

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SKRIPSI, AGUSTUS, 2026

RESI PUTRI ANDESTEN
Ns. LUSSYEFRI DA YANTI., S.Kep., M.Kep

**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN TERJADINYA KEKAMBUAHAN GASTRITIS DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA
BENGKULU**

xx+ 56 halaman, 11 tabel, 3 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Kekambuhan gastritis masih menjadi masalah kesehatan yang sering dialami masyarakat dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya kebiasaan merokok dan aktivitas fisik. Berdasarkan data Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu, jumlah kasus gastritis masih tergolong tinggi sehingga diperlukan upaya untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kekambuhan gastritis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 1.196 pasien gastritis, dengan sampel sebanyak 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, sedangkan analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square serta uji kekuatan hubungan. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden merupakan perokok sedang (36,7%), memiliki aktivitas fisik sedang (40,0%), dan mengalami kekambuhan gastritis kategori cukup sering (40,0%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kekambuhan gastritis ($p=0,001$) dan antara aktivitas fisik dengan kekambuhan gastritis ($p=0,001$).

Hubungan yang sangat kuat antara kebiasaan merokok ($r=0,859$) dan aktivitas fisik ($r=0,816$) dengan kekambuhan gastritis. Disimpulkan bahwa kebiasaan merokok dan aktivitas fisik berhubungan signifikan dengan terjadinya kekambuhan gastritis di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

Kata kunci: Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok, Gastritis
Daftar Bacaan: 43 (2020-2026)

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
BACHELOR OF NURSING PROGRAM
THESIS, AUGUST, 2026

RESI PUTRI ANDESTEN
Ns. LUSSYEFRIDA YANTI., S.Kep.,M.Kep

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMOKING HABITS AND PHYSICAL ACTIVITY AND THE RECURRENCE OF GASTRITIS IN THE WORKING AREA OF TELAGA DEWA COMMUNITY HEALTH CENTER, BENGKULU CITY

xx+ 59 Pages, 11 Tables, 3 picture, 12 Appendices

ABSTRACT

Gastritis recurrence remains a common public health problem and is influenced by various factors, including smoking habits and physical activity. Based on data from the Telaga Dewa Community Health Center, Bengkulu City, the number of gastritis cases remains relatively high, highlighting the need to identify factors associated with gastritis recurrence.

This study aimed to determine the relationship between smoking habits and physical activity and the recurrence of gastritis in the working area of the Telaga Dewa Community Health Center, Bengkulu City. This quantitative study employed a cross-sectional design. The study population consisted of 1,196 patients diagnosed with gastritis, with a sample of 30 respondents selected using purposive sampling.

Data were collected using a structured questionnaire. Data analysis included univariate and bivariate analyses using the Chi-square test, followed by a measure of the strength of association. The results showed that most respondents were moderate smokers (36.7%), had a moderate level of physical activity (40.0%), and experienced moderately frequent gastritis recurrence (40.0%). The Chi-square test revealed a significant relationship between smoking habits and gastritis recurrence ($p = 0.001$) as well as between physical activity and gastritis recurrence ($p = 0.001$). Furthermore, a very strong association was found between smoking habits and gastritis recurrence ($r = 0.859$) and between physical activity and gastritis recurrence ($r = 0.816$).

In conclusion, smoking habits and physical activity were significantly associated with the recurrence of gastritis among patients in the working area of the Telaga Dewa Community Health Center, Bengkulu City.

Keywords: Physical Activity, Smoking Habits, Gastritis Recurrence.

References: 43 (2020–2026).

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Gastritis adalah suatu keadaan peradangan pada mukosa atau lapisan dinding lambung yang dapat bersifat akut maupun kronis. Gastritis terjadi akibat kerusakan pada lapisan pelindung lambung sehingga asam lambung mengiritasi dinding lambung dan menyebabkan peradangan. Kondisi ini biasanya ditandai dengan keluhan nyeri ulu hati, mual, muntah, perut terasa penuh, kembung, dan rasa terbakar pada lambung. Faktor penyebab gastritis antara lain pola makan tidak teratur, konsumsi makanan pedas, stres, merokok, konsumsi alkohol, penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), dan infeksi bakteri *Helicobacter pylori* (Sethi, 2020).

Berdasarkan data global tahun 2021, jumlah penderita gastritis dan duodenitis mencapai sekitar 27,20 juta orang di seluruh dunia dengan angka kejadian terstandar sebesar 323,24 per 100.000 penduduk. Kasus ini lebih banyak terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki dan meningkat seiring bertambahnya usia, terutama pada usia dewasa pertengahan. Diperkirakan jumlah kasus akan terus meningkat hingga mencapai 51,24 juta pada tahun 2050 (Wang et al., 2025).

Indonesia memiliki Angka kejadian gastritis di Indonesia masih tergolong tinggi, dengan prevalensi mencapai 40,8% dan jumlah kasus sebesar 274.396 dari total 238.452.952 jiwa penduduk. Gastritis juga termasuk salah satu penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit dengan jumlah 30.154 kasus (4,9%), serta masuk dalam 10 besar penyakit pada pasien rawat inap dengan persentase 4,95%. Beberapa kota menunjukkan angka kejadian

yang cukup tinggi, di antaranya Medan (91,6%), Jakarta (50%), Denpasar (46%), Surabaya (31,2%), Bandung (32,5%), Palembang (35,3%), Aceh (31,7%), dan Pontianak (31,2%). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa gastritis masih menjadi masalah kesehatan (Putra & Wardani, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024, kasus gastritis di Kota Bengkulu tergolong cukup tinggi dan menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian. Data menunjukkan bahwa kejadian gastritis paling banyak ditemukan di Puskesmas Telaga Dewa dengan jumlah kasus mencapai 1.283, diikuti oleh Puskesmas Lingkar Timur sebanyak 574 kasus, dan Puskesmas Nusa Indah sebanyak 519 kasus. Tingginya angka kejadian tersebut menunjukkan bahwa gastritis masih menjadi penyakit yang banyak diderita masyarakat di wilayah Kota Bengkulu. Selain itu, berdasarkan distribusi usia, kasus gastritis paling banyak terjadi pada kelompok usia 45–59 tahun, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu, diperoleh data bahwa pada periode Januari hingga Desember 2025 terdapat sebanyak 1.196 kasus gastritis. Dari jumlah tersebut, sebagian besar kasus terjadi pada kelompok usia 45–59 tahun, yaitu sebanyak 496 kasus. Data ini menunjukkan bahwa kejadian gastritis masih cukup tinggi, terutama pada kelompok usia dewasa pertengahan hingga pralansia, sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan pengendalian faktor risiko yang dapat memicu terjadinya kekambuhan gastritis.

Gastritis, yang lebih dikenal sebagai “maag”, merupakan suatu kondisi peradangan pada lambung, khususnya pada lapisan mukosa lambung yang berfungsi sebagai pelindung terhadap asam lambung. Peradangan ini dapat bersifat akut maupun kronis tergantung pada penyebab dan lamanya paparan faktor iritan. Gastritis ditandai dengan berbagai gejala, antara lain mual, muntah, nyeri pada perut bagian atas (ulu hati), kembung, pendarahan, kelelahan, serta penurunan nafsu makan. Dalam kondisi tertentu, gastritis juga dapat menyebabkan komplikasi seperti luka pada lambung (ulkus) hingga perdarahan saluran cerna. Penyakit ini terjadi akibat ketidakseimbangan antara faktor agresif seperti asam lambung dan pepsin dengan faktor protektif mukosa lambung (Astuti & Maulina, 2024).

Penyebab utama gastritis adalah infeksi bakteri *Helicobacter pylori*. Bakteri ini dapat merusak lapisan pelindung lambung sehingga asam lambung mengiritasi dinding lambung. Infeksi ini menjadi penyebab paling umum gastritis kronis di berbagai negara, termasuk Indonesia. Selain itu, *Helicobacter pylori* mampu bertahan hidup di lingkungan asam lambung dengan menghasilkan enzim urease yang menetralkan asam di sekitarnya, sehingga mempermudah kolonisasi pada mukosa lambung. Infeksi yang berlangsung lama dapat menyebabkan peradangan kronis, kerusakan jaringan, bahkan meningkatkan risiko tukak lambung dan kanker lambung (MCS, 2025).

Kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya gastritis. Rokok mengandung berbagai zat kimia berbahaya, seperti nikotin, yang dapat meningkatkan sekresi asam lambung serta menurunkan produksi mukus pelindung lambung. Kondisi ini

menyebabkan lapisan mukosa lambung menjadi lebih rentan terhadap iritasi dan peradangan. Selain itu, nikotin juga dapat mengganggu aliran darah ke dinding lambung sehingga memperlambat proses penyembuhan apabila terjadi luka. Kebiasaan merokok juga seringkali berkaitan dengan pola makan yang tidak teratur karena efek nikotin yang menekan nafsu makan, sehingga dapat memperburuk kondisi lambung (Azmi & Alnur, 2024).

Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam terjadinya gastritis, terutama apabila dilakukan secara berlebihan tanpa diimbangi dengan pola makan yang teratur. Seseorang dengan aktivitas fisik yang tinggi cenderung sering menunda waktu makan karena kesibukan, sehingga menyebabkan lambung dalam keadaan kosong dalam waktu yang lama. Kondisi ini dapat memicu peningkatan produksi asam lambung yang berlebihan dan berpotensi merusak mukosa lambung. Selain itu, aktivitas fisik yang berat juga dapat menyebabkan kelelahan yang berdampak pada penurunan nafsu makan dan pola hidup yang tidak sehat. Berdasarkan penelitian, responden dengan aktivitas fisik berat lebih banyak mengalami gastritis dibandingkan dengan yang memiliki aktivitas ringan (Afiyah et al., 2025).

Kebiasaan merokok dan aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gastritis. Merokok dapat meningkatkan produksi asam lambung serta merusak lapisan pelindung mukosa lambung sehingga memicu terjadinya iritasi dan peradangan. Sementara itu, aktivitas fisik yang berat tanpa diimbangi pola makan yang teratur dapat menyebabkan lambung kosong dalam waktu lama sehingga meningkatkan sekresi asam lambung.

Kedua faktor ini saling berkaitan dalam memperburuk kondisi lambung, dimana individu dengan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik tinggi cenderung memiliki risiko lebih besar mengalami gastritis (Bela et al., 2022).

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu, diketahui bahwa masalah gastritis masih cukup tinggi di masyarakat, khususnya pada kelompok usia dewasa. Hal ini terlihat dari banyaknya kasus gastritis yang tercatat pada setiap periode pelayanan kesehatan. Berdasarkan data yang diperoleh dari bulan Januari hingga Desember tahun 2025, tercatat sebanyak 1.196 kasus gastritis di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Dari jumlah tersebut, sebagian besar kasus terjadi pada kelompok usia 45–59 tahun, yaitu sebanyak 496 kasus yang tercatat mendapatkan pelayanan kesehatan.

Kondisi ini menunjukkan bahwa gastritis, khususnya yang mengalami kekambuhan, masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian. Tingginya angka kejadian tersebut tidak terlepas dari berbagai faktor risiko, seperti kebiasaan merokok dan aktivitas fisik yang tidak teratur. Kebiasaan merokok dapat meningkatkan produksi asam lambung serta merusak lapisan pelindung mukosa lambung, sedangkan aktivitas fisik yang tidak seimbang juga dapat mempengaruhi kondisi fisiologis tubuh yang berperan dalam proses terjadinya kekambuhan gastritis.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kebiasaan Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Terjadinya Kekambuhan Gastritis di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian, mengidentifikasi masalah yang akan dijadikan penelitian yaitu masih tingginya kasus gastritis, khususnya kekambuhan gastritis di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Peneliti ingin mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis pada masyarakat, terutama pada kelompok usia dewasa pertengahan yang memiliki risiko lebih tinggi mengalami gastritis.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini sendiri berfokus pada hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis pada pasien di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang terurai di atas, permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

E. Tujuan Penelitian**1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk Untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

1. Diketahui kebiasaan merokok pada responden di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.

2. Diketahui tingkat aktivitas fisik pada responden di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.
3. Diketahui kejadian kekambuhan gastritis pada responden di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu.
4. Diketahui hubungan kebiasaan merokok dengan terjadinya kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa
5. Diketahui hubungan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang kesehatan, khususnya mengenai hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan terjadinya kekambuhan gastritis. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan faktor risiko dan pencegahan gastritis.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

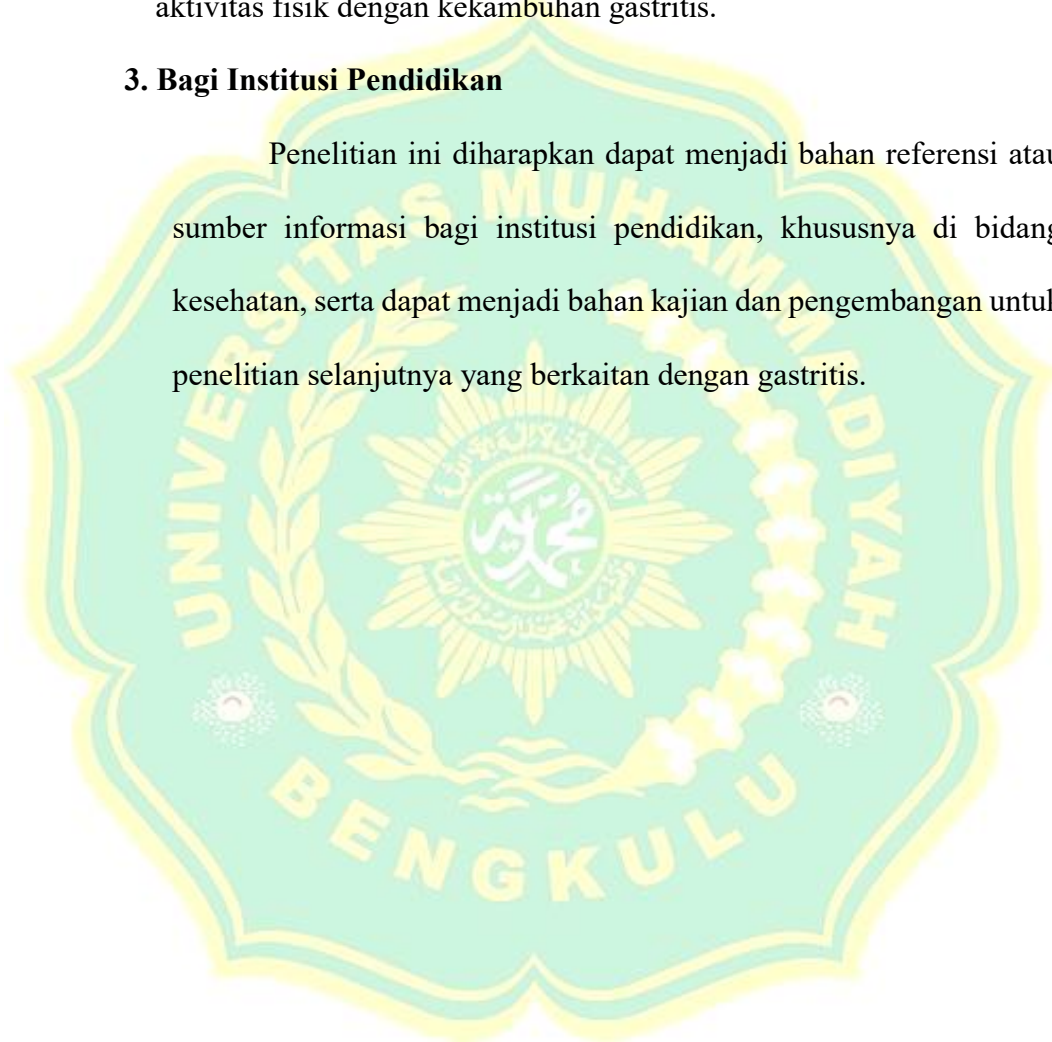
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat mengenai faktor-faktor yang dapat memicu kekambuhan gastritis, khususnya kebiasaan merokok dan aktivitas fisik, sehingga masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat untuk mencegah terjadinya kekambuhan gastritis.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian kuantitatif, khususnya mengenai hubungan kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan kekambuhan gastritis.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi atau sumber informasi bagi institusi pendidikan, khususnya di bidang kesehatan, serta dapat menjadi bahan kajian dan pengembangan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan gastritis.



G. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO.	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Metode & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	(Deski, 2024)	Hubungan Stress Dan Merokok Dengan Gastritis DI RW III, RW VI, Dan RW XIV Kelurahan Korong Gadang Wilayah Kerja Puskesmas Kuranji Padang Tahun 2024	Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling. Analisis menggunakan uji chi-square. Hasil menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian gastritis ($p=0,005$).	Sama-sama meneliti variabel merokok dan gastritis serta menggunakan metode kuantitatif	Tidak meneliti aktivitas fisik dan fokus pada kejadian, bukan kekambuhan
2.	(Nurrahmawati et al., 2023)	Hubungan pola makan dan perilaku merokok terhadap penderita gastritis di puskesmas kuta baro	Metode kuantitatif cross sectional dengan analisis chi-square. Hasil menunjukkan bahwa pola makan dan perilaku merokok berhubungan signifikan dengan kejadian gastritis.	Sama-sama menggunakan variabel merokok dan metode kuantitatif	Menambahk an variabel pola makan dan tidak membahas aktivitas fisik
3.	(Rachmania et al., 2021)	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kekambuhan Gastritis Pada Pasein Gastritis	Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Analisis menunjukkan terdapat	Sama variabel aktivitas fisik dan kekambuhan gastritis	Tidak meneliti kebiasaan merokok

			hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan kekambuhan gastritis ($p<0,05$).		
4.	(Asri et al., 2025)	Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Kejadian Penyakit Gastritis di Kecamatan Suli Kabupaten Luwu Tahun 2024	Penelitian kuantitatif cross sectional. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil menunjukkan kebiasaan merokok meningkatkan risiko gastritis secara signifikan.	Sama variabel merokok dan desain penelitian	Tidak meneliti aktivitas fisik dan kekambuhan gastritis
5.	(Aisyah et al., 2024)	Hubungan Perilaku Konsumsi Kafein , Tingkat Kecemasan Dan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Gastritis Di SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Tahun 2023	Desain cross sectional dengan pendekatan kuantitatif. Analisis bivariat menunjukkan bahwa merokok memiliki hubungan signifikan dengan gastritis ($p<0,05$).	Sama pada variabel merokok dan jenis penelitian kuantitatif	Variabel lebih banyak (kafein & kecemasan) dan tidak meneliti kekambuhan