

BAB V

PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan Tabel 4.1 diketahui bahwa dari total 30 responden, sebagian besar berusia <49 tahun yaitu sebanyak 21 responden (70,0%), sedangkan responden yang berusia >49 tahun sebanyak 9 responden (30,0%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia produktif. Pada usia tersebut, seseorang umumnya memiliki aktivitas yang tinggi sehingga lebih rentan menerapkan pola hidup yang kurang sehat, seperti makan tidak teratur, merokok, dan kurang memperhatikan kondisi kesehatan lambung. Kebiasaan tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya gastritis maupun kekambuhannya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, Turnip et al., (2023) yang menunjukkan bahwa gastritis banyak ditemukan pada usia dewasa muda hingga usia produktif. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa gaya hidup yang tidak sehat, seperti pola makan yang tidak teratur, kebiasaan merokok, serta aktivitas yang padat menjadi faktor yang meningkatkan kejadian gastritis pada kelompok usia tersebut.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya Liu et al., (2024) yang menyatakan bahwa gastritis masih menjadi masalah kesehatan yang banyak ditemukan pada kelompok usia dewasa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa faktor gaya hidup dan paparan faktor risiko dalam jangka panjang berkontribusi terhadap meningkatnya kejadian

gastritis, sehingga upaya pencegahan melalui penerapan pola hidup sehat sangat diperlukan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa mayoritas responden penderita gastritis berada pada kelompok usia <49 tahun (70,0%). Hal ini menunjukkan bahwa gastritis lebih banyak dialami oleh individu pada usia produktif yang cenderung memiliki aktivitas tinggi dan pola hidup yang kurang sehat, seperti makan tidak teratur, merokok, serta kurang memperhatikan kesehatan lambung. Temuan ini sejalan dengan penelitian Turnip et al. (2023) dan Liu et al. (2024) yang menyatakan bahwa kelompok usia dewasa produktif memiliki risiko lebih tinggi mengalami gastritis akibat pengaruh gaya hidup dan paparan faktor risiko dalam jangka panjang. Oleh karena itu, penerapan pola hidup sehat, terutama menjaga pola makan yang teratur dan menghindari faktor risiko seperti merokok, menjadi upaya penting dalam mencegah terjadinya maupun kekambuhan gastritis.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan Tabel 4.2, diketahui bahwa dari total 30 responden, sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 27 responden (90,0%), sedangkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 3 responden (10,0%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mengalami kekambuhan gastritis adalah laki-laki. Kondisi ini diduga berkaitan dengan tingginya kebiasaan merokok pada laki-laki serta aktivitas kerja yang lebih berat, sehingga lebih sering mengabaikan pola makan dan istirahat. Kebiasaan tersebut dapat meningkatkan produksi asam lambung dan memicu terjadinya kekambuhan gastritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, Novitayanti, (2023) yang menunjukkan bahwa mayoritas penderita gastritis adalah laki-laki. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa laki-laki lebih sering memiliki faktor risiko seperti kebiasaan merokok, konsumsi kopi, dan pola hidup yang kurang sehat, sehingga lebih rentan mengalami gangguan lambung.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Adnan et al., (2025) yang melaporkan bahwa karakteristik penderita gastritis dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk jenis kelamin dan kebiasaan merokok. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor risiko yang berhubungan signifikan dengan kejadian gastritis, sehingga individu dengan perilaku merokok memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan lambung.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa mayoritas responden yang mengalami kekambuhan gastritis berjenis kelamin laki-laki (90,0%). Tingginya proporsi laki-laki pada penelitian ini diduga berkaitan dengan kebiasaan merokok yang lebih sering dilakukan serta pola hidup yang kurang sehat, seperti makan tidak teratur dan aktivitas kerja yang tinggi, sehingga dapat meningkatkan risiko kekambuhan gastritis. Temuan ini sejalan dengan penelitian Novitayanti (2023) dan Adnan et al. (2025) yang menyatakan bahwa laki-laki lebih rentan mengalami gastritis karena memiliki lebih banyak faktor risiko, terutama kebiasaan merokok. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif, khususnya pada laki-laki, melalui penerapan pola hidup sehat, menjaga pola makan yang teratur, serta

mengurangi atau menghentikan kebiasaan merokok untuk mencegah kekambuhan gastritis.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kekambuhan Gastritis

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar berada pada kategori cukup sering mengalami kekambuhan gastritis yaitu sebanyak 12 responden (40,0%). Sementara itu, responden yang termasuk kategori kambuh sebanyak 9 responden (30,0%) dan kategori tidak sering sebanyak 9 responden (30,0%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih mengalami kekambuhan gastritis dengan frekuensi yang cukup tinggi. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kebiasaan merokok dan aktivitas fisik. Kebiasaan merokok dapat meningkatkan produksi asam lambung dan menyebabkan iritasi pada mukosa lambung sehingga memperbesar risiko terjadinya kekambuhan gastritis. Selain itu, aktivitas fisik yang kurang atau tidak teratur juga dapat memengaruhi kesehatan pencernaan dan kondisi kesehatan secara umum.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Ernawati et al., (2021) yang meneliti gambaran kekambuhan penderita gastritis. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor yang dapat memperburuk kondisi lambung karena kandungan nikotin dalam rokok dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung dan menyebabkan iritasi mukosa lambung, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gastritis maupun kekambuhannya.

Hasil Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya Afiyah et al., (2025) mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kejadian gastritis. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian gastritis. Aktivitas fisik yang tidak teratur atau terlalu berat dapat memengaruhi keseimbangan fisiologis tubuh dan meningkatkan risiko gangguan lambung. Sebaliknya, aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat membantu menjaga kesehatan saluran pencernaan serta mengurangi risiko terjadinya kekambuhan gastritis.

Berdasarkan hasil penelitian kesimpulan dari penelitian ini adalah, sebagian besar responden mengalami kekambuhan gastritis pada kategori cukup sering. Tingginya frekuensi kekambuhan ini menunjukkan bahwa gastritis masih menjadi masalah kesehatan yang dipengaruhi oleh faktor gaya hidup, terutama kebiasaan merokok dan aktivitas fisik. Kebiasaan merokok dapat meningkatkan produksi asam lambung dan iritasi mukosa lambung, sedangkan aktivitas fisik yang tidak teratur dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan lambung. Oleh karena itu, pengendalian faktor-faktor tersebut penting untuk mengurangi kejadian kekambuhan gastritis.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

Berdasarkan Tabel 4.4 diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar termasuk dalam kategori perokok sedang yaitu sebanyak 11 responden (36,7%). Selanjutnya, responden yang termasuk kategori perokok berat sebanyak 10 responden (33,3%), sedangkan kategori perokok ringan sebanyak 9 responden (30,0%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan merokok dengan intensitas sedang hingga

berat. Tingginya proporsi perokok sedang dan berat dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan pada saluran pencernaan, khususnya gastritis, karena zat-zat yang terkandung dalam rokok dapat merangsang peningkatan sekresi asam lambung dan menyebabkan iritasi mukosa lambung.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan Ernawati et al., (2021) bahwa dari 74 responden penderita gastritis, sebanyak 29 responden (39,2%) memiliki kebiasaan merokok, sedangkan 45 responden (60,8%) tidak merokok. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa responden yang memiliki kebiasaan merokok cenderung lebih rentan mengalami gangguan lambung dibandingkan yang tidak merokok.

Hasil Penelitian ini juga didukung dengan penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh Manurung et al., (2022) terhadap 146 mahasiswa menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori perokok sedang sebanyak 58 responden (39,7%), diikuti perokok ringan sebanyak 47 responden (32,2%), dan perokok berat sebanyak 41 responden (28,1%). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kategori perokok sedang merupakan kelompok terbesar, sama seperti hasil penelitian ini yang didominasi oleh perokok sedang sebanyak 36,7%. Selain itu, penelitian tersebut menemukan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian gastritis ($p\text{-value} = 0,000$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah, sebagian besar responden termasuk dalam kategori perokok sedang (36,7%), diikuti perokok berat (33,3%) dan perokok ringan (30,0%). Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kebiasaan merokok dengan intensitas sedang

hingga berat. Kebiasaan merokok berpotensi meningkatkan risiko terjadinya gastritis karena dapat merangsang produksi asam lambung dan menyebabkan iritasi mukosa lambung. Oleh karena itu, perilaku merokok merupakan salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan dan pengendalian gastritis.

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik

Berdasarkan Tabel 4.5 diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar memiliki aktivitas fisik sedang yaitu sebanyak 12 responden (40,0%). Selanjutnya, responden dengan aktivitas fisik ringan sebanyak 10 responden (33,3%), sedangkan responden dengan aktivitas fisik berat sebanyak 8 responden (26,7%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden melakukan aktivitas fisik pada tingkat sedang. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan seseorang, termasuk kesehatan sistem pencernaan. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat membantu menjaga metabolisme tubuh, melancarkan sirkulasi darah, dan mengurangi risiko terjadinya gangguan pada saluran pencernaan. Sebaliknya, aktivitas fisik yang kurang maupun berlebihan dapat memengaruhi keseimbangan fisiologis tubuh dan berpotensi meningkatkan risiko terjadinya keluhan gastritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sebelumnya, Afiyah et al., (2025). Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 83 responden, sebagian besar memiliki aktivitas fisik kategori sedang hingga ringan, yaitu sebanyak 49 responden (59,0%), sedangkan 34 responden (41,0%) memiliki aktivitas fisik yang baik atau berat. Penelitian tersebut juga menemukan adanya

hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian gastritis ($pvalue < 0,05$).

Hasil Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Rachmania et al., (2021) mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis menemukan bahwa responden dengan aktivitas fisik kurang aktif lebih banyak mengalami keluhan gastritis dibandingkan responden yang memiliki aktivitas fisik cukup. Aktivitas fisik yang teratur membantu menjaga fungsi organ tubuh, meningkatkan daya tahan tubuh, serta mengurangi risiko terjadinya berbagai gangguan kesehatan termasuk gastritis. Oleh karena itu, aktivitas fisik yang dilakukan secara seimbang dan teratur penting untuk menjaga kesehatan lambung dan mencegah kekambuhan gastritis.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik kategori sedang, yaitu sebanyak 12 responden (40,0%). Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan seimbang dapat membantu menjaga kesehatan sistem pencernaan serta menurunkan risiko terjadinya gastritis. Oleh karena itu, aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang penting dalam menjaga kesehatan lambung dan mencegah terjadinya gastritis.

B. Analisis Bivariat

1. Hubungan Kekambuhan Gastritis Dengan Kebiasaan Merokok

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui bahwa dari 9 responden yang termasuk kategori perokok ringan, sebagian besar berada pada kategori tidak sering mengalami kekambuhan gastritis yaitu sebanyak 8 responden (26,7%), dan 1 responden (3,3%) berada pada kategori cukup sering. Dari 11 responden

yang termasuk perokok sedang, sebagian besar berada pada kategori cukup sering mengalami kekambuhan gastritis yaitu sebanyak 10 responden (33,3%), dan 1 responden (3,3%) berada pada kategori tidak sering. Sementara itu, dari 10 responden yang termasuk perokok berat, sebagian besar berada pada kategori kambuh yaitu sebanyak 9 responden (30,0%), dan 1 responden (3,3%) berada pada kategori cukup sering. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kekambuhan gastritis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kebiasaan merokok responden, maka semakin tinggi pula frekuensi kekambuhan gastritis yang dialami. Responden yang termasuk perokok ringan cenderung jarang mengalami kekambuhan gastritis, sedangkan responden yang termasuk perokok berat lebih banyak mengalami kekambuhan. Kondisi ini terjadi karena nikotin dan berbagai zat kimia dalam rokok dapat meningkatkan produksi asam lambung, menurunkan produksi mukus pelindung lambung, serta menghambat proses penyembuhan mukosa lambung. Akibatnya, mukosa lambung menjadi lebih rentan mengalami iritasi dan peradangan yang dapat memicu terjadinya kekambuhan gastritis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Manurung et al., (2022) yang penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian gastritis dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa responden dengan frekuensi merokok yang lebih tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami gastritis dibandingkan responden yang tidak merokok atau memiliki frekuensi merokok yang rendah.

Hasil Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya, Nurrahmawati et al., (2023) yang menemukan hasil penelitiannya ada hubungan kebiasaan merokok dengan gastritis dengan nilai $p\text{-value} = 0,002$ ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan merokok lebih banyak mengalami gastritis dibandingkan responden yang tidak merokok. Hal ini disebabkan oleh efek nikotin yang dapat meningkatkan sekresi asam lambung dan menyebabkan kerusakan mukosa lambung.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kekambuhan gastritis pada responden ($p\text{-value} = 0,001$). Semakin tinggi tingkat kebiasaan merokok, semakin tinggi pula frekuensi kekambuhan gastritis yang dialami. Responden dengan kategori perokok berat cenderung lebih sering mengalami kekambuhan gastritis dibandingkan perokok sedang dan perokok ringan. Hal ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor yang berperan dalam terjadinya kekambuhan gastritis.

2. Hubungan Kekambuhan Gastritis Dengan Aktivitas Fisik

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel 4.8 diketahui bahwa responden dengan aktivitas fisik ringan sebagian besar mengalami kekambuhan gastritis pada kategori sering, yaitu sebanyak 9 responden (30,0%). Responden dengan aktivitas fisik sedang sebagian besar berada pada kategori cukup sering mengalami kekambuhan gastritis sebanyak 10 responden (33,3%). Sementara itu, responden dengan aktivitas fisik berat sebagian besar berada pada kategori tidak sering mengalami kekambuhan gastritis sebanyak 7 responden (23,3%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan

nilai p-value sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kekambuhan gastritis.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yu et al.,(2024) menunjukkan bahwa aktivitas fisik berperan dalam memengaruhi frekuensi kekambuhan gastritis. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan sesuai kemampuan tubuh dapat membantu menjaga kesehatan sistem pencernaan, meningkatkan metabolisme tubuh, memperlancar sirkulasi darah, serta mengurangi tingkat stres yang merupakan salah satu faktor pencetus gastritis. Sebaliknya, aktivitas fisik yang terlalu rendah dapat menyebabkan penurunan kebugaran tubuh sehingga meningkatkan kerentanan terhadap gangguan pencernaan, termasuk kekambuhan gastritis. Selain itu, aktivitas fisik yang berlebihan juga dapat memicu peningkatan produksi asam lambung sehingga berpotensi menimbulkan keluhan gastritis pada individu yang rentan.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya Afiah et al., (2025) yang menemukan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian gastritis di wilayah kerja Puskesmas Taman Sari Kota Pangkal Pinang. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa aktivitas fisik yang tidak seimbang, baik terlalu rendah maupun terlalu berat, dapat memengaruhi fungsi lambung dan meningkatkan risiko terjadinya gangguan gastritis. Aktivitas fisik yang teratur dapat membantu menjaga keseimbangan sistem pencernaan dan mengurangi faktor risiko kekambuhan gastritis.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dapat disimpulkan, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kekambuhan gastritis ($p\text{-value} = 0,001$). Responden dengan aktivitas fisik ringan cenderung lebih sering mengalami kekambuhan gastritis, sedangkan

responden dengan aktivitas fisik yang lebih aktif cenderung lebih jarang mengalami kekambuhan. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang teratur dan seimbang berperan dalam membantu mengurangi risiko kekambuhan gastritis. Oleh karena itu, aktivitas fisik perlu diperhatikan sebagai salah satu upaya pencegahan kekambuhan gastritis.

