ABSTRAK

Septia Nabila (2026). *Implementasi Edukasi Pola Makan Terhadap Pengetahuan Dan Pola Makan Pada Penderita Gastritis*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Malang. Pembimbing : Esti Widiani, S.Kep.Ns., M.Kep

Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di masyarakat dan sering dipicu oleh pola makan yang tidak teratur serta kurangnya pengetahuan tentang pola makan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi implementasi edukasi pola makan terhadap tingkat pengetahuan dan pola makan pada penderita gastritis sebelum dan sesudah intervensi.Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan dua subjek penderita gastritis di Puskesmas Arjuno. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi selama dua minggu, yang terbagi menjadi periode sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Intervensi yang diberikan berupa edukasi mengenai pola makan sehat, jenis makanan yang dianjurkan dan dihindari, serta pentingnya keteraturan waktu makan.Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan perubahan pola makan pada kedua subjek setelah diberikan edukasi. Subjek mulai lebih teratur dalam jadwal makan, mengurangi kebiasaan menunda makan, serta lebih memperhatikan jenis makanan yang dikonsumsi. Selain itu, gejala gastritis seperti mual dan kembung menjadi lebih jarang dan tidak terlalu mengganggu aktivitas sehari-hari.Kesimpulan penelitian ini adalah edukasi pola makan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki pola makan pada penderita gastritis, sehingga dapat membantu mengurangi gejala dan mencegah kekambuhan. Edukasi kesehatan mengenai pola makan perlu dilakukan secara berkelanjutan sebagai bagian dari upaya penatalaksanaan gastritis.

Kata kunci: gastritis, edukasi, pola makan, pengetahuan, studi kasus

ABSTRACT

Septia Nabila (2026). *The Implementation of Dietary Education on Knowledge and Eating Patterns in Patients with Gastritis.* Case Study Scientific Paper, Diploma III Nursing Program, Malang. Supervisor: Esti Widiani, S.Kep., Ns., M.Kep.

Gastritis is a common health problem in the community, often caused by irregular eating patterns and a lack of knowledge about healthy diets. This study aims to identify the implementation of dietary education on the level of knowledge and eating patterns in patients with gastritis before and after the intervention.This research used a case study design involving two gastritis patients at Arjuno Public Health Center. Data were collected through interviews and observations over a two-week period, divided into before and after the educational intervention. The intervention consisted of dietary education covering recommended and restricted foods, as well as the importance of regular meal timing.The results showed an improvement in knowledge and changes in eating patterns in both subjects after receiving the education. The subjects became more regular in their meal schedules, reduced the habit of delaying meals, and paid more attention to the types of food consumed. In addition, gastritis symptoms such as nausea and bloating occurred less frequently and were less disruptive to daily activities.In conclusion, dietary education is effective in improving knowledge and eating patterns in gastritis patients, thereby helping to reduce symptoms and prevent recurrence. Therefore, continuous dietary education is recommended as part of gastritis management.

Keywords: gastritis, education, diet, knowledge, case study