

Original Article

WhatsApp Group Dapat Mempengaruhi Pola Makan Remaja Perempuan Yang Mengalami Gastritis

Desy Vellya Sari

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju
Jln.Harapan Nomor 50, Lenteng Agung Jakarta Selatan 12610

Email: desyvellyasari13@gmail.com

Editor: Yuliati

Diterima: 05/05/2022

Direview: 25/07/2022

Publish: 29/07/2022

Available Article: (doi)

Hak Cipta:

©2022 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International**.

Abstract

Introduction: Gastritis or ulcer disease is a very disturbing disease. This gastritis usually occurs in people who have irregular eating patterns and eat foods that can stimulate the production of stomach acid. Gastritis is more common in teenagers, especially teenage girls who more often have irregular eating patterns and who like to procrastinate eating. If gastritis is not treated immediately, it will cause dangerous complications such as upper gastrointestinal bleeding, peptic ulcer, and gastric perforation.

Objective: The purpose of this study was to determine the effect of WhatsApp groups on the eating patterns of adolescent girls who experience gastritis in Sarua Indah Village, South Tangerang City.

Methods: The research design used in this study was the One Group Pre-test Post-test design with the Wilcoxon Signed Rank Test. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 30 respondents.

Result: In the Wilcoxon signed rank test results obtained p-value 0.000 <0.05.

Conclusion: This study concludes that there is an effect of WhatsApp groups on the eating patterns of teenage girls who experience gastritis in Sarua Indah Village, South Tangerang City in 2021.

Keywords: diet, gastritis, teenager, whatsapp group

Pendahuluan

Semakin adanya perkembangan zaman, maka semakin banyak pula penyakit yang timbul akibat adanya gaya hidup yang tidak sehat. Kebanyakan manusia sering memilih aktivitas dibanding dengan memilih makan, tanpa peduli akibat apa yang akan timbul dalam diri mereka sendiri. Adanya sikap pola makan yang tidak sehat, itulah yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit dalam gangguan sistem pencernaan, salah satunya yaitu penyakit gastritis.¹ Penyakit gastritis adalah salah satu penyakit yang tidak akan menular. Penyakit gastritis ini merupakan penyakit yang sangat mengganggu yang biasanya terjadi pada orang yang mempunyai pola makan tidak teratur dan memakan makanan yang merangsang produksi asam lambung. Adanya infeksi mikroorganisme dapat menyebabkan terjadinya gastritis. Gejala gastritis dapat ditandai adanya nyeri di daerah ulu hati, mual, muntah, lemas, kembung, nafsu makan menurun, wajah pucat, pusing, selalu bersendawa dan pada kondisi yang lebih

parah, bisa muntah darah.²

Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi angka kejadian penyakit gastritis terhadap beberapa Negara di dunia yang diantaranya Negara Inggris 22%, Negara China 31%, Negara Jepang 14,5% dan Negara Prancis 29,5%. Persentase angka kejadian gastritis di Indonesia menurut WHO adalah 40,8%. Angka kejadian gastritis pada beberapa daerah di Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 247,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk. Berdasarkan Data dari Riskesdas menunjukkan sebesar 58,5% angka kejadian gastritis.³ Penelitian berdasarkan Departemen Kesehatan RI angka kejadian gastritis di beberapa kota di Indonesia ada yang tinggi mencapai 91,6% di Kota Medan, 31,2% di Kota Surabaya, 46% di Kota Denpasar, 50% di Kota Jakarta, 32,5% di Kota Bandung, 35,5% di Kota Palembang, 31,7% di Kota Aceh, dan 31,2% di Kota Pontianak.⁴

Kemudian berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Tangerang menyebutkan bahwa gastritis menempati urutan ke dua dari sepuluh penyakit terbanyak dengan jumlah 7.729 kasus (12,26%). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan mengatakan bahwa penyakit gastritis menduduki peringkat kelima yang mencapai 15.447 yang terjadi pada remaja.⁵ Permasalahan dalam sistem pencernaan ini tidak boleh diabaikan, apalagi dalam masalah pencernaan dengan gastritis yang terjadi pada remaja. Remaja adalah sebuah masa perkembangan transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa yang ditandai adanya perubahan biologis, kognitif, dan sosial. Menurut WHO pada tahun 1995 Remaja adalah periode perkembangan seorang individu dari masa kanak-kanak ke dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial antara umur 10 hingga 19 tahun.⁶

Remaja dengan banyaknya aktivitas yang tidak terkontrol dan terlalu padat disetiap hari dapat menimbulkan adanya sikap pola makan yang tidak teratur, yang diantaranya suka menunda-nunda jam makan, mengabaikan sarapan, makan siang pada sore hari, makan malam larut malam, atau makan dengan terburu-buru serta kebiasaan mengkonsumsi makan makanan yang pedas secara berlebihan itu akan merangsang sistem pencernaan terutama dalam lambung dan usus yang lama kelamaan akan menimbulkan masalah kesehatan yaitu gastritis.¹ Perilaku merupakan suatu kegiatan makhluk hidup yang hidup mulai dari tumbuh-tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktivitas masing-masing. Sedangkan sikap merupakan respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap stimulus atau objek, sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas akan tetapi merupakan faktor predisposisi tindakan suatu perilaku.¹

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Hartati, dkk (2014) mengatakan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan risiko gastritis dimana dari hasil analisis diperoleh kesimpulan bahwa mahasiswa yang memiliki pola makan teratur mempunyai peluang 3,383 kali yang tidak beresiko gastritis dibandingkan mahasiswa yang memiliki pola makan tidak teratur. Kebiasaan makan yang buruk dan mengkonsumsi makanan yang tidak *hygien* merupakan faktor risiko terjadinya gastritis.⁷

Pola makan adalah berbagai informasi yang dapat memberi gambaran dalam frekuensi makan, jenis makanan dan porsi makan. Pola makan yang baik dan teratur merupakan tindakan preventif dalam mencegah terjadinya gastritis. Berdasarkan jurnal sebelumnya yang dilakukan oleh Bagas Diatsa (2016) terdapat hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja dengan jumlah 30 responden diketahui bahwa hasil responden dengan pola makan yang buruk

sebanyak 20 responden atau 66,7% dan responden dengan pola makan yang baik sebanyak 10 responden atau 33,3%.⁸

Remaja dengan gastritis sering kali diabaikan karena mereka merasa akan sembuh nantinya. Remaja mengabaikan rasa sakitnya karena mereka banyak yang menggunakan *smartphone* dalam menggunakan media sosial seperti *whatsapp group*. *WhatsApp Group* pada saat ini menjadi media sosial yang sangat digemari bagi kalangan semua orang terutama pada remaja. Berdasarkan Data yang dikeluarkan oleh situs resmi *We Are Sosial* (Perusahaan media sosial Inggris) mengatakan bahwa *WhatsApp* merupakan media sosial yang paling banyak diunduh masyarakat Indonesia (83%). *WhatsApp* seringkali dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dikarenakan tampilan aplikasinya yang sederhana, mudah digunakan serta efisien.⁹

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widayani (2020) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan dengan Media *WhatsApp Group* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Makanan Cepat Saji yang diterapkan pada 33 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan media *WhatsApp Group* berpengaruh pada pengetahuan dan sikap tentang makanan cepat saji pada siswa SMA.¹⁰

Berdasarkan data awal dari remaja sebanyak 50 orang responden dengan menggunakan kuesioner, menunjukkan bahwa 22 responden atau (44%) remaja dengan pola makan tidak teratur. 33 responden atau (66%) remaja mempunyai rasa malas untuk makan. 42 responden atau (84%) remaja sering telat untuk makan. 44 responden atau (88%) remaja sering mengalami rasa sakit pada lambung dan sebanyak 33 responden atau (67,3%) remaja mengalami rasa sakit pada lambung disebabkan karena mereka telat untuk makan. Mereka telat makan disebabkan karena terlalu sibuk dengan aktivitas yang dikerjakan 43 responden tau sebanyak (67.3%) mengatakan bahwa sering mendapatkan informasi mengenai kesehatan dari beberapa *WhatsApp Group*, mereka mengatakan bahwa informasi kesehatan dari *WhatsApp Group* sebenarnya sangat membantu dalam mengatasi permasalahan kesehatan mereka, namun sebanyak 33 responden atau (67.3%) mereka masih mengabaikannya. Hal ini membuat penyakit gastritis sangat penting untuk segera diatasi, karena karena akan mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga dibutuhkan pengetahuan untuk mengobati dan lebih baik lagi untuk mencegah terjadinya penyakit gastritis ini sejak dini. Apabila penyakit ini tidak ditangani segera secara optimal dan di biarkan hingga kronis, maka penyakit gastritis akan berkembang menjadi *ulkus peptikus* yang pada akhirnya akan timbul mengalami komplikasi perdarahan, perforasi gaster, peritonitis dan bahkan kematian.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh *WhatsApp Group* Terhadap Pola Makan Remaja Yang Mengalami Gastritis. Melalui penelitian ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana pengaruh *WhatsApp Group* Terhadap Pola Makan Remaja Yang Mengalami Gastritis di Kelurahan Sarua Indah Kota Tangerang Selatan.

Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan jenis penelitian *quasy eksperimen*. Penelitian *quasy eksperimen design* dengan rancangan *One Group Pre-test Post-test design*. *One group pre-test post-test design* yaitu peneliti hanya menggunakan satu grup dan tidak menggunakan kelas pembandingan, peneliti memberikan *pre-test* sebelum diberikan perlakuan dan *post-test* setelah memberi perlakuan. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner. Adapun Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini

adalah dengan instrumen untuk variabel pola makan menggunakan lembar kuesioner sebanyak 25 pertanyaan dengan *Guttman Scale* dan untuk penggunaan aplikasi *WhatsApp Group* menggunakan SOP.

Hasil

Tabel 1. Pola Makan Sebelum dan Sesudah Dilakukan *WhatsApp Group*

Pola Makan	Pre-test	Persentase %	Post-test	Persentase %	P-Value
Baik	5	35	30	100	0.000
Cukup	0	0	0	0	
Kurang	25	65	0	0	
Total	30	100	30	100	

Berdasarkan dari tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa Distribusi Frekuensi Pola Makan Remaja dengan Gastritis sebelum Penggunaan Aplikasi *WhatsApp Group* di Kelurahan Sarua Indah Tahun 2021 yaitu pola makan baik sebanyak 5 orang (35%) dan pola makan kurang sebanyak 25 orang (65%). Distribusi Frekuensi Pola Makan Remaja dengan Gastritis sesudah Penggunaan Aplikasi *WhatsApp Group* di Kelurahan Sarua Indah Tahun 2021 yaitu pola makan baik sebanyak 30 orang (100%).

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai *Sig. (2-tailed)* atau *p-value* 0.000. keputusan dalam uji *Wilcoxon Signed Rank Test* jika nilai *sig* > 0,05 maka H_a ditolak dan H_0 diterima, dan jika nilai *sig* < 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh *whatsapp group* terhadap pola makan remaja perempuan yang mengalami gastritis di Kelurahan Sarua Indah Kota Tangerang Selatan tahun 2021.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa Distribusi Frekuensi Pola Makan Remaja dengan Gastritis sebelum Penggunaan Aplikasi *WhatsApp Group* di Kelurahan Serua Indah Tahun 2021 yaitu pola makan baik sebanyak 5 orang (10%) dan pola makan kurang sebanyak 25 orang (90%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oleh Widayani (2020) menunjukkan hasil sebelum penyuluhan dengan diberikan intervensi *whatsapp group* diperoleh skor terendah atau bernilai kurang sebanyak 55 responden (97%) dengan nilai 55,60. Adanya frekuensi atau jadwal makan yang tidak teratur dapat membuat pola makan menjadi buruk. Dimana timbul adanya kebiasaan sering tekat makan, lupa akan jadwal atau jam makan, sering menunda-nunda jadwal makan. Kemudian Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa Distribusi Frekuensi Pola Makan Remaja dengan Gastritis sesudah Penggunaan Aplikasi *WhatsApp Group* di Kelurahan Serua Indah Tahun 2021 yaitu pola makan baik sebanyak 30 orang (100%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Oleh Widayani (2020) menunjukkan hasil sesudah penyuluhan dengan *whatsapp group* didapat skor tertinggi 98,0 sebanyak 60 responden (100%). Hal ini dapat terjadi karena adanya jadwal pola makan yang teratur, dimana tepat akan jam sarapan, jam makan siang, jam makan sore dan jam makan malam. Adanya keteraturan pola makan dapat membuat pola makan menjadi lebih baik.¹⁰

Whatsapp merupakan obrolan aplikasi dimana saja, dan dapat mengirim baik itu pesan teks, gambar, suara, lokasi dan juga video kepada orang lain dengan menggunakan berbagai *smartphone* apapun. Dengan berkomunikasi melalui *whatsapp group* cukup sangat potensial untuk penyebaran informasi. Dengan adanya perkembangan informasi yang saat ini semakin gencar maka perlu diimbangi penyebaran dengan cepat. Dalam aplikasi *whatsapp group* terdapat dua media yang bisa digunakan untuk penyebaran informasi secara cepat yaitu boardcast dan grup.^{9,11}

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh aplikasi *whatsapp group* terhadap pola makan remaja perempuan yang mengalami gastritis di Kelurahan Serua Indah Kota Tangerang Selatan Tahun 2021 diketahui berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank* terhadap 30 responden yang sudah diberi perlakuan *WhatsApp Group*. Dapat diketahui nilai *p-value Sig (2 tailed)* sebesar 0,000 dimana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 maka diambil kesimpulan bahwa adanya pengaruh aplikasi *whatsapp group* terhadap pola makan remaja perempuan yang mengalami gastritis di Kelurahan Serua Indah Kota Tangerang Selatan Tahun 2021.¹¹

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gian (2020) pada 25 responden yang mengalami kurang asupan gizi yang diberikan intervensi melalui *WhatsApp Group* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan ($p=0,002$) yang artinya ada pengaruh dari *whatsapp group* terhadap asupan gizi.¹²

Menurut asumsi peneliti, dapat disimpulkan bahwa dalam mengatasi pola makan dapat dilakukan intervensi *whatsapp group* sebagai media dalam penanganan pola makan. Adanya pola makan yang buruk dapat berubah menjadi pola makan yang baik dengan adanya jadwal aturan pola makan didalam *whatsapp group* karena ketika remaja perempuan membuka aplikasi *WhatsApp Group* mereka akan melihat jadwal dimana saatnya untuk makan. Baik makan pagi, makan siang ataupun makan malam sehingga remaja perempuan dapat selalu mengingat akan jam makan. Hal ini dapat mengurangi atau menghilangkan kebiasaan pola makan yang buruk yang dimana mereka selalu lupa akan jadwal makan.¹³

Berdasarkan uraian diatas, bahwa ada pengaruh aplikasi *whatsapp group* terhadap pola makan remaja perempuan yang mengalami gastritis di Kelurahan Serua Indah Kota Tangerang Selatan Tahun 2021. Sesuai data yang didapat sebelum dilakukan intervensi *whatsapp group* terdapat 25 responden yang mengalami pola makan kurang dan 5 responden yang mengalami pola makan baik. Setelah dilakukan intervensi *whatsapp group* mengalami peningkatan yaitu terdapat 30 responden yang mengalami pola makan baik. *WhatsApp Group* ini merupakan salah satu intervensi yang sangat mudah dan efektif untuk dilakukan remaja perempuan dan dapat dikembangkan kedalam dunia Keperawatan, sehingga nantinya *Whatsapp group* dapat membantu remaja perempuan dalam mengatasi pola makan.^{14,15}

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden Pola makan sebelum dilakukan *WhatsApp Group* pada remaja perempuan di Kelurahan Serua Indah yaitu pola makan kurang sebanyak 25 orang (90%). makan sesudah dilakukan *WhatsApp Group* pada remaja perempuan di Kelurahan Serua Indah yaitu pola makan baik sebanyak 30 orang (100%). Adanya pengaruh *whatsapp group* terhadap pola makan remaja perempuan yang mengalami gastritis di Kelurahan Serua Indah Kota Tangerang Selatan tahun 2021 dengan nilai *p-value* 0.000.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu terselesaikannya penelitian ini

Pendanaan

Pendanaan dalam penelitian ini bersumber dari peneliti.

Daftar Pustaka

1. Lia RN. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kekambuhan Gastritis Di SMA N 1 Ngaglik. Univ Aisyiyah Yogyakarta. 2019;Hal 1-86.
2. Wahyuni SD, Rumpiati, LestaRiningsih REM. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Glob Heal Sci.* 2017;2(2):149–54.
3. Organization WH. World health statistics 2010. World Health Organization; 2010.
4. Riskesdas K. Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS). *J Phys A Math Theor.* 2018;44(8):1–200.
5. Dinkes Kota Tangerang Selatan. Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan Tahun 2017. 2017;1–127.
6. Y.f diliyana Y utam. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *J Nurs Care Biomol.* 2020;5(1):19–24.
7. Mahasiswa P, Menjalani Y, Kbk S. Hubungan Pola Makan Dengan Resiko Gastritis Pada Mahasiswa Yang Menjalani Sistem Kbk. *Jom Psik.* 2014;1.
8. Kesehatan FI, Surakarta UM. Gastritis Pada Remaja Di Pondok Al-Hikmah ., 2016;
9. Pustikayasa IM. Grup whatsapp sebagai media pembelajaran. *Widya Genitri J Ilm Pendidikan, Agama Dan Kebud Hindu.* 2019;10(2):53–62.
10. Ary Widayani LG. PENGARUH PENYULUHAN DENGAN MEDIA WHATSAPP GROUP TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG MAKANAN CEPAT SAJI PADA SISWA SMA NEGERI 8 DENPASAR. *Poltekkes Denpasar;* 2020.
11. Mustofa A, Suhartatik N. Meningkatkan Imunitas Tubuh Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Di Karangtaruna Kedunggupit, Sidoharjo, Wonogiri, Jawa Tengah. *SELAPARANG J Pengabd Masy Berkemajuan.* 2020;4(1):317.
12. Gian GG. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Podcast Dan Whatsapp Terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Dalam Pencegahan Anemia Pada Siswi SMAN 10 Padang Tahun 2020. *Universitas Andalas;* 2020.
13. Saputra MAS, Tamzil E. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Pasien di Puskesmas Pembina Palembang. 2020;1(1).
14. Munifa. Pola Makan dan Merokok Sebagai Faktor Risiko Kejadian Hipertiroid. 2011;
15. Aprillia Y. Gaya Hidup dan Pola Makan Terhadap Kejadian Hipertensi. *J Ilm Kesehat Sandi Husada.* 2020;12(2):1044–50.