



Online: <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnusina>

Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas
Islam Sumatera Utara

ISSN 1411-9986 (Print) | ISSN 2614-2996 (Online)



Artikel Penelitian

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN DISPEPSIA FUNGSIONAL PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UISU ANGKATAN 2018**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING AND THE INCIDENCE OF FUNCTIONAL DYSPEPSIA
IN STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE, UISU, CLASS OF 2018***

M.Adli Thoriq^a, Ani Ariati^b

^aFakultas Kedokteran UISU Medan, Jalan STM Suka Maju Medan

^bFakultas Kedokteran UISU Medan, Jalan STM Suka Maju Medan

Histori Artikel

Diterima:
18 April 2022

Revisi:
24 Mei 2022

Terbit:
5 Januari 2023

Kata Kunci

Umur, Jenis kelamin,
Pola makan,
Dispepsia fungsional

Korespondensi

Tel.
081265324848
Email:
Adlitorik@
gmail.com

A B S T R A K

Ketidakteraturan pola makan disebabkan oleh aktivitas yang padat. Mahasiswa biasanya memiliki rutinitas padat yang terdiri dari kegiatan akademik seperti jadwal belajar, mengerjakan banyak tugas dan kegiatan non akademik seperti bergabung dengan organisasi. Kesibukan mahasiswa tersebut berdampak pada waktu atau waktu makan sehingga walaupun sudah waktunya makan, mahasiswa sering menunda bahkan lupa makan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara (UISU) angkatan 2018. Jenis penelitian ini adalah bersifat analitik dengan desain *cross-sectional*. Analisis bivariat dilakukan dengan uji chi-square dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$). Hasil tersebut memperlihatkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pola makan dengan dispepsia fungsional.

A B S T R A C T

Irregularity of eating patterns caused by solid activity. Students usually have a solid routine consisting of academic activities such as study schedules, doing many assignments, and non-academic activities such as joining organizations. The student's busyness impacts the time or time to eat so that even though it is time to eat, students often delay or even forget to eat. To find out the relationship between diet and the incidence of functional dyspepsia in students of the medical faculty of UISU, class of 2018. The type of research used is analytic with a cross-sectional study method. This study uses the chi-square correlation test with $p = 0.001$ ($p < 0.05$). These results show a significant relationship between diet and functional dyspepsia.

PENDAHULUAN

Dispepsia fungsional dapat disebabkan oleh pola makan yang memiliki kebiasaan makan dan minum seperti makanan pedas, asam berlebihan atau konsumsi minuman beralkohol, minuman berkarbonasi dan berkafein seperti kopi, merokok, stres, infeksi *Helicobacter Pylori*, penggunaan obat-obatan dan memiliki riwayat penyakit (gastritis dan tukak lambung) yang berdampak sebagai faktor risiko dispepsia fungsional.¹

Ketidakteraturan pola makan disebabkan oleh aktivitas yang padat.² Mahasiswa biasanya memiliki rutinitas padat yang terdiri dari kegiatan akademik seperti jadwal belajar, mengerjakan banyak tugas dan kegiatan non akademik seperti bergabung dengan organisasi. Rutinitas yang padat ini menyebabkan mahasiswa melewatkan waktu makan.³ Kesibukan mahasiswa tersebut berdampak pada waktu atau waktu makan sehingga walaupun sudah waktunya makan, mahasiswa sering menunda bahkan lupa makan.⁴

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti kepada 10 orang mahasiswa fakultas kedokteran UISU angkatan 2018, maka ditemukan dari 10 mahasiswa, 7 orang mahasiswa diantaranya pernah mengalami gejala dispepsia seperti mual, muntah, nyeri ulu hati, perut kembung dalam 3 bulan terakhir. Berdasarkan latar belakang ini, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional.⁵

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif, desain *cross sectional* dengan Teknik penelitian Instrumen penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner pola makan yang sudah divalidasi dengan nilai 0,75 dan reliabilitas 0,63.⁶ Dalam penelitian ini yang menjadi populasi penelitian adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran UISU angkatan 2018 tahun 2021 yang berjumlah 147 orang dengan mengambil *random sampling* sampel diambil dari setiap tingkatan secara proporsional. Jumlah sampel penelitian yang didapat sebanyak 60 orang dengan uji analisa data *chi square*. Penelitian ini sudah memiliki izin penelitian dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan FK UISU dengan nomor 173/EC/KEPK.UISU/XI/2021.

HASIL

DESKRIPSI FREKUENSI RESPONDEN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

	Karakteristik Responden	N	(%)
Jenis Kelamin	Perempuan	35	58,3
	Laki-Laki	25	41,7
Umur	20	6	10,0
	21	10	16,7
	22	29	48,3
	23	15	25,0
Riwayat Penggunaan Obat	Ada Riwayat Penggunaan Obat	0	0,00
	Tidak Ada Riwayat Penggunaan Obat	60	100,0
	Penggunaan Obat		

Tabel 1 memperlihatkan bahwa jenis kelamin paling banyak adalah perempuan sebanyak 35 orang (58,3%), berumur 22 tahun

sebanyak 29 orang (48,3%), Dan seluruhnya tidak ada riwayat penggunaan obat.

Tabel 2 Data Distribusi Frekuensi dan Persentase Pola Makan Pada Responden

Pola Makan	Jumlah	Persentase (%)
Teratur	27	45,0
Tidak Teratur	33	55,0
Total	60	100,0

Dari tabel 2 Didapatkan responden dengan pola makan teratur sebanyak 27 orang (45,0%), dan responden dengan pola makan tidak teratur sebanyak 33 orang (55,0%).

Tabel 3 Data Distribusi Frekuensi dan Persentase Dispepsia Fungsional yang dialami oleh Responden

Dispepsia Fungsional	Jumlah	Persentase (%)
Dispepsia	36	60,0
Tidak Dispepsia	24	40,0
Total	60	100,0

Dari tabel 3 Didapatkan responden yang mengalami dispepsia fungsional sebanyak 36 orang (60,0%), dan responden yang tidak mengalami dispepsia sebanyak 24 orang (40,0%).

Tabel 4 Data Distribusi Frekuensi dan Persentase Dispepsia Fungsional yang dialami oleh Responden berdasarkan jenis kelamin

Dispepsia Fungsional	Jenis Kelamin		Total (n) Persentase (%)
	Perempuan	Laki- laki	
Tidak Dispepsia	10	14	24 (40,0)
Dispepsia	25	11	36 (60,0)
Total	35	25	60 (100)

Tabel 4 menunjukkan data tentang kejadian dispepsia fungsional pada 60 responden penelitian berdasarkan jenis kelamin. Responden perempuan yang tidak mengalami dispepsia berjumlah 10 orang (16,7%), sedangkan responden laki-laki yang tidak mengalami dispepsia sebanyak 14 orang (23,3%). Responden perempuan yang mengalami dispepsia fungsional sebanyak 25 orang (41,7%). Sedangkan responden laki – laki yang mengalami dispepsia fungsional sebanyak 11 orang (18,3%). Tabel ini menunjukkan bahwa jenis kelamin responden yang mengalami dispepsia fungsional paling banyak adalah perempuan sebanyak 25 orang (41,7%).

Tabel 5 Hasil Uji Korelasi Chi-Square antara Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia Fungsional

Pola Makan	Dispepsia Fungsional						P value
	Tidak Dispepsia		Dispepsia		Total		
	n	%	N	%	n	%	
Teratur	17	28,3%	10	16,7%	27	45,0%	0,001
Tidak Teratur	7	11,7%	26	43,3%	33	55,0%	
Total	24	40,0%	36	60,0%	60	100%	

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian ini, memperlihatkan hasil bahwa responden dengan pola makan tidak teratur, banyak yang mengalami dispepsia sebanyak 26 orang

(43,3%) dibandingkan responden dengan pola makan teratur yang tidak mengalami dispepsia sebanyak 17 orang (28,3%). Penelitian ini menggunakan pengolahan data yang menggunakan perhitungan *chi-square* dengan

nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitiannya bahwa sebagian besar responden dengan pola makan tidak teratur mengalami dispepsia sebanyak 42 orang (79,2%). dibandingkan responden dengan pola makan teratur yang tidak mengalami dispepsia sebanyak 30 orang (68,2%).⁷

Pola makan sehari-hari terlihat pada kebiasaan jadwal makan yang sering tidak teratur, seperti sering terlambat makan atau menunda waktu makan bahkan kadang tidak sarapan pagi atau tidak makan siang atau tidak makan malam sehingga membuat perut mengalami kekosongan dalam waktu yang lama.⁸

Jika proses ini terlalu lama, maka produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi mukosa lambung dan menimbulkan keluhan berupa mual.⁹

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa penyebab dispepsia salah satunya adalah perilaku pola makan yang buruk. Banyaknya aktivitas yang dilakukan dapat menyebabkan ketidakteraturan pola makan.

Pola makan tidak teratur berisiko mengalami berbagai keluhan diantaranya nyeri bagian perut sampai ke ulu hati, mual, muntah dan bersendawa yang mengakibatkan timbulnya dispepsia. Frekuensi makan yang tidak teratur, jumlah makan yang tidak sesuai, dan jeda makan yang terlalu lama dapat mencetuskan dispepsia fungsional. Jika proses ini terlalu lama, maka produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi mukosa lambung dan

menimbulkan keluhan berupa mual. Pola makan tidak teratur membuat lambung sulit untuk beradaptasi. Apabila seseorang terlambat makan sampai 2-3 jam, maka produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengakibatkan dispepsia. Hal ini menyebabkan perih dan mual.

KESIMPULAN

Penelitian ini menggunakan pengolahan data yang menggunakan perhitungan *chi-square* dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional.

SARAN

Penelitian ini diharapkan bisa dijadikan masukan kepada pihak institusi pendidikan untuk dapat memberikan penyuluhan dan edukasi kepada mahasiswa tentang dampak pola makan yang tidak teratur yang bisa menyebabkan berbagai masalah kesehatan gastrointestinal seperti dispepsia fungsional.

Mahasiswa diharapkan mengubah dan menjaga frekuensi makan besar minimal 3 kali/hari, makan cemilan 2 kali/hari dengan membuat jadwal makan dan selalu menjaga ketersediaan makanan ketika waktu makan tiba atau dengan selalu membawa makanan cemilan. Memperhatikan waktu makan teratur (tepat) serta jenis makanan yang adekuat dan bervariasi, yaitu terdiri dari karbohidrat, protein, dan lemak setiap kali makan. Hindari konsumsi makanan pedas, asam, minuman beralkohol, bersoda atau merokok terlalu sering. Mahasiswa dapat mengenali faktor pencetus terjadinya dispepsia sehingga dapat melakukan langkah-

langkah promotive dan preventive untuk mencegah terjadinya dispepsia.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat Memaparkan lebih banyak lagi faktor yang berhubungan dengan dispepsia seperti, faktor stress, merokok, jenis makanan dan minuman, Indeks Massa Tubuh (IMT) dan sebagainya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang benar bagi masyarakat tentang ketidakteraturan makan dan dispepsia pada remaja.

DAFTAR REFERENSI

1. Afifah N. Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Semester Delapan Universitas Aisyiyah Yogyakarta. *Univ 'Aisyiyah Yogyakarta*. Published online 2018:1-13.
<http://digilib.unisayogya.ac.id/4393/1/naskah publikasi afifah-min.pdf>
2. Ummul Khair Binti Amir, I gde Yasa Asmara, Rifana Cholidah. Hubungan Diet Iritatif dan Ketidakteraturan Makan dengan Sindrom Dispepsia pada Remaja Santri Madrasah Aliyah Al-Aziziyah Putri Kapek Gunungsari Lombok Barat Nusa Tenggara Bara. *Unram Med J*. 2019;8(2):34. doi:10.29303/jku.v8i2.341
3. Bestari IP, Rizal F, Lubis SY. Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *Kandidat J Ris dan Inov Pendidik*. 2020;2(1):66-73. <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/kandidat/article/view/750>
4. Choi SC, Choi SH, Seo JHJH, Jo HJJ, Kim SM. Prevalence and risk factors of functional dyspepsia in health check-up population: A nationwide multicenter prospective study. *J Neurogastroenterol Motil*. 2018;24(4):603-613. doi:10.5056/jnm18068
5. Djojoningrat D. *Dispepsia Fungsional Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Ke-6. Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam; 2015.
6. Dwigint S. The Relation of Diet Pattern To Dyspepsia Syndrom. *J Major*. 2015;4:73-80.
7. Rinda Fithriyana. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *PREPOTIF J Kesehat Masy*. 2018;2(2):43-54.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/prepotif/article/view/79>
8. Hidayah AN, Rahmah Y, Hasanah N. Perbedaan Tingkat Stres, Keteraturan Makan Dan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Siswa Asrama Dan Non Asrama Di Smk Kesehatan Samarinda. *Heal Sci J*. 2020;2(1):1-12.
9. Sinurat D. UNIVERSITAS SUMATERA UTARA Poliklinik UNIVERSITAS SUMATERA UTARA. *J Pembang Wil Kota*. 2018;1(3):82-91.