

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saluran pencernaan merupakan organ yang berperan penting terhadap pemenuhan kebutuhan nutrisi untuk aktivitas sehari-hari. Lambung merupakan tempat makanan dicerna sehingga nutrisi dari makanan dapat diserap sebagai zat gizi secara optimal.¹ Namun sangat disayangkan gangguan lambung, yaitu dispepsia memiliki angka prevalensi yang tinggi di dunia yaitu 7-40% populasi.² Menurut Djojoningrat tahun 2014, dispepsia adalah kumpulan gejala atau sindrom yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di epigastrium, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa perut penuh, sendawa.³ Dispepsia juga didefinisikan sebagai keluhan yang bersifat kronik (minimal 1 bulan) dan berulang yang berpusat pada perut bagian atas.⁴

Di Asia pasifik, dispepsia dijumpai pada 10-20% dari jumlah populasi penduduk.⁵ Studi prospektif di Republik Ceko menunjukkan dari total 1.836 sampel berusia 5-98 tahun, prevalensi total dispepsia 12%, 3,5% pada subjek berusia 5-24 tahun, 18% pada usia 25-64 tahun, dan 15% pada usia 65 tahun.⁶ Salah satu komunitas yang paling sering menderita dispepsia adalah mahasiswa khususnya pada mahasiswa kedokteran. Salah satu penelitian di New Delhi, India terhadap 210 mahasiswa kedokteran menunjukkan dispepsia terjadi pada 18%

mahasiswa.² Studi *cross-sectional* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung menunjukkan 36,4% dari 258 sampel menderita dispepsia.⁷ Beberapa faktor risiko yang berpengaruh terhadap kejadian dispepsia antara lain, jenis kelamin, usia, infeksi, pola makan, dan lainnya.⁸

Pada mahasiswa, kesehatan sangat penting dan berpengaruh terhadap produktivitas dalam belajar. Tingkat produktivitas mahasiswa dapat dilihat dari prestasi belajar yang diperoleh. Gangguan kesehatan sekecil apapun dapat berpengaruh terhadap prestasi belajar.

Mahasiswa kedokteran memiliki jadwal perkuliahan yang padat. Selain dari jadwal perkuliahan yang ada, mahasiswa kedokteran dituntut untuk banyak membaca, belajar, mengerjakan berbagai tugas yang membutuhkan waktu lama. Mahasiswa kedokteran akan cenderung memprioritaskan waktu untuk belajar daripada waktu untuk hal lain seperti makan dan tidur untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik.²⁹ Hal ini menyebabkan pola makan menjadi tidak teratur, peningkatan konsumsi kopi dan stres belajar.

Pola makan terdiri dari jadwal makan yang terdiri dari frekuensi makan dan jeda waktu makan. Selain dari kegiatan yang ada, keinginan mahasiswa untuk memperoleh bentuk tubuh ideal khususnya pada mahasiswa perempuan, dan jauhnya pengawasan orang tua menjadi faktor yang mempengaruhi pola makan mahasiswa.

Stres belajar dipicu dari banyaknya bahan pembelajaran yang harus dipejalari dan tekanan mental akibat rasa takut berlebih terhadap kemungkinan gagal dalam proses perkuliahan dapat menyebabkan berkurangnya waktu tidur dan meningkatkan kebiasaan konsumsi kopi pada mahasiswa.

Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara faktor-faktor seperti pola makan, konsumsi kopi dan tingkat stres yang mungkin merupakan faktor risiko yang paling sering menyebabkan dispepsia pada mahasiswa kedokteran yang berhubungan dengan jadwal belajar dan aktivitas yang padat sehari-harinya.

1.2 Perumusan Masalah

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan hasil yang tidak konsisten mengenai hubungan antara masing-masing faktor risiko dengan dispepsia. Studi cross sectional pada mahasiswa Universitas Indonesia pada tahun 2011 menunjukkan bahwa pola makan yang tidak teratur dapat menyebabkan dispepsia sedangkan konsumsi kopi tidak menyebabkan dispepsia. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri *et al*, 2015 yang menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi kopi dengan dispepsia. Faktor konsumsi kopi dan pola makan terhadap dispepsia sudah sering diteliti sebelumnya namun pada penelitian ini peneliti menambahkan faktor stres akademik yang mungkin

dapat menjadi faktor lain penyebab dispepsia yang belum pernah diteliti sebelumnya pada mahasiswa fakultas kedokteran.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah tingkat stres akademik memiliki hubungan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
2. Apakah pola makan berisiko yaitu kurang dari 3x makanan utama atau kurang dari 2x makanan selingan (ringan) atau jeda waktu makan lebih dari 4 jam memiliki hubungan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
3. Apakah konsumsi kopi memiliki hubungan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran tentang tingkat stres akademik, pola makan, dan konsumsi kopi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

2. Mengetahui kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

1. Mengetahui hubungan tingkat stres akademik dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
2. Untuk mengetahui hubungan antara pola makan berisiko yaitu kurang dari 3x makanan utama atau kurang dari 2x makanan selingan (ringan) jeda waktu makan yang lebih dari 4 jam dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
3. Mengetahui hubungan konsumsi kopi dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki manfaat terhadap berbagai pihak:

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan peneliti tentang dispepsia

2. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi tentang hubungan stres akademik, pola makan, dan konsumsi kopi terhadap dispepsia sehingga diharapkan mahasiswa dapat mencegah kejadian dispepsia.

