beberapa kota besar di Indonesia antara lain: Jakarta sebesar 50%, Palembang 35,5%,

Bandung 32%, Denpasar 46%, Surabaya 31,2%, Aceh 31,7%, dan Pontianak 31,2% (Suwindiri, 2021).

Pencegahan penyakit *gastritis* pada remaja agar tidak berkembang menjadi lebih parah dapat dilakukan melalui beberapa langkah, antara lain dengan meningkatkan asupan cairan hingga sekitar 8 gelas per hari, memastikan istirahat yang cukup, mengurangi aktivitas fisik yang berlebihan, serta menghindari makanan yang pedas dan panas. Selain itu, penting untuk mengelola stres, mengatur pola makan yang teratur setiap hari bagi penderita *gastritis*, menetapkan jadwal makan yang konsisten, serta menghindari makanan tinggi lemak, minuman beralkohol, dan berkafein. Penanganan juga dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis. *Gastritis* memerlukan perhatian khusus terhadap pengaturan makanan untuk memperbaiki kondisi pencernaan. Di samping itu, penyediaan variasi makanan yang menarik sangat berpengaruh, karena kurangnya variasi dapat menyebabkan kebosanan dan mengurangi selera makan, sehingga remaja cenderung lebih memilih makanan cepat saji (Y.f diliyana, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi menggunakan pendekatan Cross Sectional. Dimana seluruh variabel yang diamati, diukur pada saat penelitian berlangsung. Penelitian ini menggunakan data primer untuk mengetahui hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan status gizi dengan *gastritis* pada remaja kelas X1 dan X2 DKV di SMK Negeri 1 Luragung. Dimana variabel bebas yaitu kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dan status gizi sedangkan variabel terikat yaitu *gastritis* akan dikumpulkan dalam waktu bersamaan.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi jurusan DKV (Desain Komunikasi dan Visual Kelas X1 dan X2 yang berusia 15 sampai 18 tahun di SMK Negeri 1 Luragung dengan jumlah 63 orang. Teknik pengambilan sampling pada penelitian ini adalah metode *Total Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi sebanyak 63 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Luragung melibatkan siswa – siswi kelas X1 dan X2 Jurusan DKV (Desain Komunikasi Visual) sebagai responden, dengan persyaratan

jumlah sampel sebanyak 68 sampel. Dalam penelitian ini terdapat 68 responden. Informasi mengenai karakteristik responden disajikan secara rinci dalam tabel 1 berikut.

Tabel 1. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin dan usia

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	32	47,1
Perempuan	36	52,9
Total	68	100
Usia (Tahun)		
15	13	19,1
16	43	63,2
17	12	17,6
Total	68	100

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 4.1 mayoritas responden adalah Perempuan dengan jumlah sebanyak 36 orang (52,9%) dan sebagian besar memiliki usia 16 tahun dengan jumlah 43 (63,2%) orang responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji

Kebiasaan Konsumsi Makanan	Jumlah	Persentase(%)
Cepat Saji		
Sering	56	83,0
Tidak Sering	12	17,0
Total	68	100

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki pola konsumsi makanan cepat saji sering sebanyak 56 responden (83,0%) sedangkan responden dengan pola konsumsi makanan cepat saji tidak sering sebanyak 12 responden (17,0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Kejadian *Gastritis* Pada Responden

Kejadian <i>Gastritis</i>	Jumlah	Persentase(%)
Pernah	7	10,3
Tidak Pernah	61	89,7
Total	68	100

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis diperoleh bahwa didapatkan mayoritas responden tidak pernah mengalami *gastritis* dengan jumlah 61 (89,7%). Sedangkan yang pernah mengalami *gastritis* dengan jumlah responden 7 (10,3%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Nialai Statatus Gizi Responden

Status Gizi	Jumlah	Persentase (%)
Kurang (<18.5)	12	16,4
Normal (18.5-22.9)	41	56,2
Lebih (23-24.9)	10	13,7
Obesitas (\geq 25)	5	6,9
Total	68	100

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel diatas berat hasil analisis diperoleh bahwa rata rata nilai IMT pada penelitian ini yaitu dengan status gizi baik sebanyak 41 responden (56,2%), dan nilai IMT status gizi kurang sebanyak 12 responden (16,4), sedangkan niali IMT status gizi lebih sebanyak 10 responden (13,7), nilai IMT obesitas sebnyak 5 responden (6,9%)

2. Hasil Analisis

Tabel 5. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian *Gastritis*

Konsumsi Makanan Cepat Saji	Tidak <i>Gastritis</i>		<i>Gastritis</i>		Total		p- Value
	n	%	n	%	n	%	
Sering	50	88,9	4	11,1	36	52,9	0,782
Tidak Sering	11	90,6	3	9,4	32	47,1	
Total	61	89,7	7	10,3	68	100	

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel diatas hasil uji statistik dengan $P = 0.782$ ($p > 0,05$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dan kejadian *gastritis* pada sampel yang diteliti. Persentase kejadian *gastritis* pada kelompok yang sering mengonsumsi makanan cepat saji adalah 11,1%, sedangkan pada kelompok yang tidak sering mengonsumsi makanan cepat saji sebesar 9,4%.

Tabel 6. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian *Gastritis*

Status Gizi	Tidak <i>Gastritis</i>		<i>Gastritis</i>		Total		p- Value
	n	%	n	%	n	%	
Kurang (<18.5)	11	91,7	1	11,1	12	17,6	0,951
Normal (18.5-22.9)	37	90,2	4	9,4	41	60,3	
Lebih (23-24.9)	9	90,0	1	10,0	10	14,7	
Obesitas (\geq 25)	4	80,0	1	20,0	5	7,4	

Total	61	89,7	7	10,3	68	100
-------	----	------	---	------	----	-----

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel diatas hasil uji statistik dengan p-value 0,951 ($p > 0,05$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan kejadian *gastritis* pada responden yang diteliti. Persentase kejadian *gastritis* pada masing-masing kategori status gizi adalah 8,3% pada kelompok gizi kurang ($<18,5$), 9,8% pada gizi normal (18,5-22,9), 10% pada gizi lebih (23-24,9), dan 20% pada obesitas (≥ 25).

Pembahasan

1. Usia

Pada penelitian ini sebagian responden memiliki usia 16 tahun dengan jumlah 35 orang (67,3), sebagian besar memiliki usia 15 tahun dengan jumlah 13 (19,1%), dan usia 17 tahun dengan jumlah 12 orang (17,6), dari total responden. Menurut WHO (World Health Organization) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Dyah Ayu Fitriani dkk (2024) yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 16 tahun (60,87%).

Remaja merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan percepatan perubahan dalam aspek pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial. Perubahan fisik yang terjadi pada masa ini berpengaruh terhadap status gizi. Oleh karena itu, pemenuhan kebutuhan gizi pada masa remaja menjadi penting guna mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan secara optimal.

Hal ini selaras dengan Pranata et al. (2024), kejadian *gastritis* pada remaja dipengaruhi oleh pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan pedas dan asam, serta akibat tekanan akademik dan sosial. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Putri (2023) menunjukkan bahwa gaya hidup remaja yang cenderung mengonsumsi makanan cepat saji dan minuman berkafein juga berkontribusi terhadap peningkatan risiko *gastritis*. Namun, utama yang memicu *gastritis* pada remaja adalah ketidak seimbangan pola makan dan kebiasaan makan yang tidak sehat secara keseluruhan.

2. Jenis Kelamin

Pada penelitian ini memiliki karakteristik mayoritas responden dengan jenis kelamin, sebanyak 36 orang (52,9%). Jenis kelamin juga mempengaruhi asupan gizi yang dibutuhkan oleh individu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sutrio dkk (2021) yang menyatakan bahwa jumlah siswa pada kelompok I siswa terbanyak laki – laki yaitu 17 siswa (56,7%). Secara umum, individu yang berjenis kelamin laki – laki maupun memiliki potensi

yang sama dalam hal pengetahuan karena tidak ada pembatasan gender yang menghalangi mereka dalam pemahaman terhadap sesuatu.

Angka kecukupan gizi remaja laki – laki dan Perempuan berbeda. Remaja laki – laki usia 16 – 18 tahun membutuhkan asupan energi per hari sebanyak 2650 kkal , protein 75 gram, karbohidrat 400 gram, 85gram lemak, serat 37 gram,dan air 2300 ml. Sedangkan untuk remaja usia 16 – 18 tahun membutuhkan asupan 2100 kkal energi, protein 65 gram, karbohidrat 300 gram, lemak 70 gram, serat 29 gram, dan air 2150 ml (AKG,2019).

Hal ini selaras dengan penelitian (Malahayati, 2023). Pasien *gastritis* didominasi oleh Perempuan sebanyak 54%, dibandingkan laki-laki 46%. Hal ini dikaitkan dengan hormon yang mempengaruhi kondisi emosi, sehingga rentan mengalami depresi, dan perubahan nafsu makan yang dapat memicu *gastritis*.

3. Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji

Pada penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki pola konsumsi makanan cepat saji sering sebanyak 56 responden (83,0%) sedangkan responden dengan pola konsumsi makanan cepat saji tidak sering sebanyak 12 responden (17,0%).

Hal ini selaras dengan (Sari & Lestari, 2022) menunjukkan bahwa 60% remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji cenderung memiliki pola makan yang buruk, yang dapat mengarah pada defisiensi gizi dan masalah jangka panjang. Selain itu, makanan cepat saji sering kali lebih mudah diakses dan lebih murah, sehingga remaja memilihnya karena kenyamanan, tanpa mempertimbangkan dampak yang mungkin ditimbulkan bagi mereka di masa depan.

Konsumsi makanan cepat saji yang meningkat di kalangan remaja telah menjadi perhatian serius dalam konteks status gizi. Makanan cepat saji biasanya tinggi kalori, lemak jenuh, dan gula, namun rendah nutrisi penting yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Hadi et al., 2021). Hal ini berpotensi menyebabkan defisiensi gizi dan masalah seperti obesitas, yang dapat memengaruhi metabolisme fisik dan mental remaja.

Remaja yang sering mengonsumsi makanan cepat saji cenderung memiliki pola makan yang tidak seimbang, yang dapat mengakibatkan masalah jangka panjang, termasuk gangguan dan penurunan daya tahan tubuh (Sari & Lestari, 2022). Dengan meningkatnya ketergantungan pada makanan cepat saji, penting untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatifnya terhadap status gizi, serta memberikan edukasi gizi yang tepat untuk membantu remaja membuat pilihan makanan yang lebih sehat.

4. Kejadian *Gastritis*

Pada penelitian ini diperoleh bahwa didapatkan mayoritas responden tidak pernah mengalami *gastritis* dengan jumlah 61 (89,7%). Sedangkan yang pernah mengalami *gastritis* dengan jumlah responden 7 (10,3%).

Hal ini sejalan dengan penelitian Aldelina (2019) pada remaja penderita *gastritis* usia 15–24 tahun, diketahui bahwa kelompok usia 19–20 tahun merupakan yang paling banyak mengalami *gastritis*, dengan persentase sebesar 41,67%. Hal ini berkaitan dengan fase transisi remaja menuju jenjang pendidikan tinggi, di mana mereka mulai menjalani kehidupan sebagai mahasiswa.

Demikian dengan penelitian Sumais (2019) mengungkapkan bahwa sekitar 30% remaja di lingkungan sekolah mengalami gejala *gastritis*, yang umumnya disebabkan oleh pola makan yang kurang sehat serta tingkat stres yang tinggi akibat tekanan akademik. Konsumsi makanan cepat saji dan camilan tinggi lemak menjadi pilihan utama, sementara asupan sayuran dan buah-buahan yang kaya serat seringkali diabaikan. Selain itu, kebiasaan makan yang terburu-buru—seperti makan sambil belajar atau menggunakan perangkat elektronik—dapat memperburuk kondisi lambung. Temuan lain juga menunjukkan bahwa remaja dengan riwayat *gastritis* cenderung lebih rentan mengalami gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi, yang dipicu oleh ketidaknyamanan fisik yang mereka rasakan.

5. Status Gizi

Pada penelitian ini status gizi pada responden diperoleh bahwa rata-rata nilai IMT pada penelitian ini yaitu dengan status gizi baik sebanyak 41 responden (56,2%), dan nilai IMT status gizi kurang sebanyak 12 responden (16,4), sedangkan nilai IMT status gizi lebih sebanyak 10 responden (13,7), nilai IMT obesitas sebanyak 5 responden (6,9%).

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Lestari (2021), ditemukan status gizi yang rendah di kalangan remaja berkorelasi dengan pola makan yang tidak sehat. Remaja yang kurang memahami pentingnya asupan gizi cenderung memilih makanan cepat saji dan tinggi kalori, yang dapat menyebabkan obesitas dan masalah lainnya.

Demikian menurut Sagala & Noerfitri, (2021). Status gizi memegang peranan penting dalam menentukan kualitas hidup seseorang. Apabila kebutuhan gizi tercukupi, maka status gizi normal dapat dicapai dan dianggap sebagai kondisi ideal. Namun demikian, sebagian besar remaja masih kurang menyadari pentingnya asupan energi dan zat gizi dalam memenuhi kebutuhan harian. Pola konsumsi remaja saat ini cenderung mengabaikan kandungan nilai gizi dalam makanan yang mereka konsumsi.

Selain itu, kekurangan zat gizi tertentu, seperti vitamin C dan zinc, yang penting untuk lambung juga dapat memperburuk kondisi *gastritis* (Rahmawati & Putri, 2022). Oleh karena

itu, perhatian terhadap status gizi remaja sangat penting, tidak hanya untuk mencegah masalah jangka panjang tetapi juga untuk menjaga pencernaan mereka agar tetap optimal.

6. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian *Gastritis*

Setelah analisis uji statistik didapatkan bahwa hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian *gastritis* menunjukkan tidak terdapat hubungan diantara keduanya, dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,782 ($p > 0,05$)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Almas Abyana dan rekan-rekan (2023) di Desa Mayangan, Kecamatan Jogoroto, Jombang, yang meneliti hubungan antara kebiasaan makan dan kejadian *gastritis* pada remaja berusia 19–22 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun 73% responden memiliki kebiasaan makan yang kurang baik, termasuk konsumsi makanan cepat saji, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji secara spesifik dengan kejadian *gastritis*. Dari total 37 responden, sebanyak 86,5% mengalami *gastritis*. Namun, secara umum, pola makan yang buruk memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kejadian *gastritis* dibandingkan hanya konsumsi makanan cepat saji. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor lain, seperti ketidakteraturan pola makan dan tingkat stres, memiliki peran yang lebih dominan dalam memicu terjadinya *gastritis*.

Demikian Dalam studi yang dipublikasikan oleh Teewan Journal (2023), ditemukan bahwa pola makan yang tidak sehat memang berhubungan dengan kejadian *gastritis* pada remaja, tetapi konsumsi makanan cepat saji tidak secara khusus dikaitkan sebagai faktor signifikan. Penelitian ini menegaskan bahwa pola makan secara keseluruhan, termasuk waktu makan yang tidak teratur dan konsumsi makanan pedas atau asam, lebih berperan dalam memicu *gastritis* dibandingkan kebiasaan konsumsi junk food. Peneliti menyebutkan bahwa remaja sering mengalami gangguan pola makan karena tekanan sosial dan akademik.

7. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian *Gastritis*

Setelah uji statistik didapatkan bahwa hubungan nilai status gizi dengan kejadian *gastritis* menunjukkan tidak terdapat hubungan diantara keduanya dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,952 ($p > 0,05$).

Selaras dengan penelitian Daya (2020) ditemukan bahwa sekitar 58% remaja dengan *gastritis* memiliki status gizi normal, sedangkan sisanya mengalami gizi kurang atau lebih. Penelitian ini menyimpulkan bahwa status gizi tidak berkorelasi langsung dengan kejadian *gastritis*, melainkan pola makan tidak sehat seperti konsumsi makanan pedas, asam, dan waktu makan yang tidak teratur lebih berpengaruh. Oleh karena itu, fokus intervensi kesehatan lebih pada perbaikan pola makan daripada hanya memperbaiki status gizi.

Demikian dengan studi di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta (2024) menemukan bahwa 59% pasien remaja dengan *gastritis* memiliki status gizi normal, dan 41% gizi kurang. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian *gastritis* ($p=0,11$). Penelitian ini menekankan bahwa faktor pola makan dan kebiasaan hidup lebih menentukan risiko *gastritis* daripada status gizi semata.

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Tan et al. (2021) menyoroti kompleksitas interaksi berbagai faktor yang memengaruhi terjadinya *gastritis*. Dalam studi tersebut, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara status gizi dan kejadian *gastritis*, di mana sebanyak 80% responden dengan status gizi baik tetap mengalami gejala *gastritis*. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor lain seperti infeksi, gaya hidup, dan kondisi psikologis memiliki kontribusi yang lebih dominan dalam memicu perkembangan *gastritis*.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul "Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Status Gizi Dengan Kejadian *Gastritis* Pada Siswa-Siswi Jurusan Dkv Kelas X 1 Dan X2 di Smk Negeri 1 Luragung Kabupaten Kuningan Tahun 2025" dengan melibatkan 68 responden dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Remaja di kelas DKV X1 dan X2 SMK Negeri 1 Luragung Kabupaten Kuningan memiliki pola konsumsi makanan cepat saji sering sebanyak 56 responden (83,0%) sedangkan responden dengan pola konsumsi makanan cepat saji tidak sering sebanyak 12 responden (17,0%).
2. Mayoritas responden tidak pernah mengalami *gastritis* dengan jumlah 61 (89,7%). Sedangkan yang pernah mengalami *gastritis* dengan jumlah responden 7 (10,3%)
3. Rata-rata nilai IMT pada penelitian ini yaitu dengan status gizi baik sebanyak 41 responden (56,2%), dan nilai IMT status gizi kurang sebanyak 12 responden (16,4), sedangkan nilai IMT status gizi lebih sebanyak 10 responden (13,7), nilai IMT obesitas sebanyak 5 responden (6,9%)
4. Berdasarkan hasil uji statistik dengan p-value 0,951 ($p > 0,05$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan kejadian *gastritis* pada responden yang diteliti. Persentase kejadian *gastritis* pada masing-masing kategori status gizi adalah 8,3% pada kelompok gizi kurang ($<18,5$), 9,8% pada gizi normal (18,5-22,9), 10% pada gizi lebih (23-24,9), dan 20% pada obesitas (≥ 25).
5. Berdasarkan hasil uji statistik dengan $P = 0.782$ ($p > 0,05$), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dan kejadian *gastritis* pada sampel yang diteliti. Persentase kejadian *gastritis* pada kelompok yang sering mengonsumsi makanan

cepat saji adalah 11,1%, sedangkan pada kelompok yang tidak sering mengonsumsi makanan cepat saji sebesar 9,4%

DAFTAR PUSTAKA

- Ameen, N., Maqbool, S., & Nisar, N. (2018). *Eating behaviors associated with fast food consumption among adolescents. Journal of Health Research, 23(4), 234-241.*
- Amer, N. R. Y., Al Massad, J. K., & Al Btoush, M. H. (2022). *Fast food consumption and its associated factors among university students. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(2), 827.*
- Angelica, D., & Siagian, E. (2022). Hubungan kebiasaan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian *gastritis*. *Jurnal Kesehatan.*
- Apriyani, F. (2021). Pola makan remaja dan risiko gangguan kesehatan. *Jurnal Kesehatan Indonesia.*
- Ariani, A. P. (2021). Status gizi dan faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Gizi Indonesia.*
- Astuti, N. P., Wahyuni, S., & Prasetyowati, I. (2022). Analisis status gizi remaja di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia.*
- Chen, J., & Wang, Y. (2024). *Impact of fast food consumption on gut microbiota and gastric health. Journal of Nutrition Research.*
- Diliyana, Y.F. (2020). Pencegahan *gastritis* pada remaja. *Jurnal Kesehatan.*
- Hoesny, R. D., & Nurcahaya, E. (2019). Faktor risiko *gastritis* pada usia produktif. *Jurnal Keperawatan Indonesia.*
- Laksono, P., Hidayat, R., & Sulistyani, E. (2022). Dampak konsumsi makanan cepat saji terhadap kesehatan. *Jurnal Gizi dan Pangan.*
- Lembong, R., Kapantow, N. H., & Malonda, N. S. H. (2019). Hubungan antara pola makan dengan kejadian *gastritis*. *Jurnal KESMAS.*
- Maidartati, M., Hayati, S., & Nurhayati, A. (2021). *Gastritis* pada remaja. *Jurnal Keperawatan.*
- Manalu, H. S. P., Sumarwati, M., & Suryani, M. (2021). Komplikasi *gastritis* dan pencegahannya. *Jurnal Kedokteran.*
- Mardalena, I. (2021). *Dasar-dasar ilmu gizi dalam keperawatan.* Pustaka Baru Press.
- Mustika, S., & Cempaka, A. R. (2021). Pencegahan *gastritis*. Tinjauan sistematis. *Jurnal Kesehatan.*
- Ningsih, F., Putri, R. M., & Lestari, S. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *gastritis*. *Jurnal Keperawatan.*
- Pamelia, I. (2019). Perilaku konsumsi makanan cepat saji pada remaja. *Jurnal Gizi Indonesia.*

- Perangin-angin, M. A. (2021). *Gastritis*. Penyebab dan penatalaksanaannya. Jurnal Kedokteran.
- Rahmatika, R. (2019). Pola konsumsi fast food pada remaja. Jurnal Gizi dan Pangan.
- Ranggayuni, D., & Nuraini, A. (2021). Makanan cepat saji dan dampaknya bagi kesehatan. Jurnal Nutrisi Indonesia.
- Shofi Jauziyah, M., Ahmad, A., & Putri, R. (2021). Kebiasaan konsumsi makanan dan faktor yang mempengaruhinya. Jurnal Gizi.
- Sumbara. (2020). *Gastritis* dan penanganannya. Jurnal Kesehatan.
- Supariasa, I. D. N. (2021). Penilaian status gizi. EGC.
- Suwindiri, P. (2021). Prevalensi *gastritis* di Indonesia. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Unaradjan, D. D. (2019). Metode penelitian kuantitatif. Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya.
- Uwa, L. F., Milwati, S., & Sulasmini, S. (2019). Hubungan antara stres dengan kejadian *gastritis*. Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan.
- Verawati, B. (2020). *Gastritis*. Diagnosis dan tatalaksana. Jurnal Kedokteran.
- Wahyuni, S. (2021). Penyakit *gastritis* dan pola makan. Jurnal Kesehatan.
- Wicaksana, R. (2018). Dampak makanan cepat saji terhadap kesehatan. Jurnal Gizi Indonesia.
- Wulandari, S., & Hartono, M. (2023). Pola makan sehat dan gizi seimbang. Jurnal Nutrisi.
- Yohannes, T. (2023). Klasifikasi dan penanganan *gastritis*. Jurnal Kedokteran Indonesia.
- Yuliarsih, L., Putri, R. M., & Lestari, S. (2022). Hubungan pola makan dengan kejadian *gastritis*. Jurnal Keperawatan Indonesia