

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 4.1 Latar Belakang

Dispepsia merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang terjadi tidak hanya di Indonesia, tetapi juga di dunia.<sup>13</sup> Menurut data WHO Kasus dispepsia di dunia mencapai 13-40% dari total populasi setiap tahun.<sup>6,7,8</sup> Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia dispepsia berada di urutan ke-6 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah sakit tahun 2010 dengan jumlah kasus sebanyak 33.500.<sup>2</sup>

Berdasarkan konsensus *internasional panel of clinical investigators*, dispepsia didefinisikan sebagai rasa nyeri atau tidak nyaman yang terutama dirasakan di daerah perut bagian atas. Dispepsia merupakan kumpulan gejala atau sindrom yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di epigastrium, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa perut penuh, sendawa yang sifatnya berulang atau kronik.<sup>2,7,8</sup>

Dispepsia terbagi atas dua subklasifikasi, yakni dispepsia organik dan dispepsia fungsional.<sup>8,13</sup> Dispepsia organik adalah dispepsia yang disebabkan adanya kelainan organik. Dispepsia fungsional adalah dispepsia yang penyebabnya tidak diketahui.<sup>14</sup>

Salah satu masalah kesehatan yang disebabkan oleh perubahan pola makan atau diet serta gaya hidup adalah dispepsia fungsional.<sup>5</sup> 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.<sup>7</sup>

Remaja sering kali terjebak dalam pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur, bahkan sampai mengalami gangguan pola makan. Hal ini dikarenakan aktivitas kehidupan sehari-hari mereka disibukkan dengan penugasan sekolah dan beban hidup lainnya, sehingga mereka cenderung kurang memperhatikan makanan

yang dikonsumsi, baik waktu dan jenis makanan yang membuat mereka cenderung mengalami masalah lambung.<sup>1</sup> Oleh karena itu, kelompok usia remaja merupakan salah satu yang berisiko terkena dispepsia fungsional.<sup>10</sup> Penelitian Natun et al. 2017; Noviasy dan Susant. 2020; Nugroho. 2018; Sumarni dan Andriani. 2019 mendapatkan keluhan dispepsia banyak didapatkan pada usia yang lebih muda.<sup>5</sup>

Pola makan meliputi 3 (tiga) komponen utama yaitu jenis, frekuensi dan jumlah makanan.<sup>1,7,10</sup> Salah satu faktor yang dapat menyebabkan seseorang berisiko menderita dispepsia adalah ketidakteraturan makan.<sup>2</sup> Ketidakteraturan makan atau pola makan yang salah merupakan faktor risiko yang mempengaruhi untuk terjadinya dispepsia sebesar hingga 20x lipat.<sup>11</sup> Keteraturan makan sangat berkaitan dengan produksi asam lambung karena memudahkan lambung mengenali waktu makan sehingga produksi asam lambung terkontrol. Jadwal makan yang tidak teratur akan membuat lambung sulit beradaptasi sehingga produksi asam lambung menjadi tidak terkontrol dan menyebabkan timbulnya gejala dispepsia fungsional.<sup>2,7</sup>

#### **4.2 Perumusan Masalah**

Dispepsia bukan suatu kondisi ganas namun gejala yang terjadi secara berulang dan berfluktuasi memiliki pengaruh besar terhadap penurunan kualitas hidup seseorang. Penurunan produktivitas sehari-hari seperti tidak dapat mengikuti pembelajaran akibat gejala yang timbul mampu menurunkan prestasi pada remaja. Jika hal tersebut berkelanjutan dalam waktu yang lama memunculkan risiko dampak terhadap menurunnya kualitas remaja sebagai sumber daya dan generasi penerus bangsa.<sup>10</sup>

Kegiatan mahasiswa dalam mengerjakan berbagai macam tugas kuliah sangat menyita waktu. Kesibukan mahasiswa tersebut akan berdampak pada waktu atau jam makan sehingga walaupun sudah sampai saatnya makan, mahasiswa sering menunda dan bahkan lupa untuk makan.<sup>3</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Wahdaniah Irfan (2019) menemukan tidak adanya hubungan bermakna antara pola makan dengan kejadian dispepsia. Penelitian Astri Dewi (2017) mendapatkan hasil kecenderungan mahasiswa yang

memiliki pola makan tidak teratur lebih banyak mengalami sindrom dispepsia daripada mahasiswa yang memiliki pola makan teratur. Hal ini sesuai dengan penelitian Kefi C G B (2022) yang menemukan kecenderungan mahasiswa yang memiliki pola makan tidak teratur lebih banyak mengalami sindrom dispepsia dari pada mahasiswa yang memiliki pola makan teratur dan faktor pola makan yang paling dominan adalah perilaku pola makan (frekuensi dan jadwal makan).<sup>7</sup>

Keterlambatan makan dapat menyebabkan dispepsia fungsional, suatu kondisi yang ditandai dengan gejala seperti sakit perut, kembung, dan gangguan pencernaan lainnya tanpa penyebab fisik yang jelas. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengevaluasi hubungan antara keterlambatan makan dan dispepsia fungsional, dan hasilnya cukup bervariasi.

Sebagai contoh, sebuah studi oleh Yang et al. (2020) di Korea melaporkan bahwa menunda makan, yang didefinisikan sebagai waktu dari bangun hingga makan pertama yang berlangsung lebih dari satu jam, dikaitkan dengan peningkatan risiko dispepsia fungsional. . Studi tersebut melibatkan 2.936 responden dan menemukan bahwa menunda diet dikaitkan dengan peningkatan kejadian dispepsia fungsional, terutama pada kelompok usia yang lebih muda.<sup>44</sup>

Namun, sebuah studi oleh Zagari et al. (2010) di Italia melaporkan hasil yang beragam. Studi tersebut mengamati 652 pasien dengan dispepsia fungsional dan menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara menunda diet dan dispepsia fungsional.<sup>45</sup>

Selain itu ada beberapa penelitian yang menemukan bahwa kejadian dispepsia banyak ditemukan pada kelompok usia remaja. Salah satu penelitian yang dilakukan pada tahun 2014 oleh Choi et al. diterbitkan dalam Jurnal Pediatri Korea menunjukkan bahwa penundaan makan mungkin merupakan faktor risiko penting untuk perkembangan dispepsia fungsional pada remaja. Penelitian melibatkan 145 remaja dengan dispepsia fungsional dan 99 remaja sehat sebagai kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan dispepsia fungsional lebih sering terlambat makan dibandingkan kelompok kontrol.<sup>46</sup> Studi lain yang dilakukan pada tahun 2018 oleh Kim et al. diterbitkan dalam jurnal Kedokteran juga menemukan hubungan antara penundaan diet dan dispepsia fungsional pada remaja.

Studi ini mengamati 204 remaja dan menemukan bahwa mereka yang sering makan larut malam memiliki risiko dispepsia fungsional lebih tinggi.<sup>47</sup>

Berdasarkan angka kejadian dan fenomena diatas dapat disimpulkan bahwa banyak pasien yang mengalami dispepsia fungsional, dan kegiatan mahasiswa yang sangat menyita waktu sering mengakibatkan ketidakteraturan makan. Keteraturan makan dapat menjadi salah satu langkah pengobatan dan pencegahan terjadinya sindroma dispepsia, sebaliknya dengan keterlambatan makan akan memperberat kondisi yang dialami sehingga peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang hubungan, pola makan, keterlambatan makan dan jenis makanan minuman iritatif dengan sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020.

### **4.3 Pertanyaan Penelitian**

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara keterlambatan makan dengan sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara jenis makanan minuman iritatif dengan sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020?
4. Berapa total prevalensi pola makan tidak teratur pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020?
5. Berapa total prevalensi keterlambatan makan makan pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020?
6. Berapa total prevalensi konsumsi makanan minuman iritatif pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020?
7. Berapa total prevalensi sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020.

#### **4.4 Tujuan Penelitian**

##### **4.4.1 Tujuan Umum**

1. Untuk mengetahui hubungan antara pola makan, keterlambatan makan dan jenis makanan minuman iritatif dengan sindroma dispepsia pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020.

##### **4.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui total prevalensi pola makan tidak teratur pada mahasiswa FK angkatan 2020
2. Mengetahui total prevalensi keterlambatan makan pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020
3. Mengetahui total prevalensi konsumsi jenis makanan minuman iritatif pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020
4. Mengetahui total prevalensi kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020.

#### **4.5 Manfaat Penelitian**

##### **4.5.1 Manfaat Akademik**

1. Sebagai pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian kesehatan dan tambahan ilmu mengenai hubungan pola makan, keterlambatan makan dan jenis makanan minuman iritatif dengan sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020.
2. Sebagai sumber informasi tentang hubungan pola makan, keterlambatan makan, dan jenis makanan minuman iritatif berdasarkan karakteristik individu terhadap sindrom dispepsia fungsional sehingga diharapkan mahasiswa FK UPH dapat mengatur waktu makan dengan baik.

#### **4.5.2 Manfaat praktis**

Sumber informasi bagi masyarakat tentang hubungan pola makan, keterlambatan makan dan jenis makanan minuman iritatif terhadap kejadian sindroma dispepsia fungsional dan menghindari hal-hal yang dapat mencetuskan kejadian sindrom dispepsia fungsional sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

