

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU PENCEGAHAN GASTRITIS PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS PADJADJARAN****M. Akbar Bramasta^{1*}, Eka Afrima Sari², Adelse Prima Mulya³**¹⁻³Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email Korespondensi: akbar22005@mail.unpad.ac.id

Disubmit: 29 Januari 2026 Diterima: 10 September 2026 Diterbitkan: 01 Oktober 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i10.24856>**ABSTRACT**

Gastritis is one of the most common gastrointestinal disorders among college students, mainly due to irregular eating patterns and unhealthy lifestyles. Good knowledge is not always followed by optimal preventive behavior. Therefore, this study aimed to analyze the relationship between knowledge and gastritis preventive behavior among non-health students as a basis for developing appropriate promotive and preventive strategies. This study aims to determine the knowledge and preventive behavior of gastritis among non-health science students at Universitas Padjadjaran. This study used a descriptive, quantitative design. Data were collected online via Google Form from 360 students selected through two-stage cluster sampling. The validated and reliable questionnaires measured gastritis knowledge and preventive behavior. Univariate analyses presented frequency distributions and percentages. The results showed that most respondents had a good level of knowledge about gastritis (85%). However, the majority of gastritis preventive behavior were in the adequate category (90.8%). These findings indicate a gap between the level of knowledge and the application of gastritis preventive behavior in daily life. Most non-health students at Padjadjaran University have good knowledge of gastritis, but their preventive behaviors are still not optimal. Continuous education and health promotion efforts are needed to improve the implementation of gastritis preventive behavior.

Keywords: *Gastritis, Knowledge, Preventive Behavior, Non-Health Student.***ABSTRAK**

Gastritis merupakan salah satu gangguan saluran cerna yang banyak dialami oleh mahasiswa, terutama akibat pola makan tidak teratur dan gaya hidup yang kurang sehat. Pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti dengan perilaku pencegahan yang optimal, sehingga perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan gastritis sebagai dasar perencanaan upaya promotif dan preventif yang tepat pada mahasiswa non kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis pada mahasiswa non kesehatan Universitas Padjadjaran. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 360 mahasiswa non

kesehatan yang dipilih menggunakan teknik *two-stage cluster sampling*. Instrumen penelitian terdiri dari kuesioner pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan gastritis dalam kategori baik (85%). Namun, perilaku pencegahan gastritis mayoritas berada pada kategori cukup (90,8%). Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tingkat pengetahuan dan penerapan perilaku pencegahan gastritis dalam kehidupan sehari-hari. Sebagian besar mahasiswa non kesehatan Universitas Padjadjaran memiliki pengetahuan gastritis yang baik, namun perilaku pencegahan masih belum optimal. Diperlukan upaya edukasi dan promosi kesehatan yang berkelanjutan untuk meningkatkan penerapan perilaku pencegahan gastritis.

Kata Kunci: Gastritis, Pengetahuan, Perilaku Pencegahan, Mahasiswa Non Kesehatan.

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan salah satu gangguan pada sistem pencernaan yang sampai saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan di masyarakat dengan tingkat kejadian yang cukup tinggi. Kondisi ini ditandai dengan terjadinya peradangan pada lapisan mukosa lambung, yang dapat bersifat akut maupun kronis, dan berisiko berkembang menjadi penyakit yang lebih berat, apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat (Kadek et al., 2023). Data dari World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa angka kejadian gastritis di berbagai negara masih tergolong tinggi, termasuk di Indonesia yang mencapai 40,85% dari populasi (Nurdiani, 2019). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa gastritis bukan hanya masalah kesehatan individual, melainkan telah menjadi isu kesehatan masyarakat yang membutuhkan perhatian khusus, terutama dalam upaya promotif dan preventif.

Seiring berjalannya waktu, gastritis tidak lagi hanya dialami oleh orang dewasa atau lanjut usia, tetapi juga semakin sering ditemukan pada kalangan dewasa muda, terutama mahasiswa.

Berbagai studi mengungkapkan bahwa mahasiswa termasuk kelompok yang cukup rentan mengalami masalah lambung karena kebiasaan hidup yang cenderung tidak teratur. Temuan (Feyisa & Woldeamanuel, 2021) memperlihatkan bahwa sebagian besar kasus gastritis terjadi pada usia 18-28 tahun, yang umumnya merupakan masa produktif sekaligus masa perkuliahan. Hal ini mengindikasikan adanya perubahan pola penyakit, di mana gaya hidup modern, tuntutan akademik, serta kebiasaan makan yang berubah turut berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gastritis pada generasi muda.

Salah satu faktor penyebab gastritis pada mahasiswa adalah tingkat pengetahuan terkait penyakit tersebut. Pengetahuan yang memadai mengenai penyebab, gejala, dan cara pencegahan gastritis dapat mempengaruhi cara seseorang menjaga kesehatannya. Mahasiswa dengan pengetahuan yang baik cenderung mampu mengenali faktor risiko gastritis, seperti keterlambatan makan, konsumsi makanan pedas dan asam, stres, penggunaan obat antiinflamasi

nonsteroid, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol (Simbolon & Simbolon, 2022). Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa yang memiliki pengetahuan terbatas terkait gastritis, sehingga tetap melakukan perilaku yang berisiko memicu kekambuhan penyakit tersebut (Rosiani et al., 2020).

Selain pengetahuan, perilaku pencegahan juga menjadi faktor penting dalam menekan angka kejadian gastritis. Perilaku pencegahan mencakup kebiasaan menjaga pola makan teratur, memilih jenis makanan yang aman bagi lambung, mengelola stres, serta menghindari kebiasaan yang mengiritasi lambung, seperti kopi berlebihan dan merokok (Yuliarti, 2009). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa cukup mengetahui, perilaku mereka pencegahan yang diterapkan belum sepenuhnya optimal dan masih berada pada kategori sedang (Marbun & Manalu, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan saja belum tentu diikuti oleh perubahan perilaku yang konsisten dalam keseharian.

Cara mahasiswa berperilaku terhadap kesehatan, termasuk dalam upaya mencegah gastritis, tidak muncul begitu saja, melainkan dibentuk oleh banyak faktor. Green (1980) menjelaskan bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam diri, faktor yang mendorong tindakan, serta faktor yang mendukung terlaksananya perilaku tersebut. Faktor dari dalam diri mencakup pengetahuan, sikap, dan karakter pribadi, sedangkan faktor pendorong dan pendukung berkaitan dengan pengaruh lingkungan, kemudahan memperoleh layanan kesehatan, serta adanya dukungan dari tenaga kesehatan maupun orang-orang di sekitar (Notoatmodjo, 2010). Pada

mahasiswa non kesehatan, kurangnya paparan pendidikan kesehatan secara formal sering kali membuat pemahaman dan praktik pencegahan gastritis menjadi kurang optimal. Kondisi inilah yang mendasari perlunya penelitian untuk melihat bagaimana tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis pada mahasiswa non kesehatan, sehingga dapat menjadi acuan dalam menyusun program promotif dan preventif yang lebih tepat di lingkungan kampus.

KAJIAN PUSTAKA

Gastritis merupakan masalah pada lambung yang muncul akibat terjadinya peradangan pada lapisan pelindung bagian dalamnya. Kondisi ini sering kali berkaitan dengan kebiasaan makan yang kurang teratur, cara makan yang tergesa-gesa, serta konsumsi makanan atau minuman tertentu yang dapat memicu iritasi pada lambung (Kusnadi & Yundari, 2020). Gastritis dapat bersifat akut maupun kronis. Penyakit ini bisa terjadi dalam bentuk akut maupun kronis. Pada gastritis akut, gejala biasanya muncul secara mendadak dan kerap dipicu oleh penggunaan obat pereda nyeri, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, serta tekanan stres yang berat. Berbeda dengan itu, gastritis kronis berkembang secara perlahan dalam waktu yang lebih panjang dan sering dikaitkan dengan infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, yang jika dibiarkan dapat menyebabkan perubahan pada struktur dinding lambung (Firdausy et al., 2022).

Munculnya gastritis sangat dipengaruhi oleh kebiasaan dan gaya hidup sehari-hari. Pola konsumsi yang sering melibatkan makanan pedas, berlemak, terlalu asam, minuman bersoda, kopi, maupun alkohol dapat membuat lambung

lebih mudah teriritasi. Di sisi lain, tekanan stres yang terus-menerus, waktu istirahat yang kurang, serta kebiasaan makan yang tidak teratur juga turut memperbesar kemungkinan timbulnya keluhan gastritis (Marbun & Manalu, 2023). Perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sikap, dukungan lingkungan, serta akses terhadap layanan kesehatan, yang semuanya berkontribusi terhadap bagaimana individu menjaga kesehatannya sehari-hari (Nurdiani, 2019).

Pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan, termasuk dalam upaya pencegahan gastritis (Harmida et al., 2022). Semakin baik pemahaman seseorang tentang kesehatan dan faktor risiko penyakit, semakin besar kemungkinan ia menerapkan pola hidup yang lebih sehat. Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh pendidikan, pengalaman, usia, minat, serta akses terhadap informasi (Nurhaidah et al., 2021). Dalam penelitian kesehatan, pengetahuan biasanya diukur menggunakan kuesioner dan dikategorikan menjadi tingkat baik, cukup, atau kurang berdasarkan perolehan skor tertentu (Santi, 2019).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa non kesehatan program sarjana yang masih aktif dengan total populasi sebanyak 5.175 mahasiswa, yang dipilih menggunakan teknik *two-stage cluster* sampling. Penentuan jumlah sampel dilakukan berdasarkan rumus *Krejcie dan Morgan*, sehingga

diperoleh jumlah sampel sebanyak 360 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner online yang terdiri dari dua bagian. Bagian pertama mengevaluasi pengetahuan melalui 13 pertanyaan dengan skala Guttman, sementara bagian kedua menilai perilaku dengan 12 pertanyaan menggunakan skala Likert. Kuesioner ini sebelumnya telah diuji dan terbukti dapat diandalkan, dengan nilai Cronbach's Alpha 0,722 untuk aspek pengetahuan dan 0,680 untuk aspek perilaku (Irawati, 2022).

Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 5 Januari - 15 Januari 20225 dengan pengumpulan data dilakukan melalui Google Form setelah memperoleh Uji etik penelitian yang dilakukan di Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani dengan nomor 086/KEPK/FITKes-Unjani/XII/2025 dan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Universitas Padjadjaran Fakultas Keperawatan dengan Nomor: 6073-6077/UN6.L.1/PT.00/2025. Data dianalisis dengan sistem univariat secara sederhana untuk melihat sebaran dan persentase tiap variabel.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana mahasiswa non kesehatan di Universitas Padjadjaran memahami dan menerapkan langkah langkah pencegahan gastritis, dengan pengumpulan data yang berlangsung pada Januari 2025, melibatkan 360 mahasiswa dari berbagai fakultas.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 360)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	165	45,8%
Perempuan	195	54,2%
Angkatan		
2022	96	26,7%
2023	78	21,7%
2024	92	25,6%
2025	94	26,1%
Fakultas		
Teknik Geologi	60	16,7%
Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam	61	16,9%
Peternakan	59	16,4%
Perikanan dan Ilmu Kelautan	60	16,7%
Hukum	60	16,7%
Ilmu Sosial dan Ilmu Politik	60	16,7%
Riwayat Gastritis		
Memiliki diagnosis gastritis	57	15,8%
Keluarga memiliki riwayat gastritis	40	11,1%
Tidak memiliki riwayat gastritis	263	73,1%
Pernah Mendapatkan Informasi Gastritis		
Ya	203	56,4%
Tidak	157	43,6%
Total	360	100%

Dari data yang diperoleh, sebagian besar responden adalah perempuan, yakni 195 mahasiswa atau sekitar 54,2%. Jumlah responden dari tiap angkatan relatif seimbang, dengan angkatan 2022 menjadi yang terbanyak, yaitu 96 mahasiswa atau 26,7%. Mereka berasal dari enam fakultas non kesehatan, dengan proporsi yang

hampir merata. Sebagian besar peserta tidak memiliki riwayat gastritis, sekitar 263 mahasiswa atau 73,1%, sementara lebih dari setengahnya, yakni 203 mahasiswa atau 56,4%, pernah mendapatkan informasi tentang gastritis baik melalui media sosial maupun sumber resmi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Gastritis pada Mahasiswa Non Kesehatan Universitas Padjadjaran (n = 360)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	306	85,0%
Cukup	39	10,8%
Kurang	15	4,2%
Total	360	100%

Hasil data menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik tentang gastritis, yaitu sekitar 85%.

Sementara itu, sebagian kecil berada pada tingkat pengetahuan cukup, sekitar 11%, dan hanya sedikit yang

tergolong memiliki pengetahuan rendah, yakni sekitar 4%.

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Gastritis Berdasarkan Riwayat Penerimaan Informasi (n = 360)

Pernah Mendapatkan Informasi	Baik	Cukup	Kurang	Total
Ya	176 (86,7%)	23 (11,3%)	4 (2,0%)	203 (100%)
Tidak	130 (82,8%)	16 (10,2%)	11 (7,0%)	157 (100%)
Total	306 (85%)	39 (10,8%)	15 (4,2%)	360 (100%)

Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa dengan pengetahuan baik mengenai gastritis, sekitar 176 orang atau 86,7%, adalah mereka yang sebelumnya pernah menerima informasi terkait kondisi ini. Meski

begitu, kelompok mahasiswa yang belum pernah mendapatkan informasi tetap menunjukkan tingkat pengetahuan baik yang cukup tinggi, walaupun kategori pengetahuan rendah lebih banyak ditemukan di antara mereka.

Gambaran Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa Universitas Padjadjaran

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Gastritis (n = 360)

Perilaku Pencegahan	Frekuensi	Persentase
Baik	21	5,4%
Cukup	327	90,8%
Kurang	12	3,3%
Total	360	100%

Berdasarkan Tabel 4, sebagian besar mahasiswa berada pada kategori perilaku pencegahan gastritis cukup, yaitu sebanyak 327 mahasiswa (90,8%). Sementara itu,

mahasiswa dengan perilaku pencegahan baik hanya berjumlah 21 orang (5,4%), dan kategori perilaku kurang ditemukan pada 12 mahasiswa (3,3%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Pola Makan Mahasiswa (n = 360)

Pola Makan	Kategori	Frekuensi	Persentase
Makan tidak teratur	Selalu	38	10,6%
	Sering	121	33,6%
	Kadang-kadang	182	50,6%
	Tidak Pernah	19	5,3%
Makan tepat waktu saat banyak tugas	Selalu	17	8,3%
	Sering	84	23,3%

	Kadang-kadang	229	63,6%
	Tidak Pernah	17	4,7%
Total		360	100%

Dari hasil yang diperoleh, terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa masih memiliki pola makan yang belum konsisten. Perilaku makan yang tidak teratur paling banyak dilaporkan kadang-kadang, yaitu oleh 182 mahasiswa atau sekitar 50,6%, sementara yang

sering mengalami pola makan tidak teratur mencapai 121 mahasiswa atau 33,6%. Selain itu, kebiasaan menjaga waktu makan saat sedang banyak tugas juga sebagian besar terjadi kadang-kadang, dengan 229 mahasiswa atau sekitar 63,6% melaporkan hal tersebut.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Jenis Makanan yang Dikonsumsi ($n = 360$)

Jenis Makanan	Kategori	Frekuensi	Persentase
Konsumsi makanan pedas	Selalu	32	8,9%
	Sering	132	36,7%
	Kadang-kadang	173	48,1%
	Tidak Pernah	23	6,4%
Total		360	100%

Berdasarkan Tabel 6, konsumsi makanan pedas pada mahasiswa masih cukup tinggi. Sebagian besar responden mengonsumsi makanan pedas dalam kategori kadang-kadang sebanyak 173 mahasiswa (48,1%),

sementara kategori sering ditemukan pada 132 mahasiswa (36,7%), dan hanya sebagian kecil yang menyatakan tidak pernah mengonsumsi makanan pedas

PEMBAHASAN

Gambaran Pengetahuan Gastritis pada Mahasiswa Universitas Padjadjaran

Hasil penelitian menunjukkan kebanyakan mahasiswa non kesehatan di Universitas Padjadjaran memiliki pemahaman yang cukup mengenai gastritis mengenai gastritis dalam kategori baik, yaitu sebesar 85%. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum responden telah memahami konsep dasar gastritis, mulai dari pengertian, faktor risiko, hingga upaya pencegahannya. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian (Pratiwi et al., 2024) yang melaporkan bahwa 82% mahasiswa kesehatan di STIKES Surya Global Yogyakarta memiliki pengetahuan

gastritis yang baik. Temuan serupa juga diperoleh oleh Harmida et al., (2022) yang menyatakan bahwa 86,3% responden berada pada kategori pengetahuan baik. Kesamaan hasil ini mengindikasikan bahwa pengetahuan tentang gastritis relatif mudah diperoleh, terutama melalui akses informasi yang semakin luas.

Tingginya tingkat pengetahuan responden tidak terlepas dari peran berbagai faktor yang memengaruhi pembentukan pengetahuan, khususnya akses terhadap informasi. Berdasarkan hasil penelitian, sebesar 86,7% mahasiswa dengan pengetahuan baik menyatakan pernah mendapatkan informasi mengenai gastritis, baik melalui

pendidikan formal maupun media. Hal ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa sejumlah besar responden memiliki pemahaman yang cukup mengenai gastritis. Selain itu, pemahaman seseorang juga dipengaruhi oleh berbagai sumber informasi, baik dari pendidikan formal, media, maupun interaksi dengan lingkungan sosial di sekitarnya, berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman individu terhadap suatu masalah kesehatan.

Pengetahuan seseorang tidak hanya terbentuk dari pengalaman pribadi, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai sumber eksternal, seperti lingkungan belajar, interaksi sosial, pengalaman hidup, serta paparan informasi melalui media cetak dan elektronik (Wawan & Dewi, 2010). Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa non kesehatan Universitas Padjadjaran memiliki peluang yang cukup besar untuk mengakses informasi kesehatan, sehingga tingkat pengetahuan yang baik dapat tercapai. Tingginya pengetahuan ini menjadi modal awal yang penting dalam mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik, meskipun dalam praktiknya belum selalu sejalan dengan perilaku yang ditampilkan.

Gambaran Perilaku Pencegahan Gastritis pada Mahasiswa Universitas Padjadjaran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku pencegahan gastritis dalam kategori cukup, yaitu sebesar 90,8%. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun tingkat pengetahuan mahasiswa mengenai gastritis tergolong baik, namun hal tersebut belum sepenuhnya diikuti oleh perilaku pencegahan yang optimal. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Harmida

et al., (2022) yang melaporkan bahwa 73% responden memiliki perilaku pencegahan gastritis dalam kategori cukup, meskipun tingkat pengetahuan berada pada kategori baik. Penelitian Marbun & Manalu, (2023) juga menemukan hasil serupa, yaitu hampir sebagian besar responden (74%) berada pada kategori perilaku pencegahan sedang.

Salah satu bentuk perilaku pencegahan gastritis yang penting adalah menjaga pola makan dan jenis makanan yang dikonsumsi. Berdasarkan analisis kuesioner perilaku pencegahan gastritis, masih ditemukan kebiasaan hidup yang kurang mendukung kesehatan lambung. Pada item pertanyaan mengenai makan tidak teratur, hampir setengah responden berada pada kategori sering (33,6%), dan sebagian besar lainnya berada pada kategori kadang-kadang (59,6%). Selain itu, pada pertanyaan terkait kebiasaan makan tepat waktu meskipun sedang banyak tugas, sebagian besar responden menjawab kadang-kadang (63,6%). Temuan ini menunjukkan bahwa tuntutan aktivitas akademik dapat memengaruhi keteraturan pola makan mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Harmida et al., (2022) yang menunjukkan bahwa 57,8% responden memiliki pola makan tidak teratur, khususnya terlambat makan setiap hari. Selain pola makan, jenis makanan yang dikonsumsi juga berperan penting dalam pencegahan gastritis. Dalam penelitian ini, hampir setengah responden mengonsumsi makanan pedas dalam kategori sering (36,7%), yang diketahui dapat memicu iritasi lambung. Temuan ini sejalan dengan penelitian Harmida et al. (2022) yang melaporkan bahwa 44,6% responden sering mengonsumsi makanan bercita rasa pedas.

Pola makan yang tidak teratur serta konsumsi makanan yang berpotensi mengiritasi lambung dapat meningkatkan risiko terjadinya gastritis. Hal ini sejalan dengan penelitian Li et al., (2010) yang menyatakan bahwa keterlambatan waktu makan dapat memicu peningkatan produksi asam lambung secara berlebihan. Selain itu, makanan dengan tekstur kasar atau mengandung banyak bumbu, seperti makanan pedas, makanan asam, mie instan, serta bahan seperti merica dan cengkeh, dapat menyebabkan iritasi pada mukosa lambung. Dengan demikian, meskipun pengetahuan mahasiswa tergolong baik, penerapan perilaku pencegahan gastritis masih perlu ditingkatkan melalui perubahan kebiasaan sehari-hari yang lebih konsisten.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya. Pertama, pengumpulan data dilakukan secara daring, sehingga peneliti tidak dapat melakukan pengawasan secara langsung terhadap responden. Kondisi ini memungkinkan responden untuk mencari informasi dari sumber lain, seperti internet, saat mengisi kuesioner, sehingga jawaban yang diberikan belum tentu sepenuhnya mencerminkan pengetahuan dan perilaku yang sebenarnya.

Kedua, variabel perilaku pencegahan gastritis dalam penelitian ini belum dikaji secara lebih spesifik, seperti konsumsi kafein, tingkat stres, serta faktor gaya hidup lain yang berpotensi memengaruhi kejadian gastritis. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variabel yang lebih

luas dan metode pengumpulan data yang lebih mendalam.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa non kesehatan di Universitas Padjadjaran memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang gastritis, yang mereka peroleh melalui pendidikan formal maupun informasi dari media. Meski begitu, pemahaman tersebut belum selalu tercermin dalam perilaku pencegahan yang konsisten. Banyak mahasiswa masih menunjukkan pola hidup yang kurang teratur, terutama terkait waktu makan dan pilihan makanan yang berpotensi mengiritasi lambung, seperti makanan pedas, sehingga terdapat jarak antara pengetahuan yang dimiliki dan tindakan nyata sehari-hari.

Berdasarkan temuan ini, disarankan agar upaya promotif dan preventif diperkuat melalui kerja sama antara tenaga kesehatan, pihak universitas, dan layanan kesehatan kampus. Edukasi kesehatan sebaiknya dilakukan secara rutin, dengan pendekatan yang praktis dan sesuai konteks mahasiswa, misalnya melalui media sosial atau program skrining kesehatan, sehingga mahasiswa tidak hanya memperoleh informasi tentang gastritis, tetapi juga mampu menerapkannya secara konsisten dalam pola makan, pemilihan makanan, dan gaya hidup sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

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), E0246619.
- Firdausy, A. I., Amanda, K. A., Alfaeni, S. W., Amalia, N., Rahmani, N. A., & Nasution, A. S. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun. *Contagion: Scientific Periodical Journal Of Public Health And Coastal Health*, 3(2), 75-86.
- 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 Barat [Nursing Students'knowledge And Behavior Of Gastritis Prevention In One Private University In Western Indonesia]. *Nursing Current: Jurnal Keperawatan*, 10(1), 1-10.
- Irawati, Y. (2022). *Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Pencegahan Penyakit Gastritis Pada Mahasiswa Diii Farmasi Itsk Dr. Soepraoen*. Itsk Rs Dr. Soepraoen.
- Kadek, N. N., Purnamayanti, D., Kep, S., & Kep, M. (2023). *Pengantar Keperawatan Medikal Bedah (Konsep Dan Praktik)*. Wwww.Sonpedia.Com
- Kusnadi, E., & Yundari, D. T. (2020). Hubungan Stres Psikologis Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisurupan. *Jurnal Medika Cendikia*, 7(1), 28-34.
- Li, Z., Zou, D., Ma, X., Chen, J., Shi, X., Gong, Y., Man, X., Gao, L., Zhao, Y., & Wang, R. (2010). Epidemiology Of Peptic Ulcer Disease: Endoscopic Results Of The Systematic Investigation Of Gastrointestinal Disease In China. *Official Journal Of The American College Of Gastroenterology* | *Acg*, 105(12), 2570-2577.
- Marbun, D. S. H., & Manalu, N. V. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Ii. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 855-860.
<https://doi.org/10.37287/Jp.pp.V5i2.1620>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta, 2010.
- Nurdiani, E. (2019). Upaya Meningkatkan Pemeliharaan Kesehatan Keluarga Dengan Jus Aloe Vera Untuk Mengatasi Nyeri Gastritis. *Diii Keperawatan*.
- Nurhaidah, F. S., Anugrah, S. D., Putri, A. F., R Tukloy, W. D., Shofa, K. N., Khairunnisa, S., Primadani, L. H., Wahyudi, T., Kamaruzzaman, A. R., & Nita, Y. (2021). Pengetahuan Mahasiswa Universitas Airlangga Mengenai Dispepsia, Gastritis, Dan Gerd Beserta Antasida Sebagai Pengobatannya. In *Jurnal Farmasi Komunitas* (Vol. 8, Issue 2).
- Pratiwi, D. A. B., Salma, A., Tursilowati, S. Y., Efendi, Y. N., & Sambodo, D. K. (2024). Korelasi Pengetahuan Dengan Perilaku Mahasiswa Terhadap Gastritis. *Health Sciences And Pharmacy Journal*, 8(1), 82-88.
- Rosiani, N., Bayhakki, B., & Indra, R. L. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Gastritis Dengan Motivasi Untuk Mencegah Kekambuhan Gastritis: Bahasa Indonesia. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu*

- Keperawatan (Journal Of Nursing Sciences)*, 9(1), 10-18.
- Santi, G. B. (2019). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi Keperawatan Poltekkes Rs Dr. Soepraoen Malang (Doctoral Dissertation, Poltekkes Rs Dr. Soepraoen)*.
- Simbolon, P., & Simbolon, N. (2022). *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa. Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 12-20.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2010). *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika*, 12.
- Yuliarti, N. (2009). *Maag Kenali, Hindari, Dan Obati. Yogyakarta: Andi*.