BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Kemenkes (2022), menyampaikan bahwa remaja merupakan salah satu dari periode perkembangan manusia yang telah berusia 12-25 tahun dan masa ini juga terjadi perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Berbagai perubahan seringkali menghadapkan remaja pada situasi yang membingungkan, ketidakstabilan emosi dan perilaku yang menyimpang (Kemenkes, 2024). Keadaan ketidakstabilan emosi dan perilaku yang tidak terkontrol pada remaja akan berdampak pada masalah kesehatan (Widakdo, et al, 2025). Salah satu masalah kesehatan yang sering dikeluhkan oleh remaja adalah gastritis (Arianto & Aminah, 2024). Menurut Kemenkes (2022), bahwa *gastritis* merupakan suatu peradangan mukosa lambung yang bersifat akut atu kronik dengan gejala nyeri atau perih pada ulu hati, mual, muntah, perut kembung, cepat merasa kenyang, dan rasa panas pada perut bagian atas (*heartburn*).

Adanya fenomena banyak remaja putri mengalami gastritis, menurut data *World Health Organization* (WHO), prevalensi gastritis di berbagai negara di dunia kurang lebih 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk tiap tahun (Sari, et al, 2025). *Global Burden Of Disease* tahun 2020 kejadian gastritis dapat terjadi pada usia remaja hingga tua yaitu paling banyak pada usia 14-25 tahun dengan prevalensi 37% (Musyafra et al, 2024). Menurut data dari Kementerian Kesehatan RI (2020), angka persentase dari kejadian penyakit gastritis di Indonesia adalah 40,8%, sebanyak 32,5% diantara usia remaja.

Kejadian gastritis di Provinsi Jawa Timur mencapai 31,2% pada usia remaja (Aizafa, et al, 2019). Aprilia, dkk (2023) yang dilakukan pada remaja/ mahasiswa di Kota Malang di temukan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori berisiko gastritis dengan jumlah 60 orang responden (60%). Banyak ramaja yang mengalami gastritis. Maidartati, et al (2021), menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami gastritis (59%), Haniifah, et al (2024), menemukan mayorita remaja di SMK Nusantara 02 Kesehatan Tangerang Selatan menderita gastritis (53,1%) dan penelitian Madani, et al (2025), menyampaikan bahwa hampir seluruh remaja mengalami gastritis (82,0%). Penelitian sebelumnya, belum ada penelitian tentang manajemen diri dan kejadian gastritis yang dilkukan pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang.

Kejadian gastritis pada remaja di sebabkan oleh banyak faktor. Menurut Kemenkes (2023), menyampaikan bahwa gastritis secara umum disebabkan oleh faktor pola hidup. Khusna, dkk (2024), menjelaskan bahwa gastritis pada remaja disebabkan oleh faktor pola makan yang tidak teratur, stres, infeksi bakteri *helicobacter pylori*, konsumsi obat-obatan tertentu, alkohol, dan merokok. Perubahan pola makan pada remaja termasuk makanan yang terlalu pedas atau asam, serta jadwal makan yang tidak teratur, dapat memicu peradangan pada lapisan lambung. Selain itu, stres juga dapat meningkatkan produksi asam lambung dan memperburuk kondisi gastritis (Suwindri, dkk, 2021). Gaya hidup yang kurang sehat merupakan faktor terjadinya gastritis (Lusiana & Suprayitno (2020). Pola hidup yang buruk sebagai bentuk kurangnya manajemen diri dalam gaya hidup yang sehat.

Banyak ditemukan manajemen diri remaja yang kurang. Nuari & Widayati, (2021) menyampaikan bahwa 57,5% remaja memiliki manajamen diri gastritis kurang. Safitri, et al (2023), menemukan bahwa hasil penelitian responden memiliki manajemen diri kurang dalam mengelola stres dan pola hidup sehat (52,7%) dan penelitian Madani, et al (2024), juga menemukan remaja yang memiliki manajemen diri dalam hal pola makan yang buruk (40,0%). Manajemen diri merupakan kemampuan remaja untuk mengontrol, mengatur, dan memandu perilaku mereka sendiri agar dapat mencapai tujuan kesehatan yang diinginkan (Barlow et al, 2020). Manajemen diri meliputi disiplin dalam menjalankan pola makan yang seimbang, menghindari makanan yang dapat memicu masalah, efektif dalam mengatasi stres melalui metode relaksasi atau olahraga, serta mengikuti anjuran medis yang diberikan (Khoirunnisa & Soleh, 2024). Nur et al (2023) menyatakan bahwa aspek-aspek manajemen diri mencakup manajemen waktu, mengontrol emosi, kemandirian, kemampuan beradaptasi, tanggung jawab, teratur, dan ketekunan. Remaja yang memiliki manajemen diri yang baik lebih cenderung dapat mendeteksi gejala awal gastritis, menjauhi pemicu kekambuhan, dan menerapkan gaya hidup sehat secara konsisten, sedangkan remaja dengan manajemen diri yang kurang akan lebih rentan terhadap risiko munculnya gastritis secara berulang (Smith & Johnson, 2019).

Banyak penelitian yang dilakukan untuk menghubungkan penyebab gastritis, namun dalam penelitian ini lebih berfokus pada manajemen diri remaja dalam pola hidup. Jika terbukti manajemen diri merupakan salah satu penyebab dari kejadian gastritis, maka perlu di tingkatkan manajemen diri

pada remaja. Sehingga dengan melakukan penelitian ini, diharapkan menjadi bahan masukan dalam menangani masalah gastritis. Melihat hal ini masih adanya masalah gastritis yang cukup banyak, sehingga penting dilakukan untuk melakukan pengkajian secara mendalam tentang hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja putri.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 November 2025 di Komsel Ciliwung Kota Malang melalui wawancara terhadap 10 remaja putri, sebanyak 8 remaja putri mengaku sulit mengendalikan diri dalam mengonsumsi makan pedas dan asam serta sulit mengendalikan emosi ketika banyak tugas kuliah yang harus diselesaikan. Sedangkan 2 remaja putri mampu mengendalikan keinginan mengonsumsi makanan serta menyelesaikan tugas dengan tepat waktu. Sebanyak 10 remaja putri menyampaikan bahwa sering mengalami keluhan nyeri ulu hati, mual, dan perut terasa perih. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin meneliti hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi manajemen diri pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang
2. Mengidentifikasi kejadian gastritis pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang
3. Menganalisis hubungan manajemen diri dengan kejadian Gastritis pada remaja putri di Komsel Ciliwung Kota Malang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teroritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan tentang manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja

   Diharapkan agar remaja menerapkan perilaku hidup sehata melalui menajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja.

2. Bagi Perawat

   Perawat komunitas dapat menekan prevalensi gastritis pada remaja putri melalui edukasi pola makan teratur dan pengelolaan stres yang terukur dengan cara membekali remaja kemampuan mengontrol faktor pencetus secara mandiri, perawat dapat menurunkan frekuensi kekambuhan gejala serta mengurangi ketergantungan pada intervensi farmakologis di tingkat lapangan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

   Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan sebagai pengalaman dalam merealisasikan ilmu yang telah didapatkan dibangku kuliah, khususnya mengenai manajemen diri dengan kejadian gastritis pada remaja

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti dan Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Safitri, Y., Alini, A., & Nizar Syarif Hamidi, M. (2024). Hubungan Manajemen Diri Dengan Kejadian Gastritis Di Desa Lubuk Sakat Wilayah Kerja UPT Puskesmas Pantai Raja Tahun 2023. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, *1*(4), 345–352. https://doi.org/10.70437/jpk.v1i4.838	Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectonal*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 28-31 Agustus 2023 dengan jumlah sampel sebanyak 148 orang menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data mengunakan Kuesioner Manajemen Diri dan Kuesioner Pendukung Gastritis. Analisa data digunakan analisa univariat dan bivariat dengan *chi square*.	Hasil penelitian bahwa sebanyak 9 responden (100%) memiliki manajemen diri baik, responden dengan manajemen diri sedang terdapat 48 (100%), responden dengan manajemen diri kurang terdapat 91 responden (100%) dan terdapat 79 (53%) responden yang mengalami gastritis. Terdapat hubungan antara manajemen diri (p=0,044) dengan kejadian gastritis pada remaja.	Penelitian ini sampelnya adalah pasien dengan sampel dalam jumlah cukup banyak sedangkan penelitian yang akan dilukukan adalah sampelnya sedikit dan responden adalah remaj putri
2	Selvi Nosaivi Nosef,Leo Yosdimyati Romli, Ucik Indrawati. 2023. Pengaruh Edukasi Self Management Pada Tingkat Stres Untuk Mencegah Gastritis Terhadap Remaja Di Desa Romben Rana Kabupaten Sumenep. https://repository.itskesicme.ac.id/id/eprint/7243/3/selvi%20skripsi%20fiks%20(1).pdf	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif.Desain penelitian menggunakan pre- eksperimen dengan One Group Pretest Posttes design untuk meneliti tentang pengaruh edukasi Self Management. Terhadap tingkat stres dengan mencegah kejadian Gastritis pada Remaja .Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Remaja yang	Hasil penelitian bahwa dari 25 menujukan menunjukkan sebelum diberikan edukasi didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat tres dengan kategori parah 18 (72.0%), sesudah diberikan edukasi didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat tres dengan kategori normal 14 (56.3%). Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara variabel awal dan variabel akhir dengan nilai p	Penelitian ini menggunakan metode eksperimen sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode korelasi

No.	Nama Peneliti dan Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
		mengalami gastritis sebanyak 40 yang diambil menggunakan metode *purposive sampling* dan didapatkan sampel sejumlah 25 orang.Variabel independent adalah Self management dan Variabel dependent adalah Tingkat stres. Pengumpulan data menggunakan modifikasi SAK dan kuesioner. Pengolahan data meliputi editing, coding dan scoring. Analisa data menggunakan Wilcoxon.	value 0,000 < p=0,005.	
3	Imani. 2022. Pola Makan Dan Faktor Stres Terhadap Kejadian Gastritis Pada Remaja Perempuan (Studi Literatur). https://repository.poltekkesjkt2.ac.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=8493&bid=7501	Penelitian ini adalah studi literatur dengan mengumpulkan artikel yang didapatkan melalui electronic database seperti Google scholar, Pubmed, dan Science Direct. Jumlah artikel yang ditelaah ada 12, dikelompokan 7 artikel meneliti pola makan dengan kejadian gastritis, 2 artikel meneliti faktor stress dengan kejadian gastritis, dan 3 artikel meneliti pola makan dan faktor stress dengan kejadian gastritis.	Dari ketujuh penelitian tersebut melaporkan bahwa ada hubungan nyata antara pola makan dan gastritis. Pola makan yang dimaksud meliputi jenis makanan, frekuensi makan, dan jumlah makanan. Kejadian gastritis pada remaja juga bergantung dengan faktor stress terutama stress psikologis. Untuk mengatasi kejadian gastritis pada remaja perempuan dianjurkan agar lebih terbuka dan memperhatikan pola makan yaitu makan teratur 3 kali makan, besar porsi tidak berlebihan dan jenis makanan dipilih yang mudah dicerna, tidak bergas dan tidak merangsang.	Penelitian ini menggunakan variabel pola makan dan faktor stres terhadap kejadian gastritis sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel manajemen diri dan kejadian gastritis.
4	Umi Lathifah, Ashri Maulida Rahmawati, Yulisetyaningrum. 2025. *Care for Patients With Erosive Gastritis. Prosiding University Research Colloquium, 20, 789–796. Retrieved from*	Studi kasus tentang menggambarkan bagaimana penerapan asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan system pencernaan Gastritis Erosifa di RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung.Tehnik	Hasil pengkajian menunjukkan bahwa manajemen nyeri farmakologis (analgesik) dan implementasi non-farmakologis (kompresi hangat) dapat mengurangi rasa sakit pada pasien dengan gastritis dari skala	Penelitian ini menggunakan variabel manajemen nyeri gastritis sedangkan penelitian yang akan dilakukan

No.	Nama Peneliti dan Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
	https://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/3131	pengambilan sampel dilakukan dengan cara convieience sampling method (non probability sampling technique) dimana subjek dipilih karena kemudahan/ keinginan peneliti. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi untuk memperoleh data sebanyak-banyaknya sehingga penulis mampu untuk merumuskan diagnosa, menentukan intervensi, melaksanakan implementasi dan evaluasi kepada pasien sebagai penerima asuhan keperawatan	nyeri sedang hingga skala nyeri ringan. Hasil pengakajian pasien setelah dilakukan perawatan secara farmakologis dan non farmakologis pasien merasa keluhan nyeri perutnya berkurang dan lebih nyaman	menggunakan variabel manajemen diri dan kejadian gastritis
5	Nian Afrian Nuari, Dhina Widayati. 2021. Peningkatan Self Management Penyakit Gasritis Melalui Gastroeduweb Pada Remaja. http://jurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/TIJHS/article/view/5826	Penelitian ini menggunakan desain *Pre Eksperimen* dengan dua variabel yakni GastroeduweB (variabel *Independen*) dan *Self management* gastritis (variabel *dependen*). Besar sampel sejumlah 40 remaja SMA yang diperoleh melalui *purposive sampling*. Data *self management* diukur menggunakan kuesioner dan dianalisa dengan *wilcoxon sign rank test* pada α0,05	Hasil penelitian menunjukkan *self mengement gastritis* pada sebagian responden sebelum pemberian Gastroeduweb dalam kategori kurang dan setelah pemberian intervensi terjadi peningkatan, yakni hampir seluruh responden dalam kategori cukup. Nilai *p* value = 0,001, menunjukkan terdapat pengaruh pemberian GASTROEDUWEB terhadap *self management* gastritis pada remaja	Penelitian ini menggunakan variabel management penyakit gasritis melalui gastroeduweb sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel manajemen diri dengan kejadian gastritis