

Peningkatan *Self Management* Penyakit Gastritis Melalui Gastroeduweb Pada Remaja

Nian Afrian Nuari¹, Dhina Widayati*¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKES Karya Husada Kediri, Kediri 64225, Indonesia

*Penulis Korespondensi: Dhina Widayati, Email: budinawida@gmail.com

Diterima: 27 Agustus 2021 | Disetujui: 09 Desember 2021 | Dipublikasikan: 30 Desember 2021

Abstrak

Latar Belakang dan Tujuan: Gastritis merupakan salah satu jenis keluhan sistem pencernaan yang sering dialami remaja dengan tingkat kekambuhan yang tinggi. Angka kejadian kekambuhan penyakit gastritis pada remaja cenderung meningkat karena kurangnya *self management* yang kurang optimal. Media penyampaian edukasi kesehatan berbasis web yang dikemas dalam bentuk GASTROEDUWEB pada sasaran remaja dapat menjadi solusi alternatif dalam meningkatkan pengetahuan. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh GASTROEDUWEB terhadap *self management* gastritis pada remaja.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain pre eksperimen dengan dua variabel yakni GASTROEDUWEB (variabel *independent*) dan *self management* gastritis (variabel *dependent*). Besar sampel sejumlah 40 remaja SMA yang diperoleh melalui *purposive sampling*. Data *self management* diukur menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan *wilcoxon sign rank test* pada α 0,05.

Hasil: *Self management* gastritis pada sebagian responden sebelum pemberian GASTROEDUWEB dalam kategori kurang dan setelah pemberian intervensi terjadi peningkatan, yakni hampir seluruh responden dalam kategori cukup. Nilai *p value* = 0,001, menunjukkan terdapat pengaruh pemberian GASTROEDUWEB terhadap *self management* gastritis pada remaja.

Simpulan dan Implikasi: GASTROEDUWEB dapat meningkatkan *self management* gastritis pada remaja. Penyampaian informasi yang dikemas melalui media berbasis web dapat meningkatkan motivasi remaja untuk memperoleh informasi berkaitan dengan manajemen gastritis. Desain yang menarik dan juga dapat diakses melalui gadget di manapun dan kapanpun dari media ini juga dapat meningkatkan pengetahuan remaja sehingga dapat melakukan *self management* gastritis untuk mencegah kekambuhan penyakit ini. GASTROEDUWEB dapat digunakan sebagai salah satu media penyampaian edukasi kesehatan terutama pada sasaran remaja.

Kata Kunci: Gastritis; GASTROEDUWEB; Remaja; *Self Management*

Sitasi: Nuari, N.A & Widayati, D. (2021). Peningkatan self management penyakit gastritis melalui gastroeduweb pada remaja. *The Indonesian Journal of Health Science*. 13(2), 141-151. DOI: 10.32528/ijhs.v13i2.5826.

Copyright: ©2021 Nuari, et.al. This is an **open-access** article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

Diterbitkan Oleh: Universitas Muhammadiyah Jember

ISSN (Print): 2087-5053

ISSN (Online): 2476-9614

Abstract

Background and Aim: Gastritis is one type of digestive system complaints that are often experienced by adolescents with a high recurrence rate. The incidence of recurrence of gastritis in adolescents tends to increase due to the lack of self-management that is less than optimal. Media for delivering web-based health education packaged in the form of GASTROEDUWEB to target adolescents can be an alternative solution in increasing knowledge. This study aims to determine the effect of GASTROEDUWEB on self-management of gastritis in adolescents.

Methods: Pre experiment design with a one group pre-post design approach became the design in this study. The variables in this study were GASTROEDUWEB (independent variable) and self management gastritis (dependent variable). The sample size were 40 student of senior high school obtained by purposive sampling. Self-management data was measured using a questionnaire and analyzed using the Wilcoxon sign rank test at 0.05.

Results: Some respondents had gastritis self-management before the intervention in the less category and after the intervention there was an increase, almost all of respondents were in the sufficient category. P value = 0.001 from the wilcoxon signed rank test, indicating that there is an effect of giving GASTROEDUWEB on self-management of gastritis in adolescents.

Conclusion: GASTROEDUWEB can improve self-management of gastritis in adolescents. Submission of information packaged through web-based media can increase the motivation of adolescents to obtain information related to gastritis management. An attractive design can also be accessed through gadgets anywhere and anytime from this media can also increase adolescent knowledge so that they can do self-management of gastritis to prevent recurrence of this disease. This research is expected to be one of the alternative media for delivering health education, especially to adolescence.

Keywords: Adolescence; Gastritis; GASTROEDUWEB; Self Management

PENDAHULUAN

Gastritis merupakan salah satu gangguan pada sistem pencernaan yang dapat bersifat kronik dan dapat diderita oleh berbagai rentang usia tidak terkecuali remaja (Nuari, 2015). Pada penatalaksanaan suatu penyakit, terutama untuk penyakit yang bersifat kronik diperlukan *self management* untuk mencegah dan meminimalkan kekambuhan. *Self management* merupakan suatu perilaku yang menekankan pada peran dan tanggung jawab individu dalam pengelolaan penyakitnya sendiri (G. Kisokanth, 2014). Keterlibatan individu secara aktif dalam mempertahankan dan

meningkatkan kesehatan melalui pengambilan keputusan terkait program khusus untuk pengobatannya, mengadakan relasi dengan beberapa pihak terkait yang dapat membantu mengatasi permasalahan yang dialami dalam upaya meningkatkan dan mempertahankan kesehatan melalui pengetahuan yang baik sehingga merasa mampu dan mempunyai rasa percaya diri dalam pengelolaan kesehatannya (Kusnanto, Sundari, Asmoro, & Arifin, 2019).

Self-management pada remaja erat kaitannya dengan pengalaman dalam menghadapi suatu penyakit atau

masalah spesifik tentang kesehatannya (Lynn, 2018). *Self-management* memungkinkan remaja untuk dapat meningkatkan keterampilan dalam memecahkan masalah, meningkatkan keyakinan diri (*self-efficacy*) dan juga pengetahuan (Perkeni, 2015). Remaja dengan penyakit gastritis dapat melakukan pengelolaan penyakitnya secara mandiri dengan menerapkan perilaku hidup sehat yakni: menjaga pola makan, melaksanakan aktifitas fisik dengan berolahraga yang cukup dan tidak merokok. Hal ini dapat mencegah, mengendalikan serta mengurangi dampak penyakit yang dideritanya (D Widayati, 2020).

Berdasarkan kriteria waktu, penyakit gastritis yang ditandai dengan keluhan utama rasa nyeri pada bagian perut bawah sebelah kiri dapat terjadi secara tiba-tiba, yang biasanya kita kenal dengan gastritis akut atau dapat pula terjadi dalam kurun waktu lama secara bertahap yang kita kenal dengan gastritis kronis (LeMone, P. Burke, M.K. Bauldff, 2015). Mayoritas kondisi kerusakan lambung pada penderita kasus gastritis tidak terjadi secara permanen, akan tetapi nyeri pada bagian lambung yang diakibatkan oleh adanya iritasi pada mukosa lambung seringkali dirasakan secara berulang atau mengalami kekambuhan dan respon yang ditunjukkan oleh penderita tersebut adalah nyeri hebat pada area ulu hati (Ehrlich, 2011). Apabila penyakit gastritis tidak mendapat penanganan yang baik maka dapat menimbulkan perdarahan dan luka pada bagian lambung yang biasanya dialami oleh penderita gastritis kronis (Made, 2013).

Kejadian penyakit gastritis di Indonesia cukup tinggi dengan pravelensi 274.396 (Budiana dalam

Syamsu, 2017). Pada tahun 2016, terdapat 58.116 kasus gastritis di Jawa Timur atau mencapai 44,5% (Dinkes Jatim, 2016). Berdasarkan dari data Dinas Kesehatan Kota Nganjuk, jumlah penderita penyakit gastritis pada tahun 2017 sebesar 35.487 orang (Dinkes Nganjuk, 2017). Penyakit gastritis dapat dialami oleh berbagai tingkatan usia, tidak terkecuali pada remaja yang disebabkan oleh pola makan yang kurang teratur akibat banyaknya kegiatan di kelas (Susilowati & Hasan, Hariri, 2019).

Data studi pendahuluan pada bulan Februari 2021 di SMA Negeri 3 Nganjuk terhadap 10 siswa didapatkan 40% siswa-siswi memiliki riwayat gastritis dan 70% diantaranya belum memahami manajemen gastritis dengan baik. Berdasarkan wawancara didapatkan mayoritas siswa mempunyai riwayat menyukai makanan pedas, minuman bersoda dan kopi, serta mempunyai pola makan tidak teratur. Aktivitas harian dan tugas sekolah yang padat menyebabkan pola makan tidak teratur, selain itu tugas sekolah yang banyak juga seringkali berdampak pada aspek psikologis, yakni stres. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait pengelolaan gastritis secara mandiri dapat dilakukan melalui edukasi dengan pendekatan berbasis web. Intervensi ini sejalan dengan situasi pandemi covid 19 yang saat ini masih dialami oleh banyak negara, termasuk Indonesia. Edukasi berbasis website dapat mengurangi kontak fisik karena edukasi bisa dilakukan dari rumah lewat media handphone. Remaja lebih tertarik membaca dan belajar melalui handphone. Informasi melalui website dapat diakses dimanapun dan kapanpun oleh remaja

sehingga mereka lebih mengerti tentang informasi yang mereka butuhkan terkait pengelolaan gastritis. Pada era modern seperti ini internet lebih mudah diakses oleh masyarakat sehingga informasi lebih cepat didapatkan dari internet. Penelitian yang dilakukan oleh (Eka Novitayanti, 2020) di SMA menunjukkan hasil sebagian besar siswa mengabaikan pola makan yang teratur sebagai upaya pencegahan penyakit gastritis.

Self-management dapat dilakukan oleh remaja dalam upaya mencegah kekambuhan gastritis. Kegiatan ini dapat dilakukan dengan baik manakala remaja memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan kekambuhan gastritis. Upaya dalam meningkatkan pengetahuan remaja terkait pengelolaan dan pencegahan gastritis secara mandiri dapat diberikan melalui edukasi berbasis website yang dikemas dengan nama GASTROEDUWEB yang berisi informasi mengenai gastritis dan pengelolaannya. Penyampaian informasi dengan website ini sangat tepat karena sekarang hampir semua orang memiliki media elektronik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh GASTROEDUWEB terhadap *self management* gastritis pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain pra eksperimen dan melibatkan sejumlah 40 remaja SMA sebagai responden yang diperoleh melalui *purposive sampling*. Terdapat dua Variabel dalam penelitian ini yakni GASTROEDUWEB sebagai variabel independen dan *self management* gastritis sebagai variabel dependennya. Kriteria inklusi dalam penelitian ini

yakni: Remaja kelas XI yang memiliki riwayat gastritis dan berusia 15 tahun - 18 tahun, sedangkan kriteria eksklusinya adalah remaja kelas XI yang memiliki riwayat gastritis dan memiliki riwayat sakit tipoid, desminore dan diare. Intervensi GASTROEDUWEB diberikan 2 kali dalam seminggu selama 30 menit. Responden diberikan link untuk membuka web dan pada pertemuan sebelumnya telah dijelaskan untuk proses membuka web dan waktu membaca web tersebut. Proses koordinasi dilakukan melalui grup whatsapp. Materi GASTROEDUWEB berisi tentang konsep gastritis yang terdiri dari: definisi, etiologi, faktor risiko, faktor pemicu kekambuhan, dan cara yang dilakukan agar gastritis tidak kambuh. Data *self management* gastritis pre dan post diukur menggunakan kuesioner. Kuesioner tersebut memuat komponen mengenai: pola makan, pemakaian obat-obatan, manajemen stress dan aktivitas (*exercise*). Selanjutnya data tersebut dianalisis dengan uji *wilcoxon Sign Rank Test* dengan tingkat kepercayaan α 0,05. Penelitian dilakukan pada bulan April 2021 selama 1 bulan dan telah dinyatakan laik etik dengan No. 242/EC/LPPM/STIKES/KH/III/202.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan tabel 1 tentang karakteristik responden didapatkan data: mayoritas responden (77,5%) berusia 17 tahun, sebagian besar responden (62,5%) berjenis kelamin perempuan, sebagian besar responden (72,5%) dengan riwayat pola makan tidak teratur, sebagian besar responden (70.0%) tidak pernah olahraga, dan mayoritas responden (75.0 %) telah menderita gastritis < 6 bulan.

Tabel.1 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Usia, Jenis kelamin, Pola makan, Kebiasaan Olah raga dan lama menderita gastritis

Karakteristik Responden		Frekuensi	Prosentase (%)
Usia	16 Tahun	9	22.5
	17 Tahun	31	77.5
	18 Tahun	0	0
Jenis Kelamin	Laki - Laki	15	37.5
	Perempuan	25	62.5
Pola Makan	Teratur (3x sehari)	11	27.5
	Tidak Teratur	29	72.5
Kebiasaan Olahraga	Sering Olahraga	12	30.0
	Tidak Pernah Olahraga	28	70.0
Lama Menderita Gastritis	< 6 Bulan	30	75.0
	> 6 Bulan	10	25.0

Tabel. 2 *Self Management* Gastritis Pada Remaja Sebelum Pemberian GASTROEDUWEB

Kriteria <i>Self Management</i> Gastritis	Frekuensi	%	Kriteria <i>Self Management</i> Gastritis	Frekuensi	%
Kurang	23	57.5	Kurang	0	0
Cukup	17	42.5	Cukup	37	92.5
Baik	0	0	Baik	3	7.5
Total	40	100	Total	40	100

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan data *self management* gastritis pada sebagian responden (57,5%) sebelum diberikan GASTROEDUWEB dalam kategori kurang. Setelah pemberian

GASTROEDUWEB hampir seluruh responden (92.5%) memiliki *self management* gastritis dalam kategori cukup.

Tabel.3 *Self Management* Gastritis Pada Remaja Sebelum dan Setelah pemberian GASTROEDUWEB

Kriteria <i>Self Management</i> Gastritis	Intervensi GASTROEDUWEB				P Value
	Sebelum		Sesudah		
	F	%	F	%	
Kurang	23	57.5	0	0	0,0001
Cukup	17	42.5	37	92.5	
Baik	0	0	3	7.5	

Tabel 3 menunjukkan bahwa *self management* sebagian responden sebelum pemberian intervensi dalam kategori kurang dan setelah pemberian

intervensi hampir seluruh responden dalam kategori cukup. Berdasarkan hasil *p value* (0,001) dalam uji statistik tersebut dengan α 0,05 dapat

dinyatakan bahwa Intervensi GASTROEDUWEB berpengaruh terhadap *self management* gastritis pada remaja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa *self management* gastritis pada remaja sebelum diberikan GASRTOEDUWEB didapatkan lebih dari setengah (57,5%) responden memiliki *self management* gastritis dalam kriteria kurang dan terdapat hampir setengah (42,5%) responden memiliki *self management* gastritis dalam kategori cukup. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self mangement* gastritis yaitu usia, jenis kelamin, komunikasi dengan petugas kesehatan, dan pengetahuan. Data umum yang berhubungan dalam hasil penelitian diantaranya: usia, jenis kelamin, pola makan, aktivitas dan lama menderita penyakit. Pola hidup sehat merupakan upaya seorang individu untuk meningkatkan dan mempertahankan derajat kesehatannya (Notoatmojo, 2018). Namun pada kenyataannya, masih terdapat individu yang belum menyadari akan pentingnya pola hidup sehat.

Data umum responden pada karakteristik usia didapatkan hampir seluruh (77,5%) responden berusia 17 tahun dan sebagian kecil (22,5%) responden berusia 16 tahun. Usia berkorelasi dengan perkembangan pola pikir dan daya analisis seseorang. Seiring dengan penambahan usia, maka seorang individu akan berkembang pula pola pikir dan daya analisisnya dalam memikirkan apa yang baik dan apa yang tidak baik untuk kesehatannya. Pada rentang usia remaja awal, sesuai dengan tahap tumbuh kembangnya maka remaja lebih mempunyai rasa ingin tahu yang semakin tinggi (Notoatmojo, 2018).

Pada masa ini terjadi beberapa perubahan, yakni perubahan fisik, emosi dan sosial. Pada perkembangan emosi, tahap remaja emosinya masih labil sehingga seringkali berdampak pada stres psikologis yang dalam kaitannya dengan penyakit gastritis, dapat menjadi salah satu pemicunya (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019). Perubahan ini juga diperkuat dengan makin derasnya arus globalisasi (Kemenkes RI, 2014). Hasil studi ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh (Kurnia Gustin, 2011) di Puskesmas Gulai Bancah Kota Bukit Tinggi yang menunjukkan prevalensi kejadian gastritis lebih tinggi pada responden kelompok usia remaja dan dewasa muda daripada kelompok usia lansia.

Selanjutnya dari segi jenis kelamin didapatkan sebagian besar (62,5%) responden berjenis kelamin perempuan. Hal ini menyatakan bahwa kejadian gastritis lebih banyak dialami oleh kelompok perempuan. Pernyataan yang dapat menjelaskan hal ini adalah bahwa pada perempuan sering melakukan pola diet yang masih keliru dengan berorientasi pada kuantitas namun tidak memperhatikan kualitas makanan yang nutrisinya sangat dibutuhkan oleh tubuh, merasa takut gemuk (bila berat badannya bertambah sedikit langsung stres dan pola makan tidak teratur bahkan cenderung memilih untuk tidak makan yang dapat mengganggu kesehatan pencernaan dalam hal ini lambung. Perempuan juga sering melibatkan perasaan daripada logika, sehingga seringkali merasa stres dan juga lebih emosional bila dibandingkan dengan kelompok pria (Hasmarlin & Hirmaningsih, 2019). Hasil studi ini juga sejalan dengan penelitian (Sunarmi, 2018) yang meneliti faktor risiko yang berhubungan dengan

gastritis, dan didapatkan hasil bahwa responden perempuan 3,059 kali lebih tinggi berisiko menderita gastritis dibanding laki-laki. Oleh karena itu, perempuan harus memiliki *self management* gastritis yang baik, agar kekambuhan ulang gastritis bisa dihindari.

Hasil penelitian didapatkan bahwa *self management* gastritis pada remaja sesudah diberikan GASTROEDUWEB didapatkan hampir seluruh (92,5%) responden memiliki *self management* gastritis kriteria cukup dan sebagian kecil (7,5%) responden memiliki kriteria baik. Data umum responden pada karakteristik pola makan menunjukkan sebagian besar (72,5%) responden mempunyai pola makan tidak teratur dan kurang dari setengah (27,5%) responden memiliki pola makan teratur (3x sehari). Menurut penelitian (Arikah & Muniroh, 2015), salah satu yang memicu kasus gastritis adalah ketidakteraturan pola makan, kebiasaan frekuensi makan yang tidak teratur dapat meningkatkan sensitivita lambung. Ketidakteraturan pola makan membuat lambung sulit beradaptasi dan apabila terjadi dalam frekuensi yang sering akan meningkatkan produksi asam lambung (Dhina Widayati, Ariningsih, & Tauhid, 2021). Produksi asam lambung yang berlebihan dapat menyebabkan iritasi pada lapisan dinding lambung dan konsisi inilah yang menyebabkan terjadinya gastritis. Lambung secara fisiologis menjadi produsen asam lambung dengan produksi asam lambung dalam jumlah kecil yang biasanya terjadi 4-6 jam setelah makan (Bruner & Suddart, 2015). Pada kondisi lapar di mana kadar glukosa dalam darah telah terpakai untuk aktivitas, lambung akan memproduksi asam lambung

(Dhina Widayati & Nuari, 2020). Produksi asam lambung ini akan semakin berlebih manakala seseorang telat makan dalam kurun waktu 2-3 jam dari waktu kebiasaan harian (Guyton, A. C., Hall, 2014). Kondisi inilah yang membuat mukosa lambung mengalami iritasi dengan respon klinik yang ditunjukkan oleh individu tersebut adalah adanya nyeri hebat di area ulu hati (Susilowati & Hasan, Hariri, 2019). Studi yang dilakukan oleh (Merita, Sapitri, & Sukandar, 2016) menunjukkan adanya korelasi antara ketepatan waktu makan dengan tingkat stress pada mahasiswa yang menderita gastritis. Faktor pola makan yang dimiliki responden secara tidak langsung juga memberikan dampak pada *self management* gastritis, kebanyakan dari mereka tidak memperhatikan jenis makanan, frekuensi makanan, dan jumlah makanan. Sehingga mereka memiliki kesadaran yang kurang untuk melakukan *self management* gastritis.

Selanjutnya dari segi kebiasaan olahraga didapatkan sebagian besar (70,0%) responden tidak pernah olahraga dan kurang dari setengah (30,0) responden sering olahraga. Olahraga atau aktivitas fisik yang *indurance* dapat menstimulasi kerja beberapa otot di dalam tubuh kita, yakni otot jantung, pernafasan dan juga usus. Stimulasi pada otot di saluran pencernaan ini dapat membantu tubuh dalam mempercepat pengeluaran limbah makanan hasil metabolisme. Akan tetapi olahraga dalam durasi yang terlalu lama juga dapat meningkatkan produksi asam lambung dan memicu terjadinya penyakit gastritis yang ditandai dengan keluhan mayor berupa nyeri pada ulu hati dan mual (Supriyanto, 2014). Kondisi ini dapat karena

lambung secara teratur akan memproduksi asam lambung yang berperan dalam membantu proses pencernaan makanan. Ketika dalam kondisi tidur, walaupun tidak ada makanan yang harus di metabolisme, lambung tetap memproduksi asam (LeMone, P. Burke, M.K. Bauldff, 2015). Seperti hasil penelitian yang disampaikan (Supriyanto, 2014) menunjukkan adanya korelasi antara rutinitas olahraga dengan kejadian penyakit gastritis. Sebagaimana responden melakukan kebiasaan olahraga ini tentu saja mereka lebih bisa melakukan pencegahan kekambuhan ulang gastritis dan mempertahankan kesehatannya membuat mereka terpacu untuk mempertahankannya dengan meningkatkan pengelolaan gastritis secara mandiri atau *self management* karena mereka sadar bahwa mereka tidak ingin mengalami kekambuhan gastritisnya kembali.

Selanjutnya dari segi lama menderita penyakit didapatkan sebagian besar (75,0%) responden lama menderita gastritis < 6 bulan dan kurang dari setengah (25,0%) responden lama menderita gastritis > 5 bulan. Teori perilaku sakit oleh Mechanics menerangkan bahwa apabila seorang individu sering merasakan adanya gangguan dalam kesehatannya memiliki kecenderungan untuk berperilaku dengan lebih memperhatikan gejala yang dialami dan akan berusaha mencari pertolongan untuk mengatasi masalah kesehatan yang dialaminya (Notoatmojo, 2018). Hasil penelitian terkait lama terdiagnosis gastritis menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gastritis akut. Sehingga dibutuhkan *self mangement* gastritis yang baik agar tidak kambuh kembali.

Hasil pengolahan data *self management* pre dan post pemberian GASTROEDUWEB melalui uji *wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* = 0,001 dengan tingkat kemaknaan α 0,05 menunjukkan terdapat pengaruh GASTROEDUWEB terhadap *self management* gastritis pada remaja. Berdasarkan perubahan nilai *mean* pre = 12,42, post = 23,05 juga menunjukkan terjadi peningkatan *self management* gastritis setelah pemberian intervensi. Sebagian responden (57,5%) memiliki *Self management* gastritis sebelum pemberian intervensi GASTROEDUWEB dalam kategori kurang dan setelah pemberian intervensi didapatkan hampir seluruh (92,5%) responden memiliki *self management* gastritis dalam kategori cukup. *Self management* yang dimiliki oleh para remaja dalam kaitannya dengan pengalaman penyakit dan masalah spesifik tentang kesehatan mereka (Lynn, 2018). *Self management* dapat dilakukan remaja dengan baik untuk mendukung pencegahan kekambuhan ulang gastritis. Remaja harus memiliki pengetahuan yang baik tentang pencegahan kekambuhan ulang gastritis sehingga dapat mengelola penyakitnya oleh dirinya sendiri, salah satunya didapatkan melalui GASTROEDUWEB yang dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran remaja. Setelah dilakukan GASTROEDUWEB terdapat peningkatan *self management* yang telah dihitung rata-rata nya yaitu meningkatkan *self management* pemakaian obat-obatan, *self management* pola makan, *self management* aktivitas dan *self management* manajemen stress.

Penyampaian informasi kesehatan berbasis website dilakukan dalam upaya untuk menambah pengetahuan dan kesadaran remaja untuk meningkatkan kesehatannya sendiri. Jenis media dan metode penyampaian edukasi juga berkorelasi terhadap pemahaman responden. GASTROEDUWEB ini merupakan salah satu media pembelajaran yang interaktif, termasuk dalam *e-learning* dimana memungkinkan terjadinya komunikasi langsung antara peneliti dengan responden (Rusman, 2013). Menurut (Daryanto, 2013) pada media interaktif terdapat alat pengontrol sehingga dapat dipilih sesuai tujuan masing-masing dengan sistem layanan berbasis komputer atau handphone yang dapat menyajikan konten tidak hanya terbatas pada teks saja namun dapat dilengkapi dengan gambar maupun audio visual melalui video. Selain itu, pada sistem penyampaian informasi berbasis web ini dapat diakses dengan mudah, dimanapun dan kapanpun, lebih fleksible dari segi waktu yang dapat disesuaikan dengan kesibukan masing masing individu (Andriani, 2015).

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Lathifa & Mahmudiono, 2020) menunjukkan adanya pengaruh media edukasi gizi berbasis *web* terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja SMA Surabaya. Terdapat peningkatan pengetahuan (44,4%), sikap (33,3%) dan psikomotor (44,4%). Perilaku hidup sehat pada remaja sangat penting dalam menunjang pencegahan kekambuhan ulang gastritis, perilaku hidup sehat dapat diterapkan jika remaja memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang perilaku hidup sehat yang dapat diperoleh dari berbagai informasi salah satunya melalui GASTROEDUWEB sehingga informasi tentang perilaku hidup sehat

yang didapatkan oleh responden dapat meningkatkan *self management* gastritis. Hal tersebut diperjelas dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan perbedaan tingkat *self management* sebelum dan sesudah intervensi, yakni dari kategori kurang menjadi cukup serta dari nilai *p value* hasil uji statistik yang menyatakan kurang dari nilai alfa yang ditentukan. Penyampaian informasi yang dikemas melalui media berbasis web dengan desain yang menarik dan mudah diakses dapat meningkatkan motivasi remaja untuk memperoleh informasi berkaitan dengan manajemen gastritis.

SIMPULAN

GASTROEDUWEB dapat meningkatkan *self management* gastritis pada remaja. Strategi peningkatan *self management* tersebut dengan peningkatan pengetahuan remaja melalui GASTROEDUWEB sehingga mampu mencegah kekambuhan gastritis.

SARAN

GASTROEDUWEB dapat dijadikan sebagai salah satu media penyampaian edukasi kesehatan, terutama pada remaja yang mempunyai atensi tersendiri dalam informasi yang dapat diakses melalui gadget.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, T. (2015). Sistem pembelajaran berbasis teknologi informasi dan komunikasi. *Media Komunikasi Ilmu-Ilmu Sosial & Budaya*, 12(1).
- Arikah, N., & Muniroh, L. (2015). Riwayat makanan yang meningkatkan asam lambung sebagai faktor risiko gastritis. *Gizi Indonesia*, 38(1), 9. <https://doi.org/10.36457/gizindo.v>

- 38i1.163.
- Bruner, & Suddart. (2015). *Buku ajar keperawatan medikal bedah edisi 12*. Jakarta: EGC.
- Daryanto. (2013). *Inovasi pembelajaran efektif*. Bandung: Yrma Widya.
- Dinkes Jatim. (2016). *Profil kesehatan provinsi Jawa Timur tahun 2016*. Surabaya: DinKes Provinsi Jatim.
- Dinkes Nganjuk. (2017). *Profil kesehatan Kota Nganjuk*. Nganjuk: Dinkes Kota Nganjuk.
- Ehrlich. (2011). *Gangguan gastrointestinal: Aplikasi asuhan keperawatan medikal bedah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Eka Novitayanti. (2020). Identifikasi kejadian gastritis pada siswa SMU Muhammadiyah 3 Masaran. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 18–22. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.843>.
- G. Kisokanth, et all. (2014). *Factors influencing self-management of Diabetes Mellitus ; A review article*. (October), 3–7.
- Guyton, A. C., Hall, J. E. (2014). *Buku ajar fisiologi kedokteran*. (12th ed.). Jakarta: EGC.
- Hasmarlin, H., & Hirmaningsih, H. (2019). Regulasi Emosi pada remaja laki-laki dan perempuan. *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender*, 18(1), 87. <https://doi.org/10.24014/marwah.v18i1.6525>.
- Kemkes RI. (2014). *Profil kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kurnia Gustin, R. (2011). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis pada pasien yang berobat jalan di Puskesmas Gulai Bancah Kota Bukittinggi Tahun 2011. *Jurnal Penelitian*, 1(1).
- Kusnanto, K., Sundari, P. M., Asmoro, C. P., & Arifin, H. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes self-management dengan tingkat stres pasien diabetes melitus yang menjalani diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), 31–42. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.780>.
- Lathifa, S., & Mahmudiono, T. (2020). Pengaruh media edukasi gizi berbasis web terhadap perilaku makan gizi seimbang remaja SMA Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, 9(2), 48–56.
- LeMone, P. Burke, M.K. Bauldff, G. (2015). *Buku ajar keperawatan medikal bedah* (5th ed.; T. Iskandar, Ed.). EGC.
- Lynn, P. B. (2018). *Taylor's clinical nursing skills: A nursing process approach*.
- Made. (2013). *Penyakit hati, lambung, usus, dan ambien*. Yogyakarta: Nuha Medica.
- Merita, Sapitri, W. I., & Sukandar, I. (2016). Hubungan tingkat stress dan pola konsumsi dengan kejadian gastritis di Puskesmas Pakuan Baru Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim*, 5(1), 51–58.
- Notoatmojo, S. (2018). *Promosi kesehatan : Teori dan aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuari, A. . (2015). *Buku ajar asuhan keperawatan pada gangguan sistem gastrintestinal*. Jakarta: CV Trans info Media.
- Nuari, A. (2015). *Strategi manajemen edukasi pasien Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Deepublish.
- Perkeni. (2015). *Konsensus : Pengelolaan & pencegahan DM Tipe2 di Indonesia Tahun 2015*. Jakarta: Perkeni.

- Rusman. (2013). *Belajar dan Pembelajaran berbasis komputer profesionalisme*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarmi. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian gastritis di rumah sakit islam siti khodijah palembang. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 9(2), 392–403.
- Supriyanto. (2014). Hubungan rutinitas olah raga dengan kejadian penyakit gastritis pada organisasi persaudaraan setia hati terate di Glagah Banyuwangi. *Healthy*, 3(1), 29–38.
- Susilowati, L., & Hasan, Hariri, M. (2019). Hubungan pola makan dengan kejadian gastritis pada pelajar kelas X. *Jurnal Antara Keperawatan*, 2(2).
- Widayati, D. (2020).). Edukasi managemen diabetes berbasis kelompok sebaya sebagai upaya meningkatkan kepatuhan diet dan perawatan mandiri penderita diabetes. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 137–146.
- Widayati, Dhina, Ariningsih, S., & Tauhid, M. (2021). Saline solution oral hygiene dalam meningkatkan nafsu makan pasien anoreksia. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 1–11.
<https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i1.4902>.
- Widayati, Dhina, & Nuari, N. A. (2020). Kreasiki gymnastics in reducing the stress level of diabetes mellitus patients. *Jurnal Info Kesehatan*, 18(1), 18–27.
<https://doi.org/10.31965/infokes.vol18.iss1.295>.