

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada era modern ini, gaya hidup merupakan salah satu hal yang mendasar yaitu perilaku seseorang dalam masyarakat dan suatu yang dibudayakan oleh setiap orang. Gaya hidup seseorang dapat menentukan kualitas hidup dan kesehatan tubuhnya. Seseorang yang memiliki gaya hidup sehat seperti pola makan, pikiran, dan kebiasaan olahraga yang baik akan membuat tingkat kesehatan seseorang menjadi baik sehingga kualitas hidup pun meningkat. Sebaliknya, gaya hidup yang tidak sehat seperti stres, kurang berolahraga dan perilaku merokok akan memperburuk kondisi kesehatan (Khairunnisa dkk., 2015) serta aspek tidur yang cukup juga masih sangat kurang karena aktivitas manusia semakin lama semakin meningkat (Fenny dan Supriatmo, 2016).

Gastritis adalah salah satu dari berbagai penyakit yang timbul akibat gaya hidup manusia yang tidak baik. Gastritis merupakan inflamasi atau peradangan pada mukosa lambung. Gastritis dapat ditandai dengan rasa tidak nyaman pada perut bagian atas, mual, muntah, nafsu makan menurun atau sakit kepala. Gastritis umumnya disebabkan oleh bakteri *Helicobacter pylori* (Hp) dan masuk ke dalam tubuh manusia melalui makanan (Erawan dkk., 2017). Salah satu dampak pada gastritis adalah gangguan penyerapan vitamin B12 (Suryono dan Meilani, 2016) dimana vitamin B12 merupakan zat gizi yang berperan penting dalam menjaga kesehatan saraf (Triantari, 2011). Gangguan penyerapan vitamin B12 mengakibatkan jumlah berkurang dalam tubuh sehingga dapat terjadi gangguan kejiwaan yang disebabkan kerusakan saraf seperti kekacauan mental, perubahan memori, memperlambat kognitif, gangguan mood, kelelahan dan lain-lain (Simamora, 2019). Sedangkan masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual terjadi pada masa remaja (Kemenkes, 2015)

Berdasarkan profil kesehatan Indonesia tahun 2014, gastritis termasuk ke dalam sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit di Indonesia yaitu 4,9% (Kemenkes, 2015). Lalu kasus kematian akibat penyakit gastritis di Indonesia

berada di urutan ke 4 pada penyebab kematian umum di Indonesia setelah kanker (Surkesnas, 2013). Menurut survei yang dilakukan pada masyarakat Jakarta pada tahun 2014 mendapatkan bahwa responden dengan masalah gastritis mencapai 60% (Erawan dkk.,2017). Gastritis sendiri juga merupakan salah satu penyakit yang umumnya diderita oleh kalangan remaja (Novitasary dkk., 2017).

Remaja menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) adalah penduduk yang berusia 10 sampai 24 tahun. Ada pula yang mengatakan remaja saat ini termasuk ke dalam generasi pascamilenial atau generasi Z yaitu yang lahir pada tahun 1996 sampai 2010. Generasi ini mengalami *social networking addiction* atau perilaku kecanduan media sosial yang ditandai dengan perilaku terfokus pada gadget yang juga merupakan bagian dari gaya hidup (Pratikto dan Kristanty, 2017).

Beberapa data dari hasil sebuah penelitian menunjukkan sebanyak 87% responden yang memiliki pola makan buruk mengalami gastritis, 73,2% responden yang mengalami stres dan gastritis, dan 50% responden yang merokok mengalami gastritis (Novitasary, dkk., 2017). Penelitian lain juga menunjukkan 12,5% responden yang meminum alkohol mengalami gastritis (Sani, dkk., 2016).

Kesehatan merupakan komponen penting dalam kehidupan sehingga tidak ada seorang pun yang ingin sakit. Namun seringkali penyakit datang dengan tiba-tiba karena manusia lalai menjaga kesehatannya. Tanpa disadari bahwa gaya hidup sehari-hari yang menyebabkan seseorang jatuh sakit seperti makan serba enak, malas bergerak dan lainnya (Suharjana, 2012). Dalam Islam, kaum Muslimin yang sedang sakit wajib hukumnya untuk berobat, hal ini sesuai dengan hadits berikut:

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ، فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءِ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ

Artinya:

“Semua penyakit ada obatnya. Apabila sesuai antara obat dan penyakitnya, maka (penyakit) akan sembuh dengan izin Allah SWT.” (HR: Muslim).

Salah satu obatnya adalah menjalani gaya hidup sehat seperti olahraga teratur, tidur cukup, bebas rokok, tidak mengonsumsi alkohol, serta makan sehat dan teratur (Suharjana, 2012), seperti yang terdapat pada ayat berikut:

ثُمَّ كُلِي مِنْ كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْأَلِي رَبَّكَ دُلَّالًا يُخْرِجُ مِنْ بَطْنِهَا شَرَابًا مُخْتَلِفًا أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ

لِلنَّاسِ ۗ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya:

“Kemudian makanlah dari tiap-tiap (macam) buah-buahan dan tempuhlah jalan Tuhanmu yang telah dimudahkan (bagimu). Dari perut lebah itu ke luar minuman (madu) yang bermacam-macam warnanya, di dalamnya terdapat obat yang menyembuhkan bagi manusia. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda (kebesaran Tuhan) bagi orang-orang yang memikirkan.” (QS: An-Nahl (16) : 69).

Selanjutnya, sesuai dengan penelitian yang telah disebutkan sebelumnya bahwa data dipublikasikan pada 3-4 tahun lalu sehingga belum terdapat keterbaruan. Lalu belum lengkapnya aspek dalam gaya hidup yang dipaparkan oleh peneliti-peneliti tersebut. Serta belum adanya data pada remaja di Jakarta. Maka berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan tersebut, penulis ingin meneliti mengenai hubungan gaya hidup dan kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta dan tinjauannya menurut pandangan islam.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.2.1 Bagaimana hubungan gaya hidup dan kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta?
- 1.2.2 Manakah aspek gaya hidup yang paling mempengaruhi kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta?
- 1.2.3 Bagaimana gaya hidup pada remaja yang dapat menimbulkan kejadian gejala gastritis menurut pandangan islam?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana hubungan gaya hidup dan kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui hubungan gaya hidup seperti pola makan, stres, aktivitas fisik, pola tidur, merokok, dan mengkonsumsi minuman beralkohol dengan kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta.
- Mengetahui aspek gaya hidup yang paling mempengaruhi kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta.
- Mengetahui bagaimana gaya hidup remaja yang dapat menimbulkan kejadian gejala gastritis menurut pandangan islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan bagaimana hubungan gaya hidup dan gejala kejadian gastritis pada remaja di DKI Jakarta.

1.4.2 Manfaat Praktis

- Manfaat bagi Peneliti
 - 1) Sebagai salah satu syarat kelulusan untuk menyelesaikan program pendidikan program studi sarjana kedokteran Universitas YARSI.
 - 2) Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan mengenai keterhubungan gaya hidup dan kejadian gejala gastritis serta aspek gaya hidup mana yang paling mempengaruhi kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta.

- Manfaat bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi para peneliti lain untuk melanjutkan penelitian yang sudah dijalankan dan dapat memberikan informasi bagi pembaca tentang bagaimana hubungan gaya hidup dan kejadian gejala gastritis pada remaja di DKI Jakarta.