

INSTRUMEN PENELITIAN

A. Kuesioner Penelitian

1. Petunjuk Pengisian

- a) Bacalah pernyataan dengan hati-hati
- b) Pilihlah satu jawaban anda dengan memberi tanda *checklist*(√) pada tempat yang telah disediakan sesuai dengan jawaban yang anda pilih.
- c) Setiap nomer hanya boleh diisi dengan satu jawaban.
- d) Dimohon untuk memberikan jawaban jujur pada setiap pernyataan
- e) Harap mengisi seluruh jawaban yang ada dalam kuesioner ini, pastikan tidak ada yang terlewat

2. Data Demografi

- a) Tanggal pengisian :
- b) Nama (inisial) :
- c) Usia :
- d) Jenis kelamin : [] Laki-laki [] Perempuan

KUESIONER PENGETAHUAN TENTANG PENCEGAHAN GASTRITIS

No	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Gastritis adalah peradangan yang terjadi pada mukosa lambung		
2.	Penyakit gastritis dapat dicegah		
3.	Mengonsumsi obat-obatan golongan NSAIDs (<i>Nonsteroid anti-inflammatory drugs</i>) dalam jangka waktu lama menyebabkan gastritis		
4.	Gastritis akut terjadi lebih dari 6 bulan		
5.	Sering mengonsumsi makanan pedas dan asam akan meningkatkan risiko terkena gastritis		
6.	Ketidakteraturan waktu makan merupakan salah satu penyebab gastritis		
7.	Gastritis disebabkan karena mengonsumsi makanan yang terkontaminasi bakteri <i>helicobacter pylori</i> (H.Pylori)		
8.	Gastritis dapat menjadi parah apabila dalam kondisi cemas dan stres		
9.	Peningkatan kadar asam lambung bukan merupakan penyebab gastritis		
10.	Gejala gastritis adalah mual dan kembung		
11.	Penyakit gastritis bukan merupakan penyakit berbahaya sehingga tidak memerlukan penanganan khusus		
12.	H.pylori merupakan bakteri alami dalam lambung		
13.	Bakteri h.pylori dapat menyebar melalui fecal atau oral		
14.	Mencuci tangan dapat mencegah kontaminasi bakteri h. Pylori		
15.	Mengonsumsi alkohol berlebih dapat mengiritasi lambung		
16.	Penderita gastritis tidak perlu mengatur pola makan		
17.	Nyeri epigastrik merupakan tanda gejala gastritis		
18.	Manajemen stres dapat mengurangi risiko gastritis		

KUESIONER PERILAKU PENCEGAHAN GASTRITIS

Keterangan	Skor
Selalu	4
Sering	3
Kadang-kadang	2
Tidak pernah	1

No	Pernyataan	1	2	3	4
1.	Saya selalu makan tepat waktu di situasi apapun				
2.	Saya mengonsumsi minuman beralkohol				
3.	Saya mengonsumsi obat anti nyeri jangka panjang				
4.	Setiap makan, saya pasti memakan makanan yang memiliki cita rasa pedas (contoh: cabai/sambal/merica)				
5.	Saya mengonsumsi makanan asam setiap makan (contoh: tomat/ acar/ teh/ cuka/ dll)				
6.	Saya mengonsumsi lebih dari 1 gelas kopi setiap hari				
7.	Saat tidak makan makanan asrama, saya akan membeli makanan dari pinggir jalan				
8.	Saat terlambat makan saya biasanya merasa mual dan sakit perut				
9.	Saya mengonsumsi minuman bersoda 2-3 kali dalam satu minggu				
10.	Saat saya menghadapi masalah yang berat maka saya menjadi tidak nafsu makan				
11.	Kondisi stres membuat nafsu makan saya menurun				
12.	Saya makan sedikit tapi sering				
13.	Saya suka mengonsumsi makanan berbumbu seperti mie instan dan snack berbumbu				
14.	Saya begadang setiap hari				
15.	Setiap hari saya terlambat makan				
16.	Durasi tidur malam saya adalah 7-8 jam				
17.	Saya olahraga minimal 1x dalam 1 minggu (contoh: jogging/ senam/ gym/ renang/ dll)				
18.	Saya mengonsumsi makanan berminyak setiap hari (contoh: santan/ gorengan/ dll)				