



Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis

Della Ayu Fihira¹, Fitri Apriyanti², Erlinawati³

¹Prodi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

^{2,3}Prodi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

dellaayufihira03@gmail.com, fitri.apriyanti0489@gmail.com, erlinawatilubis4@gmail.com

Abstrak

Gastritis pada remaja dapat menimbulkan berbagai keluhan, seperti nyeri atau rasa perih pada perut, mual, muntah, kembung, dan penurunan nafsu makan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membentuk perilaku pencegahan gastritis sehingga dapat membantu mengurangi risiko terjadinya gastritis pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur tahun 2026. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21-26 Mei tahun 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMAN 2 Kampar Timur. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI di SMAN 2 Kampar Timur yang termasuk dalam kriteria inklusi yang berjumlah 140 orang dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis yang telah di uji validitas oleh peneliti dengan nilai r hitung $> r$ tabel (0,361) dengan signifikansi (α) 0,05 (5%), serta di uji reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* $> 0,06$. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*. Hasil Analisis univariat diperoleh 106 responden (75,7%) memiliki pengetahuan baik dan 87 responden (62,1%) memiliki perilaku pencegahan gastritis yang positif. Hasil uji *Chi Square* diperoleh nilai p value = 0,000, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur tahun 2026. Diharapkan pihak sekolah dapat meningkatkan edukasi dan promosi kesehatan mengenai pencegahan gastritis sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku pencegahan yang baik pada remaja.

Kata Kunci : Gastritis, Pengetahuan, Perilaku Pencegahan Gastritis

Abstract

Gastritis in adolescents can cause various symptoms such as abdominal pain or a burning sensation, nausea, vomiting, bloating, and a loss of appetite that interfere with daily activities. Knowledge is a key factor in shaping gastritis prevention behaviors, thereby helping to reduce the risk of the condition among adolescents. This study aimed to determine the relationship between knowledge and gastritis prevention behaviors among adolescents at SMAN 2 Kampar Timur in 2026. It was a quantitative study utilizing a cross-sectional approach and was conducted from May 21 to 26, 2026. The study population consisted of all Grade X and XI students at SMAN 2 Kampar Timur. The sample comprised 140 students who met the inclusion criteria, selected using a total sampling technique. Data collection instruments included questionnaires on knowledge and gastritis prevention behaviors; these were validated by the researcher (yielding an r -calculated value $> r$ -table value of 0.361 at a significance level of $\alpha = 0.05$) and tested for reliability (yielding a Cronbach's $\alpha > 0.6$). Data analysis involved univariate and bivariate methods, specifically the Chi-Square test. Univariate analysis revealed that 106 respondents (75.7%) possessed good knowledge, while 87 respondents (62.1%) demonstrated positive gastritis prevention behaviors. The Chi-Square test yielded a p -value of 0.000, indicating a significant relationship between knowledge and gastritis prevention behaviors among adolescents at SMAN 2 Kampar Timur in 2026. It is recommended that the school enhance education and health promotion regarding gastritis prevention to improve knowledge and foster positive prevention behaviors among adolescents.

Keywords : Gastritis, Knowledge, Gastritis Prevention Behavior

✉Corresponding author :

Address : Pekanbaru, Riau

Email : dellaayufihira03@gmail.com

Phone : 082283518818

ISSN 2985-4822 (Media Online)

PENDAHULUAN

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai perubahan pola hidup yang dapat berdampak pada kondisi kesehatan, termasuk kesehatan lambung. Pada usia ini, terjadi perubahan dalam kebiasaan makan, aktivitas sehari-hari, serta peningkatan tingkat stres yang sering dipengaruhi oleh tuntutan akademik maupun lingkungan sosial. Di samping itu, perkembangan gaya hidup modern yang ditandai dengan tingginya konsumsi makanan siap saji dan minuman yang mengandung kafein dapat meningkatkan kemungkinan resiko terjadinya gastritis pada remaja (Sari *et al.*, 2025).

Gastritis atau maag merupakan gangguan pencernaan yang disebabkan oleh peradangan pada lapisan mukosa dan submukosa lambung. Penderita gastritis biasanya mengeluhkan nyeri di perut bagian atas atau nyeri epigastrium, rasa tidak nyaman di daerah perut, kembung, mual, muntah, sakit kepala, rasa perih yang muncul dapat membaik atau memburuk setelah makan, hilangnya selera makan dan sering bersendawa (Ratukore *et al.*, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, Inggris menjadi negara dengan kasus gastritis tertinggi diseluruh dunia yaitu sebesar 22%, selanjutnya diikuti oleh Tiongkok 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35% dan Prancis 29,5%. Sedangkan di Indonesia, prevalensi gastritis relatif tinggi dengan 274.396 kasus dari 238.452.952 penduduk Indonesia, atau sekitar 40.8% penderita gastritis dari total populasi (Septiana *et al.*, 2025).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2022, gastritis termasuk kedalam salah satu penyakit dengan prevalensi yang cukup tinggi di puskesmas berada di posisi ke 3 dari 10 penyakit terbanyak di puskesmas. Jumlah kasus gastritis tercatat sebanyak 109.022 kasus dengan prevalensi sebesar 13,0% (Dinkes Riau, 2022).

Kabupaten Kampar merupakan salah satu daerah di Provinsi Riau dengan prevalensi gastritis yang cukup tinggi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2024, gastritis termasuk tiga besar penyakit terbanyak di Kabupaten Kampar dengan prevalensi sebesar 14,79%, setelah infeksi saluran pernapasan akut dan hipertensi esensial (Dinkes Kampar, 2024). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2024, jumlah penderita gastritis di 10 Puskesmas Kabupaten Kampar mencapai 17.389 kasus. Puskesmas Kampa menjadi wilayah dengan kasus tertinggi yaitu sebanyak 4.576 kasus. Disisi lain, jumlah penderita gastritis pada remaja atau yang berusia 15-19 tahun sebanyak 408 kasus (Dinkes Kampar, 2024).

Upaya pencegahan gastritis dapat dilakukan melalui penerapan gaya hidup sehat. Beberapa langkah yang dapat diterapkan antara lain menjaga jadwal makan secara konsisten, membatasi konsumsi makanan yang berpotensi memicu iritasi lambung seperti makanan pedas, asam, dan tinggi lemak, serta menghindari minuman beralkohol maupun minuman berkarbonasi/ bergas. Selain itu, hindari kebiasaan merokok, menggunakan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) secara bijak, mengelola stres dengan baik, mempertahankan berat badan dalam batas normal/ ideal, dan rutin melakukan aktivitas fisik juga berperan penting dalam menurunkan risiko terjadinya gastritis (Destiyanih *et al.*, 2022).

Beberapa perilaku yang bertentangan dengan upaya pencegahan gastritis diantaranya pola makan tidak teratur yang menyebabkan peningkatan produksi asam lambung. Konsumsi makanan pedas, asam, dan berbumbu seperti mi instan serta makanan bertekstur kasar dapat mengiritasi mukosa lambung. Selain itu, stres berlebih serta kebiasaan mengonsumsi minuman bersoda dan berkafein juga menjadi faktor pemicu gastritis. Kebiasaan-kebiasaan tersebut dapat beresiko terkena gastritis (Harmida *et al.*, 2022).

Dampak dari rendahnya perilaku pencegahan gastritis dapat meningkatkan angka kejadian gastritis, serta berisiko menyebabkan kematian akibat penyakit tersebut. Jika tidak dilakukan upaya pencegahan, gastritis dapat berkembang semakin parah dan mengganggu fungsi lambung. Kondisi ini juga dapat menimbulkan komplikasi serius seperti perdarahan saluran cerna atas, hematemesis, melen, anemia, hingga tukak lambung (Pratiwi *et al.*, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Arinda tahun (2026) pada 220 siswa di SMAI Panglima Besar Soedirman 1 Bekasi, terdapat 118 siswa atau 53, 6% menunjukkan perilaku pencegahan baik dan 102 siswa atau 46,4% menggambarkan perilaku pencegahan buruk, angka ini menunjukkan masih cukup besar jumlah remaja yang memiliki perilaku pencegahan gastritis yang buruk.

Tingkat pengetahuan dapat mendorong individu untuk melakukan perilaku pencegahan gastritis, karena pengetahuan berperan dalam membentuk perilaku dan tindakan. Perilaku kesehatan berkaitan dengan respons individu terhadap penyakit, layanan kesehatan, pola makan dan minum, serta lingkungan sekitar (Simbolon & Simbolon, 2022). Karena masih rendahnya pengetahuan mengenai gastritis sehingga berdampak pada kurangnya perilaku pencegahan yang dilakukan untuk mencegah gastritis (Destiyanih *et al.*, 2022).

Rendahnya tingkat pengetahuan dan kurang optimalnya perilaku pencegahan gastritis dapat memberikan dampak berupa peningkatan risiko terjadinya gastritis. Kondisi ini berpotensi menyebabkan jumlah kasus gastritis semakin meningkat yang bahkan berujung pada kematian akibat penyakit tersebut. Apabila tidak disertai upaya pencegahan yang baik, gastritis yang berlangsung dalam waktu lama dapat mengganggu fungsi lambung serta memperparah kondisi penyakit. Dampak lain yang dapat muncul meliputi perdarahan saluran cerna bagian atas, hematemesis, melen, anemia, hingga tukak lambung sebagai bentuk komplikasi lebih lanjut (Sepdianto *et al.*, 2022).

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis

Mengingat besarnya dampak yang ditimbulkan oleh gastritis, diperlukan langkah untuk mencegah maupun mengatasi gastritis, salah satunya dengan meningkatkan pengetahuan mengenai faktor-faktor pemicunya. Beberapa faktor tersebut yaitu stres, makan makanan pedas dan asam, konsumsi alkohol dan kopi berlebih, merokok, serta penggunaan obat pereda nyeri dalam jangka waktu lama dapat beresiko menyebabkan gastritis. Pemahaman terhadap faktor-faktor ini diharapkan dapat membantu menurunkan risiko terjadinya gastritis (Simbolon & Simbolon, 2022).

Berdasarkan penelitian Aminah tahun (2024) yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di Dusun Mayasuta RT 14 Desa Rancamulya, hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai *p*-value sebesar 0,002 ($p \leq 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis, dimana semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja, semakin baik perilaku pencegahannya.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 13 Januari 2026 di tiga sekolah menengah atas wilayah Kampar Timur, yaitu SMAN 1 Kampar Timur, SMAN 2 Kampar Timur, dan MAN 4 Kampa, diperoleh gambaran bahwa masih terdapat siswa yang memiliki perilaku pencegahan gastritis yang negatif dan pengetahuan yang rendah tentang gastritis. Bentuk perilaku pencegahan yang negatif meliputi pola makan yang tidak teratur, sering melewatkan sarapan, serta kebiasaan mengonsumsi makanan pedas, asam, kopi, dan minuman bersoda. Perilaku tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya gastritis yang ditandai dengan keluhan nyeri epigastrium, mual, muntah, penurunan nafsu makan, serta berdampak pada terganggunya konsentrasi belajar dan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, pengetahuan yang kurang baik ditunjukkan oleh masih adanya siswa yang belum memahami pengertian, penyebab, gejala, faktor risiko, dan cara pencegahan gastritis.

Temuan data di SMAN 1 Kampar Timur, terdapat 5 dari 10 siswa memiliki perilaku pencegahan gastritis yang negatif, 5 siswa memiliki pengetahuan kurang baik tentang gastritis, dan 4 siswa mengalami gastritis. Di MAN 4 Kampa ditemukan 6 dari 10 siswa memiliki perilaku pencegahan gastritis yang negatif, 5 siswa memiliki pengetahuan kurang baik tentang gastritis, dan 5 siswa mengalami gastritis. Sementara itu, di SMAN 2 Kampar Timur ditemukan 8 dari 10 siswa memiliki perilaku pencegahan gastritis yang negatif, 7 siswa memiliki pengetahuan kurang baik tentang gastritis, dan 6 siswa mengalami gastritis. Hasil survei pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa SMAN 2 Kampar Timur memiliki proporsi perilaku pencegahan gastritis negatif yang tinggi, tingkat pengetahuan yang kurang baik, dan jumlah kejadian gastritis yang lebih tinggi dibandingkan dua sekolah lainnya. Oleh karena itu SMAN 2 Kampar Timur dipilih sebagai lokasi penelitian karena dianggap paling merepresentasikan permasalahan yang diteliti. Dengan mempertimbangkan latar belakang tersebut, peneliti bermaksud untuk mengkaji hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21-26 Mei 2026. Populasi penelitian adalah seluruh kelas X dan XI di SMAN 2 Kampar Timur yang berjumlah 140 orang yang menggunakan teknik *total sampling*. Kriteria inklusi responden yaitu siswa kelas X dan XI dan yang bersedia jadi responden, serta kriteria eksklusi yaitu siswa yang tidak bisa ditemui (tidak hadir).

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan kajian teori, penelitian terdahulu serta indikator pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa pada kuesioner pengetahuan dari 23 butir pernyataan terdapat 15 butir pernyataan yang valid dan 8 butir pernyataan tidak valid, sedangkan pada kuesioner perilaku pencegahan gastritis dari 21 butir pernyataan terdapat 15 butir pernyataan yang valid dan 6 butir pernyataan tidak valid. Pernyataan yang dinyatakan valid memiliki nilai *r* hitung $> r$ tabel (0,361) pada taraf signifikansi 0,05. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai 0,874 pada kuesioner pengetahuan dan 0,788 pada kuesioner perilaku, sehingga keduanya dinyatakan reliabel. Prosedur penelitian diawali dengan pengurusan izin penelitian dari kampus ke pihak sekolah. Setelah memperoleh izin, peneliti melakukan koordinasi dengan kepala sekolah untuk menentukan responden yang memenuhi kriteria inklusi. Selanjutnya, peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dan prosedur penelitian serta meminta persetujuan responden. Responden yang bersedia kemudian mengisi kuisisioner penelitian. Setelah responden mengisi kuisisioner data diolah dan dianalisa. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-square*.

HASIL

Karakteristik Responden

Data karakteristik responden dalam penelitian ini adalah kelas, umur, dan jenis kelamin disajikan dalam bentuk tabel dibawah ini :

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden			
No	Karakteristik	Jumlah (n)	Persen
1.Kelas			
a.	X-1	24	17,1
b.	X-2	23	16,4
c.	X-3	23	16,4
d.	XI-1	23	16,4
e.	XI-2	23	16,4
f.	X2-3	24	17,1
Total		140	100
2.Umur			
a.	15	3	2,1
b.	16	85	60,7
c.	17	42	30,0
d.	18	10	7,1
Total		140	100
3. Jenis Kelamin			
a.	Laki-laki	80	57,1
b.	Perempuan	60	42,9
Total		140	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 140 responden, distribusi kelas tersebar secara merata dengan frekuensi tertinggi pada kelas X-1 dan XI-3 yaitu masing-masing sebanyak 24 siswa/i (17,1%). Berdasarkan umur, responden berusia 16 tahun sebanyak 85 siswa/i (60,7%), sedangkan berdasarkan jenis kelamin responden laki-laki berjumlah 80 siswa (57,1%).

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil analis univariat, diperoleh distribusi frekuensi pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur sebagaimana disajikan pada tabel 2 sebagai berikut :

Tabel 2 Sebaran Responden Berdasarkan Variabel Penelitian			
No	Variabel Penelitian	Jumlah (n)	Persen (%)
1. Pengetahuan			
a.	Baik	106	75,7
b.	Kurang Baik	34	24,3
Total		140	100
2. Perilaku Pencegahan Gastritis			
a.	Positif	87	62,1
b.	Negatif	53	37,9
Total		140	100

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa dari 140 responden, mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 106 orang (75,7%), dan mayoritas responden dengan perilaku pencegahan gastritis yang positif yaitu sebanyak 87 orang (62,1%).

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil analisis bivariat untuk melihat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur menggunakan uji statistik *Chi-Square* (X^2), diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 3 Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis pada Remaja di SMAN 2 Kampar Timur								
Pengetahuar	Perilaku Pencegahan Gastritis				Total		POR (95% CI)	P value
	Negatif		Positif		n	%		
	n	%	n	%				
Kurang Baik	26	76,5	8	23,5	34	100	9,509	0,000
Baik	27	25,5	79	74,5	106	100		
Total	53	24,3	87	75,7	140	100		

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis

Berdasarkan hasil analisis bivariat diketahui bahwa dari 34 responden yang memiliki pengetahuan kurang baik, terdapat 8 responden (23,5%) memiliki perilaku pencegahan positif. Sedangkan dari 106 responden dengan pengetahuan baik, terdapat 27 responden (25,5%) memiliki perilaku pencegahan negatif. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,000, maka dapat diinterpretasikan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis. Kemudian dari hasil analisis diperoleh POR (*Prevalence Odd Ratio*) = 9,509 artinya responden yang memiliki pengetahuan kurang baik mempunyai risiko 9 kali lebih besar untuk memiliki perilaku pencegahan yang negatif dibandingkan remaja dengan pengetahuan baik.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis

Berdasarkan analisa statistik didapatkan hasil bahwa ada hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur. Temuan ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2014) dalam Wati (2021), pengetahuan merupakan faktor predisposisi atau yang mendasari timbulnya perilaku. Pengetahuan tentang penyebab dan cara mencegah gastritis, seperti pentingnya memiliki keteraturan waktu makan tiga kali sehari, membatasi konsumsi makanan pedas dan asam, hindari kebiasaan minum kopi, dan selalu konsumsi makanan yang sehat, serta tidak merokok, akan mempengaruhi perilaku individu dalam melakukan pencegahan gastritis. Pengetahuan baik yang terbentuk kemudian akan termanifestasi dalam bentuk tindakan nyata atau perilaku pencegahan gastritis. Dengan demikian, semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang gastritis, semakin besar kemungkinan individu tersebut melakukan perilaku pencegahan yang positif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aminah *et al* (2024) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis dengan p value $0,002 \leq 0,05$. Pengetahuan yang baik mendorong remaja untuk memiliki perilaku pencegahan gastritis yang baik pula.

Hasil observasi awal juga memperkuat temuan ini. Sebagian besar siswa/i yang memiliki pengetahuan kurang tentang gastritis menunjukkan perilaku pencegahan yang kurang optimal. Hal ini mengindikasikan bahwa rendahnya pengetahuan dapat berkaitan dengan kurang baiknya perilaku pencegahan yang ditunjukkan remaja dalam menjaga kesehatan lambung. Temuan ini sejalan dengan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar (2024) yang melaporkan sebanyak 408 kasus gastritis pada remaja di wilayah tersebut, sehingga menggambarkan bahwa masalah gastritis masih menjadi perhatian di kalangan usia remaja. Dengan demikian, pengetahuan menjadi salah satu faktor penting yang berhubungan dengan perilaku pencegahan gastritis, karena semakin baik pengetahuan yang dimiliki, maka semakin baik pula perilaku pencegahan yang dapat dilakukan.

Meskipun hubungan yang ditemukan bersifat signifikan, penelitian ini mengidentifikasi adanya kesenjangan di mana dari 34 responden yang memiliki pengetahuan kurang baik, terdapat 8 responden (23,5%) memiliki perilaku pencegahan positif. Responden tersebut didominasi oleh umur 17 dan 18 tahun. Peneliti berasumsi bahwa selain pengetahuan, usia juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi seseorang dalam menunjukkan perilaku yang positif. Hal ini karena usia yang lebih matang umumnya berkaitan dengan pengalaman hidup yang lebih banyak, kemampuan mengendalikan diri yang lebih baik, serta kecenderungan untuk bersikap lebih hati-hati dalam mengambil keputusan. Pada remaja, pertambahan usia dapat memberikan pengaruh terhadap cara mereka merespons suatu masalah kesehatan, termasuk dalam memahami pentingnya menjaga kondisi tubuh dan menerapkan perilaku pencegahan yang sesuai. Dengan demikian, usia tidak hanya dipandang sebagai faktor biologis, tetapi juga sebagai salah satu unsur yang dapat membentuk kematangan sikap dan tindakan seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks penelitian ini, remaja yang usianya lebih matang diduga memiliki kecenderungan yang lebih besar untuk menunjukkan perilaku pencegahan gastritis yang lebih baik, karena mereka dinilai lebih mampu bersikap bijaksana dalam menjaga kesehatan dirinya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nurlela *et al* (2024) menunjukkan bahwa usia dapat mempengaruhi perilaku individu. Temuan tersebut memperkuat pandangan bahwa usia memiliki peran dalam pembentukan perilaku, baik melalui kematangan berpikir maupun melalui pengalaman yang diperoleh seiring bertambahnya umur. Pada penelitian ini, hal tersebut dapat dipahami bahwa remaja dengan usia yang lebih matang atau dewasa cenderung memiliki perilaku yang lebih positif dalam pencegahan gastritis dibandingkan remaja yang usianya lebih muda. Dengan demikian, meskipun pengetahuan tetap menjadi faktor utama yang memengaruhi perilaku pencegahan, usia juga dapat dipahami sebagai faktor pendukung yang turut memberikan kontribusi terhadap terbentuknya perilaku pencegahan gastritis yang lebih baik pada remaja.

Dari 106 responden yang memiliki pengetahuan baik, terdapat 27 responden (25,5%) yang memiliki perilaku pencegahan gastritis negatif. Hal ini terlihat dari hasil kuesioner pada pernyataan nomor 8 yaitu saya terlambat makan atau melewati jam makan karena kesibukan belajar atau kegiatan lainnya, dan kuesioner nomor 9 yaitu saya mengonsumsi makanan pedas setiap kali makan. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa responden sering terlambat atau melewati waktu makan dan selalu mengonsumsi makanan pedas setiap hari. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan penerapan perilaku pencegahan gastritis dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti oleh perilaku pencegahan yang baik karena perilaku seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh kebiasaan,

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis

lingkungan pergaulan, kesibukan aktivitas, serta pola makan yang telah terbentuk. Pada remaja, padatnya kegiatan sekolah dan kebiasaan mengonsumsi makanan yang disukai dapat menyebabkan mereka tetap melakukan perilaku yang berisiko meskipun telah mengetahui dampaknya terhadap kesehatan lambung.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ningrum *et al* (2025) yang menyatakan bahwa remaja masih sering menerapkan pola makan yang kurang sehat, seperti pola makan tidak teratur dan sering mengonsumsi makanan pedas, meskipun memiliki pengetahuan yang cukup mengenai pencegahan gastritis. Hal tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan saja belum tentu mampu mengubah perilaku tanpa adanya kesadaran, motivasi, dan pembiasaan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan.

Secara umum, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik merupakan kunci utama dalam pencegahan penyakit, termasuk gastritis pada remaja. Pengetahuan yang baik akan mendorong individu untuk menerapkan perilaku pencegahan yang tepat, seperti menjaga keteraturan waktu makan, mengonsumsi makanan bergizi seimbang, dan menghindari faktor risiko yang dapat memperburuk kondisi lambung di masa depan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada SMAN 2 Kampar Timur yang telah memberi izin dan memfasilitasi pelaksanaan penelitian, seluruh responden yang telah berpartisipasi, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan dan berkontribusi sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

SIMPULAN

Mayoritas responden berada di kelas X-1 dan XI-3 dengan masing-masing sebanyak 24 responden (17,1%), berusia 16 tahun yaitu sebanyak 85 responden (60,7%), dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 80 responden (57,1%). Sebagian besar responden memiliki perilaku pencegahan positif sebanyak 87 responden (62,1%) dan memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 106 responden (75,7%). Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis pada remaja di SMAN 2 Kampar Timur tahun 2026. Remaja diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang gastritis dan menerapkan perilaku pencegahan gastritis, seperti menjaga pola makan, menghindari makanan pemicu, dan mengurangi stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, M. D., Agustina, L., & Simamora, R. S. (2024). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis pada Remaja di Dusun Mayasut RT. 14 Desa Rancamulya*. <https://doi.org/https://doi.org/10.61878/bnj.v6i2.72>
- Arinda, K. P. (2026). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Siswa-Siswi di SMAI Panglima Besar Soedirman 1 Bekasi dan Tinjauannya dalam Islam*. <https://doi.org/https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v11i2.63566>
- Destiyanih, R., Hisni, D., & Fajariyah, N. (2022). *Pengaruh Edukasi Kesehatan Gastritis Terhadap Perilaku Pencegahan Pada Remaja di Depok*. 4(Gastritis), 94–99. <https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP/article/view/380>
- Dinkes Kampar. (2024). *Dinkes Kabupaten Kampar*.
- Dinkes Riau. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2022*. [https://dinkes.riau.go.id/sites/default/files/2023-11/Profil Kesehatan Provinsi Riau 2022.pdf](https://dinkes.riau.go.id/sites/default/files/2023-11/Profil%20Kesehatan%20Provinsi%20Riau%202022.pdf)
- Harmida, S., Sinaga, S. C., Aras, T. R., Patrisia, I., & Sampepadang, M. (2022). *Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Gastritis Mahasiswa Keperawatan di Satu Universitas Swasta Indonesia*. 10(1), 1–10.
- Ningrum, A. P., Widiyawati, R., & Muthoharoh, S. (2025). *Hubungan Pola Makan terhadap Pengetahuan Pencegahan Gastritis pada Remaja*. <https://share.google/LKgsAHZ16nX4lIR9U>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rinek Cipta.
- Nurlela, H., Alamsah, M. S., & Tarwati, K. (2024). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Penderita Gastritis di Ruang Lumba Bawah Blud RSUD Palabuhanratu*. <https://doi.org/10.55606/jikki.v4i1.2947>
- Pratiwi, A., Sumiatin, T., & Su'udi. (2024). *Hubungan Pengetahuan Remaja dengan Perilaku Pencegahan Gastritis di SMA Negeri 5 Tuban*. 10(5), 80–86. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.10516591>
- Ratukore, R. S. J. P., Manurung, I. F. E., & Tira, D. S. (2022). *Determinan Kejadian Gastritis Pada Remaja : Studi Pada Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana Kupang*. *Determinants of Gastritis in Adolescents : Study on Students of Public Health Science Study Program , Nusa Cendana Universit. Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(3), 336–344. <https://doi.org/https://doi.org/10.33860/Jik.V16i3.1526>
- Sari, Z. A., Puspitadewi, T. R., Wahyurianto, Y., & Nugraheni, W. T. (2025). *Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Remaja di SMA Negeri 3 Tuban*. 184–192. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc%0Aselected>.

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis

- Sepdianto, T. C., Abiddin, A. H., & Kurnia, T. (2022). *Asuhan Keperawatan pada Pasien Gastritis di RS Wonolangan Probolinggo: Studi Kasus*. 11(Gastritis), 220–225. <https://media.neliti.com/media/publications/467905-nursing-care-for-gastritis-patients-at-w-b61b8c34.pdf>
- Septiana, A., Andora, N., & Erwin, T. (2025). Faktor-faktor yang memengaruhi kekambuhan gastritis. *JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports*, 5(2), 121–131. <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i2.886>
- Simbolon, P., & Simbolon, N. (2022). *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa*. 13(Gastritis), 12–20. <https://www.jurnalpoltekkesmaluku.com/index.php/JKT/article/download/177/114>
- Wati, L. (2021). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan di Universitas Bina Bangsa Getsempena (UBBG) Banda Aceh* [Universitas Bina Bangsa Getsempena (UBBG) Banda Aceh]. [https://eprints.bbg.ac.id/334/1/Linda Wati BAB I-V.pdf](https://eprints.bbg.ac.id/334/1/Linda%20Wati%20BAB%20I-V.pdf)