

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 1, Nomor 6, Juli 2023, Halaman 91-96
E-ISSN: [2986-6340](https://doi.org/10.5281/zenodo.8106268)
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.8106268>

Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Remaja di IGD RSU Gmim Kalooran Amurang

Indry Kalangi^{1*}, Siska Sibua^{2,3}, Grace Watung³

^{1,2,3} Program Studi Studi Ilmu Keperawatan Institut Kesehatan dan Teknologi Graha Medika

Korespondensi Penulis: ^{2}siska.sibua@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Peningkatan derajat kesehatan yang merupakan wujud pembangunan kesehatan masyarakat belum berjalan secara maksimal karena masih ditemukan berbagai masalah. Penyakit tidak menular pada beberapa waktu terakhir menjadi penyebab morbiditas dan mortalitas di beberapa negara termasuk Indonesia. Perubahan pada gaya hidup dan perubahan pada pola makan masih menjadi salah satu penyebab tersering terjadinya gangguan pencernaan, termasuk dispepsia.

Tujuan : penelitian menganalisis Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang.

Metode: Jenis penelitian Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian cross sectional yang berarti mempelajari dinamika hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh remaja dengan usia 15 – 18 Tahun yang masuk di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang yang berjumlah 34 responden. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *Total sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi-square*.

Hasil: Penelitian Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai *p-value* = 0,035. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR= 8,167 artinya pola makan yang baik mempunyai peluang sebanyak 8,167 kali lebih baik untuk mencegah terjadinya dispepsia pada remaja.

Kesimpulan: Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* ada hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang. Berdasarkan Hasil penelitian ini maka Perlunya adanya dilakukan penyuluhan atau promosi kesehatan terutama pada penyakit-penyakit yang mudah terjadi pada remaja terkait pola makan dan gaya hidup sehat.

Kata Kunci: *Pola Makan, Kejadian Dispepsia, Remaja*

Abstrack

Background: *Improving health status, which is a form of public health development, has not been running optimally because there are still various problems found. Non-communicable diseases have recently become a cause of morbidity and mortality in several countries including Indonesia. Changes in lifestyle and changes in diet are still one of the most common causes of digestive disorders, including dyspepsia.*

Objective: *The purpose of the study was to analyze the relationship between diet and the incidence of dyspepsia in teenager in the emergency room of GMIM Kalooran Amurang Hospital.*

Methods: *This study used cross sectional research design which means studying the dynamics of the relationship between the independent variable with the dependent variable. The population taken in this study were all teenager aged 15-18 years who entered the emergency room of GMIM Kalooran Amurang Hospital, totaling 34 respondents. The sample in this study was taken by means of total sampling. data analysis using chi-square test.*

Results: *Based on the results of statistical tests using chi-square obtained p-value = 0.035. From the results of the analysis, the OR value = 8.167 means that a good diet has a chance of 8.167 times better to prevent dyspepsia in adolescents.*

Conclusion: *The results of statistical tests using chi-square there is a relationship between diet and the incidence of dyspepsia in teenager in the emergency room of GMIM Kalooran Amurang Hospital.*

Based on the results of this study, it is necessary to conduct counseling or health promotion, especially on diseases that easily occur in teenager related to diet and healthy lifestyle.

Keywords: *Diet, dyspepsia, teenager*

PENDAHULUAN

Peningkatan derajat kesehatan yang merupakan wujud pembangunan kesehatan masyarakat belum berjalan secara maksimal karena masih ditemukan berbagai masalah. Salah satu masalah dalam mencapai derajat kesehatan tersebut adalah tingginya angka kesakitan dan kematian di Indonesia setiap tahunnya. Penyakit tidak menular pada beberapa waktu terakhir menjadi penyebab morbiditas dan mortalitas di beberapa negara termasuk Indonesia. *World Health Organization* (WHO) memprediksi pada proporsi angka kematian karena penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 73% dan proporsi kesakitan menjadi 60% di dunia sedangkan untuk negara *South East Asian Regional Office* (SEARO) diprediksi angka kematian dan kesakitan karena penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 50% dan 42%, (WHO, 2020).

Indonesia mempunyai tujuan untuk meningkatkan kesehatan masyarakat diantaranya adalah meningkatkan sumber daya manusia, kualitas hidup, usia harapan hidup, tingkat kesejahteraan keluarga dan masyarakat, serta kepedulian akan pola hidup sehat (Departemen Kesehatan dalam Fithriyana, 2018). Salah satu upaya untuk menciptakan pola hidup sehat adalah dengan memenuhi kebutuhan tubuh agar lebih baik dengan cara mengatur kegiatan makan (Departemen Pendidikan Indonesia dalam Irfan, 2019).

Perubahan pada gaya hidup dan perubahan pada pola makan masih menjadi salah satu penyebab tersering terjadinya gangguan pencernaan, termasuk dispepsia. Pola makan yang tidak teratur dan gaya hidup yang cenderung mudah terbawa arus umumnya menjadi masalah yang timbul pada masyarakat. Kecenderungan mengkonsumsi makanan cepat saji dan makanan instan, gaya hidup menjadi lebih sedentary, stres, dan polusi telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Gaya hidup dan kebiasaan makan yang salah akan secara langsung akan mempengaruhi organ-organ pencernaan dan menjadi pencetus penyakit pencernaan (Rinda, 2018).

Dispepsia kini menjadi kasus penyakit yang diprediksi akan meningkat dari tahun ke tahun. Beberapa Penelitian terhadap dispepsia fungsional di beberapa negara di Asia juga menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi, yaitu di Cina sebanyak 69% dari 782 pasien dispepsia, di Hongkong 43% dari 1.353 pasien, di Korea 70% dari 476 pasien, dan Malaysia 62% dari 210 pasien. Di Indonesia diperkirakan hampir 30% pasien dispepsia yang datang ke praktik umum adalah pasien yang keluhannya berkaitan dengan kasus dyspepsia. Dispepsia merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang terjadi tidak hanya di Indonesia, tetapi juga di dunia. Kasus dispepsia di dunia mencapai 13-40% dari total populasi setiap tahun. (kefi dkk, 2022).

Seseorang dengan pola makan yang tidak teratur akan mempengaruhi proses kerja lambung. Kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman misalnya makanan pedas atau asam, minum teh atau kopi dan minuman berkarbonasi lainnya dapat meningkatkan resiko munculnya sindroma. dyspepsia. Selain pola makan yang tidak teratur, jenis – jenis makanan yang dikonsumsi pun yang merangsang peningkatan asam lambung seperti makanan pedas, asam serta minuman beralkohol, kopi dimana kafein yang terdapat pada kopi pada system gastrointestinal akan meningkatkan sekresi gastrin sehingga akan merangsang produksi asam lambung. Tingginya asam menyebabkan peradangan serta erosi pada mukosa lambung sehingga dapat memunculkan gangguan dyspepsia (Rinda, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2018) yang meneliti tentang hubungan stres dan pola makan dengan kejadian sindrom dispepsia didapatkan hasil bahwa pola makan yang

rendah atau tidak teratur dapat mengalami sindrom dispepsia sebanyak 20,4%. Berdasarkan jurnal penelitian yang dilakukan oleh Tiana dkk (2017) didapatkan bahwa besarnya angka gambaran sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK Ukrida angkatan 2013 ternyata sesuai dengan pola makannya yang sebagian besar tidak teratur. Namun penelitian yang dilakukan oleh Wahdinah (2019), menyatakan bahwa hasil yang didapatkan dari uji Chi-Square menunjukkan tidak adanya hubungan bermakna antara pola makan dengan sindroma dispepsia.

Dispepsia memberikan dampak pada kualitas hidup karena perjalanan alamiah penyakit dispepsia berjalan kronis dan sering kambuh. Pemberian terapi yang kurang efektif untuk mengontrol gejala dispepsia dapat mengganggu aktifitas sehari-hari dan meningkatkan biaya pengobatan. Keteraturan pola makan dapat menjadi salah satu langkah pengobatan dan pencegahan terjadinya sindrom dispepsia sebaliknya dengan pola makan yang tidak teratur akan memperberat kondisi yang dialami oleh pasien. Berdasarkan pengambilan data awal didapatkan jumlah penderita Dispepsia usia remaja selama tahun 2022 sebanyak 602 Pasien remaja, dan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada 5 orang pasien di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang, didapat 3 pasien mengatakan bahwa mereka memiliki kebiasaan pola makan yang tidak teratur dalam sehari-harinya serta sering mengonsumsi makanan yang pedas, dan 2 pasien mengatakan karena aktivitas yang sangat padat sehingga pola makan dan perilaku hidup sehatnya tidak terkontrol dengan baik sehingga aktivitas dan jadwal kegiatan yang padat membuat remaja menunda waktu makan bahkan tidak jarang mereka lupa untuk makan. Dari uraian tersebut dapat dilihat bahwa masih banyaknya pasien yang kurang memperhatikan pola hidup sehat tidak serta tidak memperhatikan kebiasaan-kebiasaan mereka yang tidak baik bagi kesehatan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian cross sectional yang berarti mempelajari dinamika hubungan antara variabel bebas (pola makan) dengan variabel terikat (kejadian dispepsia) dengan melakukan pengukuran sesaat yaitu tiap subjek penelitian hanya diukur sesaat dan sekaligus dalam satu waktu. Hal ini berarti bahwa pengumpulan data hanya dilakukan satu kali. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh remaja dengan usia 15 – 18 Tahun yang masuk di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang yang berjumlah 34 responden. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara *Total sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi-square*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia Pada Remaja Di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Pola Makan		
Teratur	8	23,5
Kurang teratur	26	76,5
Kejadian Dispepsia		
Dispepsia	21	55,9
Sindrom Dispesia	13	44,1
Total	34	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan Pola Makan Teratur berjumlah 8 responden (23.5%), sedangkan untuk Pola makan kurang teratur berjumlah 26 responden (76.5%). dan sebagian besar responden dengan Kejadian Dispepsia yang Di diagnosa Dispepsia berjumlah 21 responden (55,9%), sedangkan untuk yang sindrom Dispepsia berjumlah 13 responden (44.1%).

Analisis Bivariat

Tabel 2 Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di IGD
RSU GMIM Kalooran Amurang Tahun 2023

Pola Makan	Kejadian Dispepsia				Total		OR (95%CI)	P
	Terdiagnosa Dispepsia		Sindrom Terdiagnosa		n	%		
	n	%	n	%				
Teratur	7	87.5	1	12,5	8	100,0	8,167	0.035
Kurang Teratur	14	53.8	12	46.2	26	100,0		
Total	21	55.9	13	44.1	34	100,0		

Berdasarkan Tabel 2 ditunjukkan bahwa dari 34 responden, didapatkan bahwa Pola makan yang teratur terdapat 8 responden dimana yang terdiagnosa dispepsia berjumlah 7 responden (87.5%) dan yang tidak terdiagnosa dispepsia sebanyak 1 responden (12.5%). Sedangkan Pola makan yang kurang teratur terdapat 26 responden dimana yang terdiagnosa dispepsia berjumlah 14 responden (53.8%) dan yang tidak terdiagnosa berjumlah 12 responden (46.2%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai p -value = 0,035 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$. Berarti H_0 ditolak maka ada hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di IGD RSU GMIM Kalooran Amurang. Dari hasil analisis diperoleh nilai OR= 8,167 artinya pola makan yang baik mempunyai peluang sebanyak 8,167 kali lebih baik untuk mencegah terjadinya dispepsia pada remaja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan Pola Makan Teratur berjumlah 8 responden (23.5%), sedangkan untuk Pola makan kurang teratur berjumlah 26 responden (76.5%). Dispepsia termasuk salah satu jenis penyakit yang tidak menular namun akibat paparan penyakit tersebut dapat menyebabkan mortalitas yang sangat tinggi. Sedangkan untuk kejadian dyspepsia menunjukkan bahwa sebagian besar responden Terdiagnosa Dispepsia berjumlah 21 responden (55,9%), sedangkan untuk yang masih sindrom berjumlah 13 responden (44.1%).

Makan yang tidak teratur memicu timbulnya berbagai penyakit karena terjadi ketidakseimbangan dalam tubuh. Ketidakteraturan ini berhubungan dengan waktu makan. Biasanya, perut berada dalam kondisi terlalu lapar namun kadang-kadang terlalu kenyang. Sehingga kondisi lambung dan pencernaannya menjadi terganggu. Faktor yang memicu produksi asam lambung berlebihan, diantaranya beberapa zat kimia, seperti alkohol, umumnya obat penahan nyeri, asam cuka. Makanan dan minuman yang bersifat asam, makanan yang pedas serta bumbu yang merangsang, semua faktor pemicu tersebut dapat mengakibatkan dyspepsia (Akbar, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Amir, Asmara dan Cholidah, 2019) menunjukkan

bahwa hasil yang didapatkan sebagian besar pola makan tidak teratur sebanyak 46%. Perilaku makan seperti kecepatan makan, pola makan yang tidak teratur, jumlah dan ukuran makanan, kebiasaan makan sebelum tidur, serta jeda waktu antar makan dihubungkan dengan peningkatan risiko dispepsia fungsional. Mekanismenya sendiri belum diketahui secara pasti, namun melewatkan waktu makan dan konsumsi makanan dalam jumlah besar dikatakan dapat menyebabkan perlambatan pengosongan lambung, gangguan akomodasi lambung, hipomotilitas antrum, dan gangguan pada sekresi asam lambung serta hormon gastrointestinal.

Kejadian dispepsia pada remaja mempengaruhi kualitas hidup mereka. Adanya penurunan produktivitas remaja dalam kegiatan sehari – hari, misalnya remaja tidak bisa mengikuti aktivitas pembelajaran karena rasa nyeri pada ulu hati atau terasa mual sehingga menurunkan kualitas belajar remaja. Pada saat yang sama, penurunan kualitas pembelajaran akan menurunkan prestasi belajar remaja dan seiring waktu hal ini dapat mempengaruhi kualitas remaja sebagai sumber daya manusia dan generasi penerus bangsa (I. S. Putri & Widyatuti, 2019).

Penelitian di Indonesia yang dilakukan oleh Saragih dan Mulawarman (2020) menyebutkan bahwa masyarakat selama pandemi COVID-19 mengalami perubahan kebiasaan makan sebanyak 62,5%. Pada situasi pandemi, diberlakukannya metode pembelajaran daring di Fakultas Kedokteran menyebabkan mahasiswa mengalami penurunan aktivitas fisik, perubahan jadwal kuliah yang cukup besar sehingga berpengaruh pada jadwal dan pola makan mahasiswa.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 34 responden, didapatkan bahwa Pola makan yang teratur terdapat 8 responden dimana yang terdiagnosa dispepsia berjumlah 7 responden (87.5%) dan yang tidak terdiagnosa dispepsia sebanyak 1 responden (12.5%). Sedangkan Pola makan yang kurang teratur terdapat 26 responden dimana yang terdiagnosa dispepsia berjumlah 14 responden (53.8%) dan yang tidak terdiagnosa berjumlah 12 responden (46.2%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,035$ lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$

Pola makan yang tidak teratur umumnya menjadi masalah yang sering timbul pada remaja. Aktivitas yang tinggi, baik kegiatan disekolah maupun diluar sekolah menyebabkan makan menjadi tidak teratur, Salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian sindrom dispepsia adalah pola makan dimana keteraturan makan dan jeda antara waktu makan. Jeda antara waktu makan merupakan penentu pengisian dan pengosongan lambung. Jeda waktu makan yang baik yaitu berkisar antara 4-5 jam. Suasana yang sangat asam di dalam lambung dapat membunuh organisme patogen yang tertelan bersama makanan. Namun, bila barier lambung telah rusak, maka suasana yang sangat asam di lambung akan memperberat iritasi pada dinding lambung.

Penyebab terjadinya dispepsia karena sebagian besar remaja cenderung mengejar gaya hidup yang serba langsung dan ini terkait dengan pola makan yang tidak baik sehingga menyebabkan gangguan dispepsia. Dalam ilmu gizi, tidak dianjurkan diet ketat dengan mengurangi frekuensi makan. Frekuensi makan tetap 3 kali sehari dengan diselingi makanan ringan diantaranya. Frekuensi makan yang tidak teratur, jumlah makan yang tidak sesuai, dan jeda makan yang terlalu lama dapat mencetuskan sindrom dispepsia.

Penelitian yang dilakukan oleh Sumarni (2019) dimana didapatkan hasil, sebanyak 27 responden (87,1%) mahasiswa FK memiliki pola makan tidak teratur dan mengalami sindroma dispepsia, dan setelah dilakukan analisis data didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dan sindroma dispepsia. Hal ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang tidak terlalu memperhatikan kebiasaannya. Berdasarkan Hasil penelitian dan analisis data kejadian dispepsia disebabkan adanya peningkatan sensitivitas mukosa lambung terhadap asam yang menimbulkan rasa tidak enak di perut. Peningkatan sensitivitas mukosa lambung dapat terjadi akibat pola makan yang tidak teratur. Pola makan

yang tidak teratur akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi dalam pengeluaran sekresi asam lambung. Jika hal ini berlangsung dalam waktu yang lama, produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi dinding mukosa pada lambung.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* ada hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di IGD RSUD GMIM Kalooran Amurang. Berdasarkan Hasil penelitian ini maka Perlunya adanya dilakukan penyuluhan atau promosi kesehatan terutama pada penyakit-penyakit yang mudah terjadi pada remaja terkait pola makan dan gaya hidup sehat sehingga remaja dapat mengenali faktor pencetus terjadinya sindrom dispepsia sehingga dapat melakukan langkah-langkah promotif dan preventif untuk mencegah terjadinya sindrom dyspepsia.

Referensi

- Afifah N. (2018). Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Semester Delapan Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Univ 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Akbar, H. (2020) 'Pola Makan Mempengaruhi Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa STIKES Graha Medika Kotamobagu', KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Amir, U.K., Asmara, I. gde Y. and Cholidah, R. (2019) 'Hubungan Diet Iritatif dan Ketidakteraturan Makan dengan Sindrom Dispepsia pada Remaja Santri Madrasah Aliyah Al-Aziziyah Putri Kapek Gunungsari Lombok Barat Nusa TenggaraBara', Unram Medical Journal.
- Irfan W. (2019). Hubungan Pola Makan Dan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2019 [skripsi]. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2019. Fak Kedokt UIN SYarif Hidayatullah Jakarta.
- Rinda Fithriyana (2018). . Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien Di Willayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota.PREPOTIF Jurnal Kesehat Masyarakat.
- Tiana, A., S. Susanto, I.M. Elena & J. Hudyono. (2017). Hubungan antara Sindrom Dispepsia dengan Pola Makan dan Jenis Makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kroda Wancana Angkatan 2013.