

TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWA NON KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN GASTRITIS DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG

Devi Fatikasari¹, Neng Repi Nur Efendi², Wanda Rihhadatul Aisya³, Zunika Sahda Wulandari⁴, Nova Yuliana⁵, Hanum Zaskia⁶, Satriya Pranata⁷

¹Universitas Muhammadiyah Semarang

novaylna004@gmail.com, satriya.pranata@unimus.ac.id

ABSTRACT

*Gastritis atau peradangan pada mukosa lambung merupakan Penyakit ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti peningkatan asam lambung, infeksi *Helicobacter pylori*, stres, serta pola makan yang tidak teratur. Gejalanya meliputi nyeri ulu hati, mual, muntah, dan perut kembung yang dapat mengganggu aktivitas serta menurunkan kualitas hidup penderitanya. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok berisiko tinggi mengalami gastritis. Aktivitas kuliah yang padat, stres akademik, konsumsi kafein berlebih, serta kebiasaan makan tidak teratur menjadi faktor pemicu peningkatan asam lambung. Kurangnya perhatian terhadap pola hidup sehat membuat mahasiswa rentan mengalami gangguan lambung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa Non Kesehatan tentang pencegahan gastritis. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 88 responden menunjukkan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai gastritis yaitu sebanyak 46 responden (52,3%) dengan nilai rata-rata skor pengetahuan responden adalah 14,21 dengan standar deviasi 2,31. Oleh karena itu meskipun secara umum tingkat pengetahuan yang dimiliki mahasiswa Non Kesehatan sudah berada pada kategori baik, namun masih diperlukan upaya peningkatan edukasi dan penyuluhan kesehatan secara terarah agar mahasiswa lebih memahami serta mampu menerapkan perilaku hidup sehat untuk mencegah gastritis.*

Keywords : mahasiswa non kesehatan, gastritis

ABSTRAK

Gastritis atau peradangan pada mukosa lambung merupakan Penyakit ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti peningkatan asam lambung, infeksi *Helicobacter pylori*, stres, serta pola makan yang tidak teratur. Gejalanya meliputi nyeri ulu hati, mual, muntah, dan perut kembung yang dapat mengganggu aktivitas serta menurunkan kualitas hidup penderitanya. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok berisiko tinggi mengalami gastritis. Aktivitas kuliah yang padat, stres akademik, konsumsi kafein berlebih, serta kebiasaan makan tidak teratur menjadi faktor pemicu peningkatan asam lambung. Kurangnya perhatian terhadap pola hidup sehat membuat mahasiswa rentan mengalami gangguan lambung. Tujuan penelitian ini adalah

Article history

Received: Desember 2025

Reviewed: Januari 2026

Published: Januari 2026

Plagiarism checker no 234

Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa Non Kesehatan tentang pencegahan gastritis. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 88 responden menunjukkan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai gastritis yaitu sebanyak 46 responden (52,3%) dengan nilai rata-rata skor pengetahuan responden adalah 14,21 dengan standar deviasi 2,31. Oleh karena itu meskipun secara umum tingkat pengetahuan yang dimiliki mahasiswa Non Kesehatan sudah berada pada kategori baik, namun masih diperlukan upaya peningkatan edukasi dan penyuluhan kesehatan secara terarah agar mahasiswa lebih memahami serta mampu menerapkan perilaku hidup sehat untuk mencegah gastritis.

Kata kunci: mahasiswa non kesehatan, gastritis

PENDAHULUAN

Gastritis atau peradangan pada mukosa lambung merupakan salah satu gangguan pencernaan yang umum terjadi di seluruh dunia. Penyakit ini disebabkan oleh berbagai faktor seperti peningkatan asam lambung, infeksi **Helicobacter pylori**, stres, serta pola makan yang tidak teratur. Gejala yang timbul diantaranya nyeri ulu hati, mual, muntah, dan perut kembung yang dapat mengganggu aktivitas serta menurunkan kualitas hidup penderitanya

Berdasarkan data WHO (2017), angka kejadian gastritis mencapai 31% di Tiongkok, 22% di Inggris, 14,5% di Jepang, 35% di Kanada, dan 29,5% di Prancis. Di Indonesia, prevalensi gastritis sebesar 40,8%, dengan angka tertinggi di Medan (91,6%), disusul Jakarta (50%), Surabaya (31,2%), dan Yogyakarta (38,1%). Tingginya kasus gastritis menandakan masih rendahnya kesadaran terhadap pentingnya pola makan dan upaya pencegahan penyakit lambung khususnya gastritis.

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok berisiko tinggi yang rentan mengalami gastritis. Aktivitas kuliah yang padat ditambah dengan stres akademik, konsumsi kafein berlebih, kebiasaan makan yang tidak teratur menjadi faktor pemicu peningkatan asam lambung. Selain itu masih banyak mahasiswa yang kurang menjaga pola hidup sehat.

METODE

Penelitian ini merupakan Penelitian Deskriptif Kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional* untuk mengetahui tingkat pengetahuan Mahasiswa Non Kesehatan tentang pencegahan gastritis pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Semarang. Penggunaan metode pada penelitian ini diharapkan dapat mengetahui seberapa tinggi pengetahuan yang dimiliki oleh mahasiswa mengenai pencegahan gastritis.

Tempat pada penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Semarang. Waktu penelitian dilakukan pada 2025. Partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa Non Kesehatan dengan jumlah sampel 88 orang responden menggunakan perhitungan rumus Slovin. Untuk teknik pengumpulan data yang digunakan adalah *purposivel sampling* dengan memberikan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengolahan data dianalisis dengan menggunakan SPSS, dengan melalui beberapa langkah, yaitu pengeditan, pengkodean, entri data, dan penabulasian.

HASIL

Penelitian ini dilakukan terhadap responden dengan interval usia antara 19-21 tahun. Untuk jenis kelamin partisipan terdiri dari laki-laki dan perempuan.

Umur	Perempuan		Laki-Laki	
	N	%	N	%
19	14	15,9	7	7,9
20	30	34,1	16	18,2
21	10	11,4	11	12,5
Total	54	100	34	100

Tabel 1. Distribusi Partisipan berdasarkan Umur

Berdasarkan hasil analisis diketahui umur paling mudah 19 tahun dan paling tua 21 tahun dengan persentase umur terbanyak 20 tahun 34,1%. Menurut Andari, et all (2023) usia memengaruhi tingkat pengetahuan karena berkaitan dengan kematangan berpikir dan pengalaman belajar. Individu pada usia dewasa awal berada pada fase di mana kemampuan berpikir abstrak dan rasional telah berkembang optimal. Hal ini memungkinkan mahasiswa untuk memahami konsep kesehatan, termasuk faktor risiko, gejala, dan upaya pencegahan gastritis.

Jenis Kelamin

Jenis kelamin responden pada penelitian ini Adalah laki-laki dan Perempuan. Adapun distribusi jenis kelamin responden dapat dilihat pada table 4.2 berikut:

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	34	38,64
Perempuan	54	61,36
Total	88	100

Tabel 2 Distribusi jenis kelamin responden

Sebagian besar responden adalah perempuan (61,36%), sedangkan laki-laki sebanyak 38,64%. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa perempuan cenderung lebih peduli terhadap kesehatan, lebih aktif mencari informasi kesehatan, serta lebih responsif terhadap edukasi kesehatan dibandingkan laki-laki(Sitinjak & Erdianto, 2020).

Jenis Pendidikan

Karakteristik jenis pekerjaan responden dapat dilihat pada table berikut:

Jenis Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Mahasiswa	88	100
Non-Mahasiswa	0	0
Total	88	100

Tabel 3 Distribusi jenis pekerjaan

Mahasiswa memiliki akses yang baik terhadap sumber informasi, baik melalui perkuliahan, media digital, maupun lingkungan akademik. Hal ini mendukung terbentuknya pengetahuan yang cukup hingga baik mengenai kesehatan. Namun di sisi lain, aktivitas akademik yang padat, kebiasaan begadang, konsumsi kafein, serta pola makan yang tidak teratur justru menjadi faktor risiko terjadinya gastritis(Marbun & Manalu, 2023). Hal ini menegaskan pentingnya pendekatan promosi kesehatan yang tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga pada perubahan perilaku.

Tingkat Pengetahuan Responden

Hasil analisis tingkat pengetahuan mahasiswa tentang pencegahan gastritis:

Tingkat Pengetahuan	Jumlah	%
Baik	46	52,3
Cukup	30	34,1

Kurang	12	13,6
Total	88	100

Tabel 4 Tingkat pengetahuan pencegahan gastritis

Hasil analisis deskriptif tingkat pengetahuan mahasiswa non Kesehatan tentang pencegahan gastritis menunjukkan bahwa dari 88 responden menunjukkan sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai gastritis yaitu sebanyak 46 responden (52,3%). Sebanyak 30 responden (34,1%) memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan 12 responden (13,6%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Nilai rata-rata skor pengetahuan responden adalah 14,21 dengan standar deviasi 2,31. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum responden telah memiliki pemahaman yang cukup baik mengenai definisi, faktor risiko, gejala, pencegahan, dan penatalaksanaan gastritis, meskipun masih diperlukan peningkatan edukasi kesehatan terutama pada responden dengan tingkat pengetahuan kurang.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan Mahasiswa non Kesehatan tentang pencegahan gastritis. Sampel penelitian berjumlah 88 orang dan didapatkan hasil bahwa sebanyak 46 responden (52,3%) memiliki pengetahuan yang baik, 30 responden (34,1%) memiliki pengetahuan yang cukup dan 12 responden (13,6%) memiliki pengetahuan yang kurang.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Harmida, et al (Harmida et al., 2022) menyebutkan bahwa pengetahuan mahasiswa mengenai gastritis berada pada kategori baik sebanyak 86,3%. Pendidikan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena dalam proses belajar seseorang, semakin tinggi tingkat pendidikannya maka semakin mudah juga dalam menerima informasi. Semakin tinggi Pendidikan maka kemampuan literasi menjadi lebih baik dalam membantu memahami informasi kesehatan, serta semakin memperkuat kemampuan seseorang dalam menganalisis informasi yang diterima serta semakin mudahnya akses terhadap berbagai sumber informasi ilmiah (Zainurridha et al., 2020).

Notoatmodjo (2018) mengemukakan dalam teori KAP bahwa pengetahuan yang memadai merupakan fondasi awal yang krusial sebelum terbentuknya sikap positif dan perilaku kesehatan yang baik. Pada penelitian ini keseluruhan responden yang merupakan mahasiswa telah menunjukkan pemahaman kognitif yang baik tentang pengertian, penyebab, serta gejala gastritis yang tergolong tinggi.

Meskipun temuan tentang tingkat pengetahuan mahasiswa tentang pencegahan gastritis termasuk tinggi, namun tetap perlu diwaspadai karena masih terdapat mahasiswa yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai pengetahuan pencegahan gastritis yang menunjukkan bahwa meskipun 52,3% responden memiliki pengetahuan baik tentang pengetahuan pencegahan gastritis, namun masih terdapat 13,6% yang memiliki pengetahuan yang kurang sehingga masih diperlukan lagi tindakan dalam meningkatkan pengetahuan.

KESIMPULAN

- Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa Non Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik mengenai pencegahan gastritis. Hal ini terlihat dari pemahaman mereka terhadap pengertian, penyebab, serta gejala gastritis yang tergolong tinggi.
- Pengetahuan mahasiswa tentang faktor risiko gastritis, seperti pola makan tidak teratur, stres, konsumsi kafein, dan kebiasaan makan makanan cepat saji, tergolong baik, namun masih terdapat sebagian mahasiswa yang kurang memahami pentingnya pengaturan pola makan dan manajemen stres sebagai upaya pencegahan.
- Pengetahuan mahasiswa tentang tindakan pencegahan gastritis melalui pola hidup sehat seperti makan teratur, menghindari rokok, mengurangi kafein, serta menjaga keseimbangan

istirahat dan aktivitas, tergolong baik, meskipun penerapannya dalam kehidupan sehari-hari belum optimal.

- d) Secara umum, tingkat pengetahuan yang dimiliki mahasiswa Non Kesehatan sudah berada pada kategori baik, namun masih diperlukan upaya peningkatan edukasi dan penyuluhan kesehatan secara terarah agar mahasiswa lebih memahami serta mampu menerapkan perilaku hidup sehat untuk mencegah gastritis.

DAFTAR PUSTAKA

- Harmida, S., Sinaga, S. C., Aras, T. R., Patrisia, I., & Sampepadang, M. (2022). *PENGETAHUAN DAN PERILAKU PENCEGAHAN GASTRITIS INDONESIA NURSING STUDENTS ' KNOWLEDGE AND BEHAVIOR OF GASTRITIS PREVENTION AT ONE PRIVATE UNIVERSITY IN INDONESIA* 10(1), 1-10.
- Marbun, D., & Manalu, N. (2023). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 5, 855-860.
- Sitinjak, L., & Erdianto. (2020). *KEPERAWATAN HUSADA KARYA JAYA TENTANG BIG*. 1(2), 42-47.
- Zainurridha, Y. A., Kep, S., Keperawatan, M. K., & Bedah, M. (2020). *PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN GASTRITIS : LITERATURE REVIEW*. 108-114.