

LITERATUR REVIEW : FAKTOR PENYEBAB KEJADIAN GASTRITIS

Ergidona Nurizqi Syiffatulhaya¹, M. Fitra Wardhana², Femmy Andrifanie³,
Ratna Dewi Puspita Sari⁴

¹Farmasi, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

^{2,3}Bagian Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

⁴Bagian Obgyn, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Penyakit gastritis menjadi salah satu penyakit yang termasuk ke dalam permasalahan sosial dan kesehatan bagi masyarakat pada saat ini. Hal tersebut terjadi pada negara yang sudah maju maupun negara berkembang. Penyakit gastritis ini jika tidak segera diobati dapat mengakibatkan kerusakan fungsi organ lambung serta meningkatkan risiko terjadinya kanker lambung hingga hal terburuknya adalah kematian. Beberapa penelitian menyatakan bahwa pasien gastritis dengan keluhan nyeri di Indonesia paling banyak disebabkan oleh gastritis fungsional, dengan proporsi kasus mencapai 70-80% dari total kasus. Resiko penyakit gastritis terbilang masih sangat tinggi, dan masyarakat luas ternyata masih banyak yang tidak terlalu memperhatikan kesehatan dan menjaga kesehatan lambung seperti gaya hidup yang tidak sehat terutama dari apa yang dikonsumsi, penggunaan obat-obatan, stres, infeksi bakteri, serta pola makan dan minum yang kurang baik sehingga dapat menyebabkan terjadinya inflamasi pada lambung atau gastritis. Dalam *review* ini masalah terkait gastritis dikumpulkan kemudian diulas untuk melihat faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya penyakit gastritis di Indonesia. Metode yang digunakan dalam studi pustaka ini menggunakan database elektronik. Dari Faktor-faktor penyebab gastritis yang banyak terjadi di Indonesia meliputi stress, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, jenis kelamin, pola makan, frekuensi makan, usia, dan konsumsi kopi.

Kata Kunci: Gastritis, faktor penyebab, Indonesia

REVIEW LITERATURE : CAUSATIVE FACTORS OF GASTRITIS

Abstract

Gastritis is one of the diseases that is included in social and health problems for society at this time. This happens in both developed and developing countries. Gastritis if not treated immediately can cause damage to the function of the stomach organs and increase the risk of stomach cancer so that the worst thing is death. Several studies state that gastritis patients with complaints of pain in Indonesia are mostly caused by functional gastritis, with the proportion of cases reaching 70-80% of the total cases. The risk of gastritis is still relatively high, and it turns out that many people in general do not pay much attention to health and maintain gastric health, such as an unhealthy lifestyle, especially from what is consumed, use of drugs, stress, bacterial infections, and eating and drinking patterns. which is not good so that it can cause inflammation of the stomach or gastritis. In this review, problems related to gastritis are collected and then reviewed to see the factors that cause gastritis in Indonesia. The method used in this literature study uses an electronic database. The factors that cause gastritis that often occur in Indonesia include stress, smoking habits, alcohol consumption, gender, diet, eating frequency, age, and coffee consumption.

Keywords: Gastritis, causative factors, Indonesia.

Korespondensi: Ergidona Nurizqi Syiffatulhaya, alamat Jl. Raden Gunawan, Perum Taman Palembang blok E No 3, Hajimena, Natar, Lampung Selatan, hp 081249940330, e-mail: nurizqiergidona@gmail.com

PENDAHULUAN

Penyakit gastritis menjadi salah satu penyakit yang termasuk ke dalam permasalahan sosial dan kesehatan bagi masyarakat pada saat ini. Hal tersebut terjadi pada negara yang sudah maju maupun negara berkembang. Berdasarkan peninjauan yang dilakukan secara garis besar, sekitar 50,8% populasi masyarakat di negara berkembang menderita penyakit gastritis.² Gastritis atau lebih dikenal dengan “maag” adalah peradangan pada organ lambung, lebih tepatnya selaput lendir, disertai dengan gejala klinis seperti mual, muntah, nyeri, pendarahan, kelelahan, kehilangan nafsu makan.¹¹

Menurut WHO pada tahun 2015, persentase kasus gastritis yang terjadi di dunia terbilang cukup tinggi, seperti di negara Jepang sebesar 14,5%, Inggris sekitar 22%, Perancis 29,5%, China 31%, dan Kanada dengan persentase paling tinggi yaitu 35%. Sedangkan untuk angka kejadian penyakit gastritis di dunia sendiri mencapai angka 1,8-2,1 juta dari total penduduk setiap tahunnya. Pada wilayah Asia khususnya Asia Tenggara, jumlah kasus kejadian gastritis mencapai 583.635 kasus setiap tahun.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, penyakit gastritis merupakan salah satu dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di Indonesia dengan total kasus 30.154 atau 4,9%. Jumlah kasus gastritis ini dinilai cukup tinggi karena prevalensi kasus yang terjadi sebanyak 274.396 dari 258.704.900 total jiwa penduduk Indonesia.⁵ Angka kejadian gastritis di beberapa daerah cukup tinggi dengan prevalensi 274,396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk atau sebesar 40,8%.⁵

Jika tidak segera diobati, gastritis dapat memengaruhi fungsi organ lambung dan meningkatkan risiko kanker lambung, yang terparah dapat menyebabkan kematian. Berbagai tingkat usia maupun jenis kelamin dapat terkena risiko penyakit gastritis. Beberapa penelitian menemukan bahwa sebagian besar pasien gastritis dengan nyeri di Indonesia disebabkan oleh gastritis fungsional, terhitung 70-80% dari seluruh kasus. Gastritis fungsional bukan disebabkan oleh penyakit lambung, melainkan penyebab yang memicu penyakit ini lebih ditekankan pada kebiasaan

makan yang salah, faktor psikologis dan kecemasan.⁹

Dikarenakan masih tingginya angka kejadian gastritis, maka diperlukan adanya peningkatan pengetahuan terkait faktor-faktor yang dapat menyebabkan penyakit gastritis baik pada usia anak-anak sampai dewasa.

ISI

Terdapat beberapa faktor penyebab penyakit gastritis selain infeksi *Helicobacter pylori* dan penggunaan obat-obatan antiinflamasi (NSAID) antara lain konsumsi alkohol, merokok, stres, pola makan tidak teratur, usia, jenis kelamin, dan konsumsi kopi secara berlebihan.

Stres menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya gastritis, karena stres merupakan reaksi tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap konsep kebutuhan dan rangsangan, yang bernuansa biologis dengan perubahan suhu secara mekanis. Risiko gastritis pada penderita stres lebih tinggi 3,370 kali dibandingkan dengan yang tidak stres. Stres dapat menyebabkan perubahan hormonal dalam tubuh. Melalui neuroendokrin stress dapat menimbulkan dampak negatif yang menyebabkan risiko terjadinya gastritis. Efek stres pada saluran pencernaan menyebabkan penurunan aliran darah ke sel epitel lambung dan merusak fungsi sel epitel untuk melindungi mukosa lambung.⁶ Rangsangan emosional yang kuat dapat meningkatkan sekresi asam lambung ≥ 50 mL/jam. Peningkatan kadar HCl dapat mengiritasi lapisan lambung dan menyebabkan gastritis.¹⁵

Rokok memiliki efek merugikan pada saluran pencernaan, seperti melemahkan katup pilorus dan esofagus, meningkatkan refluks pada lambung, menghambat sekresi bikarbonat pada pankreas, mengubah kondisi alami lambung, mempercepat pengosongan lambung, dan menurunkan pH duodenum.¹¹ Asap rokok yang terbakar dan dihirup, mengandung sekitar 3000 bahan kimia berbeda termasuk akrolein, tar, nikotin, asap rokok, gas CO. Nikotin diketahui dapat menekan rasa lapar. Karena itu, merokok seringkali tidak membuat seseorang lapar, sehingga pada akhirnya meningkatkan asam lambung dan dapat menyebabkan gastritis.

Kebiasaan merokok meningkatkan sekresi asam lambung yang berujung pada penyakit lambung (gastritis) dan tukak lambung pada perokok. Berbagai penyakit saluran cerna juga lebih sulit disembuhkan asalkan orang tersebut tidak berhenti merokok.¹⁷

Konsumsi minuman beralkohol dapat menyebabkan gastritis karena minuman tersebut mengandung ethanol (zat psikoaktif yang dapat menyebabkan ketidaksadaran jika dikonsumsi) yang bersifat iritan (merusak lapisan lambung).¹⁰ Alkohol memiliki sifat merusak mukosa lambung, mengganggu pertahanan mukosa lambung, menyebabkan peradangan dan pendarahan, penetrasi zat korosif seperti asam dan basa kuat menyebabkan peradangan dan nekrosis dinding lambung.¹¹

Wanita lebih mungkin terkena gastritis karena risiko stres pada wanita biasanya lebih tinggi dibandingkan pada pria, menurut penelitian psikologis jumlah wanita yang menderita depresi dua kali lebih banyak daripada pria. Selain itu, gastritis lebih banyak menyerang wanita juga disebabkan karena wanita cenderung sangat memperhatikan berat badan dan penampilan. Oleh karena itu wanita mencoba mengubah pola dengan mengurangi frekuensi dan memilih jenis makanannya agar berat badan tidak semakin bertambah yang pada akhirnya lambung menjadi kosong dan terjadi peradangan.¹⁴

Usia produktif dengan rentang 15-25 tahun diketahui lebih mudah untuk terkena penyakit gastritis. Hal tersebut disebabkan karena pada usia produktif seseorang disibukkan dengan berbagai aktifitas seperti bekerja. Selain itu, pada usia muda juga terus menginginkan tubuh yang ideal, dengan definisi ideal yaitu bentuk tubuh langsing yang bereakibat dengan mengacaukan kebiasaan makan. Pada usia produktif juga cenderung mendapatkan tekanan dan tugas yang berlebihan sehingga mempengaruhi pola makan dan psikologis seseorang.⁷

Terjadinya penyakit maag karena pola makan yang tidak sehat biasanya disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak teratur dan terlalu banyak makan makanan pedas dan berlemak, sehingga lambung menjadi sensitif dan asam lambung meningkat.¹⁶ Kebiasaan makan yang tidak teratur membuat perut sulit

beradaptasi, bila perut yang harus diisi tetap kosong atau pengisian tertunda, makan terlalu sedikit, makan terlalu banyak makanan berbahaya merangsang pertumbuhan asam lambung dan jika berlangsung lama. Orang usia produktif rentan terkena infeksi akibat kesibukan dan gaya hidup yang kurang, sehingga kesehatan mudah menjadi faktor penyebab maag.⁸

Ketika seseorang memiliki pola makan yang tidak teratur maka risiko terkena gastritis menjadi 1,85 kali lebih besar daripada orang dengan pola makan biasa. Dalam kaitannya dengan frekuensi makan, frekuensi makan yang tidak tepat 2,33 kali lebih berisiko terkena gastritis dibandingkan dengan frekuensi makan yang benar sehingga meningkatkan risiko gastritis.⁴

Berbagai bahan dan senyawa kimia terkandung di dalam kopi, seperti lemak, karbohidrat, asam amino, fenol, vitamin dan mineral.³ Kopi mengandung kafein yang dapat mempercepat proses produksi asam lambung. Hal ini membuat produksi gas dalam lambung berlebih sehingga sering mengeluhkan sensasi kembung di perut. Jika lambung sering terpapar zat yang mengiritasi seperti kopi, maka peradangan akan terjadi secara terus menerus. Jaringan yang meradang kemudian terisi oleh jaringan fibrinosa, yang dapat mengakibatkan hilangnya lapisan mukosa lambung dan atrofi sel mukosa lambung dan, jika tidak dikontrol, dapat memicu episode gastritis berulang. Untuk mengurangi risiko gastritis berulang, dapat mengonsumsi kopi yang lebih encer dan kopi instan.¹

RINGKASAN

Faktor risiko gastritis antara lain dapat disebabkan oleh penggunaan obat-obatan anti inflamasi nonsteroid, infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, konsumsi alkohol, merokok, stress, pola makan tidak teratur, usia, dan jenis kelamin. Gastritis lebih banyak menyerang wanita karena wanita lebih cenderung memiliki pola makan tidak teratur. Penyakit gastritis juga lebih sering terjadi pada usia muda yaitu antara 15 dan 25 tahun. Stress berdampak negatif pada saluran pencernaan melalui efek neuroendokin yang menyebabkan penurunan aliran darah ke sel epitel lambung dan merusak fungsi sel epitel untuk melindungi

mukosa lambung. Konsumsi minuman beralkohol dapat menyebabkan gastritis karena minuman tersebut mengandung ethanol yang bersifat iritan.

Dalam kaitannya dengan frekuensi makan, frekuensi makan yang tidak tepat 2,33 kali lebih berisiko terkena gastritis dibandingkan dengan frekuensi makan yang benar sehingga meningkatkan risiko gastritis. Kopi diketahui merangsang lambung buat membentuk asam lambung, yg membangun lingkungan yg lebih asam & bisa mengiritasi lambung. Penderita gastritis mempunyai asam lambung yg sensitif, sebagai akibatnya kafein pada kopi bisa meningkatkan kecepatan pembentukan asam lambung.

SIMPULAN

Risiko kejadian gastritis masih sangat tinggi untuk masyarakat dan banyak yang tidak menyadari hal yang dapat meningkatkan risiko tersebut. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan gastritis antara lain stress, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, jenis kelamin, pola makan, frekuensi makan, usia, dan konsumsi kopi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fadila Suratinoyo, J. 2022. Hubungan Pola Konsumsi Kopi dengan Kekambuhan Gastritis Pada Remaja: Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(3), 2748–2756.
2. Feyisa, Z. T., & Woldeamanuel, B. T. 2021. Prevalence and associated risk factors of gastritis among patients visiting Saint Paul Hospital Millennium Medical College, Addis Ababa, Ethiopia. *PLoS ONE*, 16(2), 1–16.
3. Imayani, S., CH, M., & Aritonang, J. 2019. Gastritis Dan Faktor-Faktor Yang Berpengaruh (Studi Kasus Kontrol) Di Wilayah Kerja Puskesmas Bebesen Kabupaten Aceh Tengah Tahun 2017. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 1(2), 132–144. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v1i2.81>
4. Kasi, O. A., Kalesaran, A. F. C., & Ratag, B. T. 2019. Hubungan antara kebiasaan makan dengan kejadian gastritis d wilayah kerja puskesmas Tateli kabupaten Minahasa. *Kesmas*, 8(7), 152–160.
5. Kemenkes RI. 2017. *Laporan Nasional Riskesdas 2017*.
6. Kemenkes RI. 2018. Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>
7. Kurdaningsih, S. V, & Firmansyah, M. R. 2021. Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Gastritis Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stik Siti Khadijah. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 4(2), 196–203.
8. Maidartati, M., Ningrum, T. P., & Fauzia, P. 2021. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Bandung. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 3(1), 21.
9. Nofriyanti, N. 2015. Gambaran Penggunaan Obat Gastritis Pada Pasien Rawat Jalan Di Salah Satu Rumah Sakit Di Provinsi Riau. *Jurnal Penelitian Farmasi Indonesia*, 3(2), 49–53.
10. Palguna, I. M. G., Kamayani, M. O. A., & Suindrayasa, I. M. 2020. Hubungan Perilaku Konsumsi Minuman Beralkohol Dengan Gejala Gastritis Pada Sekaa Teruna Teruni (Stt) Di Desa Pangsan, Kecamatan Petang, Kabupaten Badung. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(4), 425.
11. Purbaningsih, E. S. 2020. Analisis Faktor Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Risiko Kejadian Gastritis Berulang. *Syntax Idea*, 2(5), 50–60.
12. Rantung, E. P., Kaunang, W. P. J., & Malonda, N. S. H. 2019. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kejadian Gastritis di Puskesmas Ranotana Weru Kota Manado. *Jurnal E-Biomedik (EBm)*, 7(2), 130–136.
13. Sani, W., Tina, L., & Jufri, N. 2017. Analisis Faktor Kejadian Penyakit Gastritis Pada Petani Nilam Di Wilayah Kerja Puskesmas Tiworo Selatan Kab. Muna Barat Desa Kasimpa Jaya Tah. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(5), 184565.
14. Suwindiri, Yulius Tiranda, W. A. C. N. 2021. Faktor Penyebab Kejadian Gastritis di Indonesia : Literature Review. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 1(November), 209–223.

15. Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. 2018. Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 217. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.805>
16. Uwa, L. F., Milwati, S., & Sulasmini. 2019. Hubungan Antara Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Yang Terjadi Di Puskesmas Dinoyo. *Jurnal Nursing News*, 4(1), 237–247.
17. Yusfar, & Ariyanti. 2019. Hubungan Faktor Resiko Gastritis Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa-Siswi SMA dan SMK. *Healthy Journal*, VII(1), 9–21.