

HUBUNGAN JENIS DAN FREKUENSI MAKAN DENGAN *SUSPECT* DISPEPSIA MAHASISWA S1 KEPERAWATAN UNJA

Nurmaliza Ulfa, Nurlinawati, Yuliana

Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Email: nurmalizaulfa@gmail.com

Abstrak

Dispepsia merupakan penyakit terbesar di provinsi Jambi yang menempati posisi ke-9. Faktor yang mempengaruhi terjadinya Dispepsia yaitu jenis dan frekuensi makan. Kebiasaan makan yang tidak teratur serta mengkonsumsi makanan yang pedas, asam, berlemak, kopi dan minuman bersoda bisa menyebabkan terjadinya Dispepsia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan jenis dan frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi. Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif jenis Korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* sebanyak 106 sampel. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner jenis dan frekuensi makan dan kuesioner *Suspect* Dispepsia melalui *google form*. Analisa data menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian ini didapatkan mahasiswa yang *Suspect* Dispepsia 41 responden (38,7%), 65 responden (61,3%) Negatif Dispepsia. Adapun Jenis makan kurang baik 64 responden (60,4%), baik 42 responden (39,6%). Sedangkan frekuensi makan tidak teratur 59 responden (55,7%), makan teratur sejumlah 47 responden (44,3%). Hasil penelitian pada jenis dan frekuensi makan didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 dan $0,023 < 0,05$ maka Terdapat hubungan yang signifikan antara jenis dan frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi.

Kata Kunci: Jenis, Frekuensi Makan, *Suspect* Dispepsia.

Abstract

Dyspepsia is the biggest disease in Jambi Province which ranks 9th. The influence factors occurrence of dyspepsia are the type and frequency of eating. Irregular eating habits and consuming spicy, acidic, fatty foods, coffee and soft drinks can cause dyspepsia. The purpose of the study was to know the relationship between type and eating frequency with number of suspect dyspepsia at Sarjana Degree nursing Students of Jambi University. This research is a quantitative correlational research with a cross sectional approach. Sampling using a total sampling technique of 106 samples. The instrument used was a questionnaire on the type and frequency of eating and a Suspect Dyspepsia questionnaire via google form. Data analysis using Chi Square. The results of this study showed that 41 respondents (38.7%) was suspected dyspepsia, 65 respondents (61.3%) was negative dyspepsia. the type of eating less well 64 respondents (60.4%), good was 42 respondents (39.6%). Meanwhile, the frequency of eating irregularly was 59 respondents (55.7%), while eating regularly was 47 respondents (44.3%). The results of the study on the type and frequency of eating obtained p-values of 0,000 and $0,023 < 0,05$, so there is a significant relationship between the type and frequency of eating with number of suspect dyspepsia at Sarjana Degree nursing Students of Jambi University.

Keywords: Type, Eating Frequency, *Suspect* Dyspepsia.

Pendahuluan

Di Indonesia pada saat ini berhadapan pada dua tantangan perkembangan kesehatan yakni penyakit yang menular serta penyakit yang tidak menular. Penyakit yang menular tetap sebagai permasalahan kesehatan dalam lingkup kehidupan yang masih tidak bisa diselesaikan, sedangkan pada sisi yang lain terus meningkatnya berbagai kasus penyakit yang tidak menular diakibatkan dari perubahan kebiasaan makan atau tidak teratur pada pola hidup yang cenderung tidak bagus dijalani. Adapun permasalahan kesehatan yang diakibatkan pola makan yang berubah maupun melakukan diet yang tidak baik dan pola hidup salah satunya Dispepsia. Dispepsia adalah kumpulan beberapa gejala atau sindrom seperti rasa nyeri atau rasa tidak nyaman pada saluran pencernaan bagian atas. Gejala atau sindrom ini dapat dirasakan dalam jangka waktu tertentu, terutama pada perut bagian atas, mual dan muntah, cepat kenyang meskipun baru makan sedikit, sendawa, kembung dan penuh.

Menurut data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2015, kasus dispepsia mencapai 13-40% dari total penduduk setiap tahunnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di Amerika Serikat, Eropa dan Oceania prevalensi dispepsia berkisar antara 5-43%. Prevalensi penyakit ini bervariasi secara global. Menurut penelitian Oshima, dkk di Asia pada tahun 2015 didapatkan hasil bahwa prevalensi Dispepsia mencapai 5.35-20.4%. Menurut data Dinas

Kesehatan Provinsi Jambi (Dinkes) tahun 2017, dispepsia menempati urutan ke sembilan dari 10 penyakit dengan kasus tertinggi di Provinsi Jambi, adapun jumlah kasus penyakit Dispepsia di provinsi Jambi pada tahun 2017 yaitu sebanyak 43.812.

Pola konsumsi makanan yang memiliki ketidakteraturan serta kebiasaan mengonsumsi makan makanan yang pedas, panas serta asam turut dapat mengakibatkan terjadinya dispepsia yang dirasakan seseorang, dikarenakan pada makanan yang dikonsumsi ini dapat membawa kerusakan bagi mukosa lambung serta peningkatan asam lambung yang kemudian menimbulkan perasaan nyeri, kepenuhan maupun kembung di bagian perut atasnya.

Dari penelitian lain yang dilakukan oleh Indah Putri Bestari di dapatkan hasil bahwa terdapat 1 responden (1,1%) yang tidak mengidap sindrom Dispepsia akibat pola makan yang buruk, dan terdapat 90 responden (98,9%) yang mengidap sindroma Dispepsia dengan pola yang makan buruk. Kemudian terdapat 1 responden (11,1%) yang tidak mengidap sindroma Dispepsia dengan pola makan yang baik, dan terdapat 8 responden (88,9%) yang mengidap sindroma Dispepsia dengan pola yang makan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Ji Hao Xu, dengan judul "*Certain Dietary Habits Contribute To The Functional Dyspepsia In South China Rural Area*", didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara jenis kebiasaan makan dengan kejadian Dispepsia.

Berdasarkan survei data awal yang dilakukan terhadap mahasiswa pada tanggal 22 September 2020 Keperawatan Universitas Jambi angkatan 2016-2020 dengan menggunakan kuesioner melalui *Google Form* didapatkan hasil bahwa mahasiswa keperawatan universitas jambi yang mempunyai keluhan Dispepsia. Dan berdasarkan hasil wawancara survei data awal terhadap 5 mahasiswa Keperawatan Universitas Jambi didapatkan hasil bahwa mereka mengeluh nyeri perut atau rasa tidak nyaman serta terasa mual apabila melewati jadwal makan atau telat makan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara jenis dan frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Jambi.

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik. Penelitian ini ditujukan untuk menggambarkan atau mencari hubungan antara variabel independen yaitu jenis makan dan frekuensi makan dengan variabel dependen yaitu *Suspect* Dispepsia yang dilakukan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *cross sectional*, dimana peneliti akan melakukan pengumpulan data variabel dependen dan independen secara bersamaan.

Penelitian ini dilakukan di kampus Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi (FKIK UNJA). Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Februari tahun

2021 sampai dengan bulan Maret 2021 dengan populasi penelitian ini adalah Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi dari angkatan 2016 sampai angkatan 2020. dengan jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 106 responden dimana semua responden sudah memenuhi kriteria Inklusi. Dalam penentuan responden peneliti menggunakan teknik Total Sampling dimana responden penelitian dipilih sesuai dengan yang memenuhi kriteria Inklusi Penelitian sehingga didapatkan dari 293 populasi didapatkan 106 Mahasiswa S1 yang bersedia untuk menjadi responden penelitian.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Dalam penelitian ini kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner jenis dan frekuensi makan dan kuesioner *Suspect* Dispepsia yang bertujuan untuk mengidentifikasi apakah ada hubungan jenis dan frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Jambi. Dimana dikatakan jenis makan yang “Baik” \geq Median (4), “Kurang Baik” $<$ Median (4), dikatakan frekuensi makan yang “Teratur” \geq Median (4), “Tidak teratur” $<$ Median (4), dan *Suspect* apabila jawaban (ya) \geq 3, Negatif jika jawaban (ya) $<$ 3 pada jawaban pertanyaan yang telah diajukan.

Instrumen ini sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas ulang oleh peneliti dengan hasil uji validitas menunjukkan bahwa sejumlah 15 komponen pertanyaan jenis dan frekuensi makan dan 10 pertanyaan *Suspect* Dispepsia dinyatakan valid dikarenakan r

hitung lebih besar dari r tabel dengan taraf signifikan 0,361. Sedangkan untuk uji reliabilitas dengan kuesiner yang berisi 15 pertanyaan jenis dan frekuensi makan dan 10 pertanyaan *Suspect* Dispepsia semuanya reliabel dengan nilai *cronbach alpha* frekuensi makan 0,751, Jenis Makan 0,693, *Suspect* Dispepsia 0,855.

Metode Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu data primer yang berupa data yang peneliti

dapatkan dari pengisian kuesioner yang disebar secara online ke grup WA menggunakan google form yang kemudian akan diisi oleh responden. Penelitian ini menggunakan uji *chi square* untuk melihat apakah ada hubungan antara jenis dan frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	f	%
18-19 Tahun	37	34,9
20-21 Tahun	51	48,1
22-23 Tahun	17	16,0
24-25 Tahun	1	0,9
Total	106	100

Dari Tabel 1 diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Jambi terbanyak pada penelitian ini berada

pada rentang usia 20-21 tahun sejumlah 51 responden (48,1%). Sedangkan karakteristik responden berdasarkan usia paling sedikit pada penelitian ini berada pada rentang 24 – 25 tahun (0,9%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	12	11,3
Perempuan	94	88,7
Total	106	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan memiliki jumlah

94 responden (88,7%) sedangkan jenis kelamin laki-laki memiliki jumlah 12 orang (11,3%).

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Angka *Suspect* Dispepsia

Kejadian Dispepsia	f	%
Suspect Dispepsia	41	38,7
Negatif Dispepsia	65	61,3
Total	49	100

Tabel 3 menunjukkan *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi yaitu berjumlah 41 responden

(38,7%), sedangkan kategori Negatif Dispepsia berjumlah 65 responden (61,3%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Makan

Jenis Makan	f	%
Kurang Baik	64	60,4
Baik	42	39,6
Total	106	100

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan jenis makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, terbanyak pada jenis makan yang kurang baik yaitu sejumlah 64 responden (60,4%), dan kategori jenis makan yang baik sejumlah 42 responden (39,6%).

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Frekuensi Makan

Frekuensi Makan	f	%
Tidak teratur	59	55,7
Teratur	47	44,3
Total	106	100

Tabel 5 menunjukkan frekuensi makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, terbanyak pada frekuensi makan tidak teratur yaitu sejumlah 59 responden (55,7%), dan frekuensi makan teratur sejumlah 47 responden (44,3%).

Tabel 6 Hubungan Jenis Makan dengan Angka Suspect Dispepsia

Jenis Makan	Kejadian Suspect Dispepsia				Total	p-value
	Suspect		Negatif			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Kurang baik	38	35,8	26	24,5	64	60,4
Baik	3	2,8	39	36,8	42	39,6
Total	41	38,7	65	61,3	106	100

Jika dilihat pada hasil Uji Chi-Square Tabel 4.1 diatas diperoleh nilai p value = 0,000 artinya nilai p kurang < 0,05 sehingga Ho ditolak sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis makan dengan angka suspect dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi.

Tabel 4.2 Hubungan Frekuensi Makan dengan Angka Suspect Dispepsia

Frekuensi Makan	Kejadian Dispepsia				Total	p-value
	Suspect		Negatif			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Tidak teratur	29	27,4	30	28,3	59	55,7
Teratur	12	11,3	35	33,0	47	44,3
Jumlah	41	38,7	65	61,3	106	100

Apabila dilihat pada hasil Uji Chi-Square Tabel 4.7 diperoleh nilai p value = 0,023 artinya nilai p kurang < 0,05 sehingga Ho ditolak sehingga bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara frekuensi makan dengan angka suspect dispepsia pada

mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi

Pembahasan

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan usia terbanyak pada penelitian ini berada pada rentang usia 20-21 tahun sejumlah 51 responden (48,1%). Perubahan dari segi moral, kognitif, psikologi, maupun fisik terjadi pada usia remaja akhir. Stress, permasalahan, dan konflik dalam kehidupan yang tidak dapat ditangani oleh remaja menyebabkan masa remaja berisiko lebih besar terjadi permasalahan kesehatan. Muya dkk juga menjelaskan bahwa penurunan aktivitas hormonal fisiologi dan aktivitas olahraga seseorang juga akan menurun seiring bertambahnya usia. Sehingga pertambahan usia sangat berhubungan dengan meningkatnya resiko kejadian dispepsia. Karena alasan itu menjaga pola hidup sehat pada masa muda sangat penting untuk mengurangi resiko kejadian Dispepsia.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Piotrowicz *et al.* pada 230 responden yang menyatakan bahwa Dispepsia ini paling sering muncul pada kelompok usia 16-30 tahun dan kelompok usia 31-45 tahun, yaitu pada kalangan kaum muda. Serta didapatkan korelasi yang signifikan secara statistik antara usia dengan kejadian Dispepsia ($p < 0,05$).

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Dari hasil penelitian didapatkan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan dengan jumlah 94 responden (88,7%) dan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 12 orang (11,3%). Sejalan dengan metaanalisis oleh Ford *et al* yang menunjukkan bahwa Dispepsia lebih sering terjadi pada perempuan. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa perempuan lebih banyak mengalami *Suspect* Dispepsia dibandingkan laki-laki, dikarenakan pada perempuan adanya hormon gastrin yang bisa menyebabkan aliran tambahan pada lambung menjadi sangat asam. dan juga Estrogen berperan dalam mengontrol fungsi motorik dan sensorik dari saluran gastrointestinal melalui tindakan langsung atau tidak langsung pada jalur imun, endokrin, dan saraf serta interaksi dengan mikrobiota usus, Estrogen juga memengaruhi emosi dan suasana hati wanita, hormon seks wanita dapat mempengaruhi nyeri viseral dan motilitas pada lambung.

Penelitian yang dilakukan oleh Sumarni dan Andriani di wilayah kerja Puskesmas Biak Muli Kabupaten Aceh Tenggara menunjukkan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin memiliki mayoritas responden dengan sindroma Dispepsia dengan jenis kelamin perempuan dengan persentase 74,2% dari 31 responden sedangkan responden dengan sindroma dispepsia berjenis kelamin

Laki-laki memiliki presentase 25,8% dari 31 responden.

Angka Suspect Dispepsia Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi

Hasil penelitian menunjukkan *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi yaitu berjumlah 41 responden (38,7%), sedangkan kategori Negatif Dispepsia berjumlah 65 responden. Gambaran diri (*body image*) salah tentang bentuk tubuh ideal membuat mahasiswa khususnya mahasiswa perempuan sangat mempengaruhi pola makan mahasiswa. Selain itu, kegiatan mahasiswa baik itu kegiatan akademik maupun non akademik sangat menyita waktu sehingga berdampak pada waktu makan mahasiswa. Tidak jarang mahasiswa telat atau menunda waktu makan dan bahkan ada mahasiswa yang lupa untuk makan akibat kesibukan didalam maupun luar kampus. Kejadian *suspect* dispepsia pada mahasiswa dimungkinkan karena mahasiswa memiliki aktivitas yang cukup banyak sehingga dapat meningkatkan stres dan kebiasaan makan tidak teratur. Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri dkk, mengenai frekuensi kejadian sindroma Dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2014 di Universitas Riau, menunjukkan hasil dimana mahasiswa yang mengeluhkan sindrom dispepsia (55,8%) lebih banyak daripada yang tidak mengeluhkan (44,2%). Pada penelitian Ramírez-Vásquez dan Mejia, ditemukan hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan

yang buruk dengan peningkatan kejadian Dispepsia.

Jenis Makan Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi

Hasil penelitian menunjukkan jenis makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi pada jenis makan dengan kategori kurang baik sejumlah 64 responden (60,4%), dan pola makan dengan kategori baik sejumlah 42 responden (39,6%). Dikarenakan Kesibukan yang tinggi memaksa mahasiswa untuk mengonsumsi makanan cepat saji dan kurang mengonsumsi makanan yang berserat. Selain itu, mahasiswa cenderung memilih jenis makanan yang bertepung, berlemak, asin dan manis.

Makan jenis makanan yang merangsang peningkatan asam lambung, seperti makanan pedas, minuman asam dan beralkohol, kopi, dimana kafein yang terkandung dalam kopi akan meningkatkan sekresi gastrin dalam sistem pencernaan, sehingga merangsang produksi asam lambung. Asam yang tinggi dapat menyebabkan peradangan dan erosi pada mukosa lambung, yang menyebabkan penyakit dispepsia. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Putri et al (2015) menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan minum kopi dengan kejadian gangguan pencernaan. Dalam penelitian ini, 50,6% responden menemukan orang yang memiliki kebiasaan minum kopi dan mengalami gangguan pencernaan (Husna.2016).

Berdasarkan hasil penelitian lain, yang menunjukkan kesamaan dengan hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan oleh Putri

dkk, dengan responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2014 di Universitas Riau. Adapun Penelitian Putri dkk menunjukkan sebanyak 65,9% responden (91 orang) sering mengonsumsi makanan pedas, 57,2% responden (79 orang) sering mengonsumsi makanan asam, dan 41,3% responden (57 orang) sering mengonsumsi minuman iritatif seperti minuman berkarbonasi, alkohol, teh, dan kopi.

Frekuensi Makan Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi

Hasil penelitian menunjukkan frekuensi makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, terbanyak pada frekuensi makan tidak teratur yaitu sejumlah 59 responden (55,7%), dan frekuensi makan teratur sejumlah 47 responden (44,3%). Waktu belajar yang panjang serta upaya mempercepat masa studi di kampus menjadi penyebab padatnya kegiatan mahasiswa. Bahkan tidak jarang libur semester dipergunakan untuk kuliah tambahan dengan tujuan memperbaiki nilai.

Padatnya kegiatan mahasiswa berakibat berkurangnya waktu untuk makan. Sehingga mahasiswa sering terlambat makan siang hingga tidak makan sama sekali atau hanya memakan cemilan untuk menunda lapar. Diluar jam kuliah mahasiswa juga sering memanfaatkan waktu untuk belajar bersama sehingga diluar jam kuliah mahasiswa pun sering sembarangan memilih makan atau tidak makan. Tidak jarang juga mahasiswa sembarang memilih makan karena uang yang terbatas. Perubahan pola makan pada mahasiswa juga sering terjadi karensa sebagian mahasiswa tinggal

jauh dari rumah dan harus menyiapkan makan sendiri. Perubahan pola makan ini umumnya berupa keterlambatan jam makan atau makan di luar kebiasaan karena faktor waktu dan uang yang terbatas.

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh (Ervianti.2008) kepada 48 responden tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia, didapatkan hasil bahwa salah satu faktor yang berhubungan dengan terjadinya dispepsia yaitu keteraturan makan.

Hubungan Jenis Makan dengan Angka Suspect Dispepsia pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada Tabel 4.6 hasil penelitian menunjukkan responden dengan jenis makan yang kurang baik dan *suspect* dispepsia sebanyak 38 responden (35,8%), sedangkan responden dengan jenis makan yang kurang baik dan negatif dispepsia yaitu sebanyak 26 responden (24,5%). Adapun responden dengan jenis makan yang baik dan *suspect* dispepsia yaitu sebanyak 3 responden (2,8%), sedangkan responden dengan jenis makan yang baik dan negatif dispepsia yaitu sebanyak 39 responden (36,8%).

Jika dilihat pada hasil *Uji Chi-Square* penelitian ini, hasilnya menunjukkan *p value* 0,000 artinya *p value* <0.05. dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi.

Berdasarkan hasil penelitian mahasiswa cenderung memiliki jenis

makan yang kurang baik, jenis makanan yang kurang baik seperti mengkonsumsi makanan pedas, asam, berlemak, bersoda dan kopi bisa meningkatkan resiko terjadinya *suspect* dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi. Berdasarkan hasil penelitian jenis makan kurang baik 64 Responden sedangkan jenis makan yang Baik 42 responden. Jika dilihat dari angka kejadian *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa keperawatan S1 di Universitas Jambi angka *Suspect* Dispepsia sebanyak 41 Responden sedangkan Negatif Dispepsia sebanyak 65 Responden Artinya bahwa Angka *Suspect Dispepsia* lebih sedikit dibandingkan dengan angka Negatif Dispepsia, ini bisa disebabkan karena beberapa faktor lain seperti tingkat stress, gaya hidup, riwayat penyakit dahulu, sosial ekonomi dan lingkungan atau tempat tinggal. Sehingga tidak semua mahasiswa yang jenis makannya kurang baik memiliki *Suspect* Dispepsia. Dan aja juga mahasiswa yang jenis makannya sudah baik tetapi mengalami *Suspect* Dispepsia.

Penelitian sebelumnya telah melaporkan Dispepsia dari konsumsi kopi kemungkinan besar disebabkan oleh peningkatan sekresi asam lambung. Asupan kopi secara umum dianggap mempengaruhi gangguan ini mungkin karena sekresi asam lambung yang disebabkan oleh senyawa dalam kopi seperti asam klorogenat dan kafein. Penelitian lain telah menunjukkan bahwa lipid mengatur fungsi saluran cerna bagian atas seperti pengosongan lambung, merangsang sekresi pankreas, dan sekresi asam lambung. Lemak dengan melepaskan *cholecystokinin*

(CCK) mungkin memainkan peran penting dalam persepsi lambung dan munculnya gejala. Asupan lemak berhubungan dengan stimulasi dan sekresi hormon gastrointestinal seperti CCK dan *glukagon like peptide-1* (GLP-1) dan polipeptida Y. Bukti menunjukkan bahwa peptida ini memodulasi pengosongan lambung dan efektif dalam menginduksi gejala dispepsia.

Capsaicin adalah komponen aktif makanan pedas (misalnya cabai). Ini memiliki efek ganda dengan aktivasi pertama serat C-afere, sensitisasi yang meningkatkan gejala, diikuti oleh desensitisasi yang mengurangi gejala. Sebuah studi acak dengan hanya 30 pasien (15 di setiap kelompok) menunjukkan bahwa suplemen oral dengan bubuk cabai merah 2,5 g selama 5 minggu menyebabkan penurunan yang signifikan dalam gejala Dispepsia secara keseluruhan dan juga nyeri epigastrium atau kekenyuan, dua pasien dari kelompok paprika merah harus segera menghentikan penelitian karena peningkatan nyeri perut.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Xu et al pada 1.304 penduduk dewasa di area pedesaan Cina Selatan, disimpulkan bahwa jenis kebiasaan makan tertentu berkorelasi positif dengan prevalensi Dispepsia.

Hubungan Frekuensi Makan dengan Angka *Suspect* Dispepsia pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi

Apabila dilihat pada hasil tabulasi silang pada tabel di atas responden dengan frekuensi makan

yang tidak teratur dengan *Suspect* Dispepsia yaitu sebanyak 29 responden (27,4%), sedangkan responden dengan frekuensi makan yang tidak teratur dengan negatif dispepsia yaitu sebanyak 30 responden (28,3%). Adapun responden dengan frekuensi makan yang teratur dengan *suspect* dispepsia yaitu sebanyak 12 responden (11,3%), sedangkan responden dengan frekuensi makan yang teratur dengan negatif Dispepsia yaitu sebanyak 35 responden (33,0%).

Kemudian apabila dilihat pada hasil *Uji Chi-Square* pada penelitian ini, hasilnya menunjukkan *p value* 0,023 artinya *p value* <0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi.

Akibat dari padatnya kegiatan mahasiswa baik di kampus maupun diluar kampus sehingga bisa mempengaruhi frekuensi makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, banyak mahasiswa yang telat makan bahkan melewatkan jadwal makannya dikarenakan kesibukan dari mahasiswa tersebut. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi Cenderung tidak teratur, sedangkan untuk angka *Suspect* Dispepsia lebih rendah jika dibandingkan dengan angka Negatif Dispepsia, hal ini bisa disebabkan oleh faktor lain seperti tingkat stress, sosial ekonomi, lingkungan atau pengaruh tempat tinggal, gaya hidup dan riwayat

kesehatan pada mahasiswa tersebut. Karena itu tidak semua mahasiswa yang pola makannya tidak teratur mempunyai *Suspect* Dispepsia, begitupun sebaliknya tidak semua mahasiswa yang pola makannya teratur dengan Negatif Dispepsia.

Perilaku makan seperti jeda waktu antar makan, kebiasaan makan sebelum tidur, jumlah dan ukuran makanan, pola makan tidak teratur, dan kecepatan makan dihubungkan dengan peningkatan risiko dispepsia fungsional. konsumsi makanan dalam jumlah besar dan melewatkan waktu makan dapat mengakibatkan gangguan pada sekresi asam lambung serta hormon gastrointestinal, hipomotilitas antrum, gangguan akomodasi lambung, dan perlambatan pengosongan lambung.

Pola makan yang tidak teratur akan mengakibatkan lambung sulit beradaptasi. Jika hal ini berlangsung pada waktu yang cukup lama akan timbul gastritis akibat produksi asam lambung yang berlebihan. Produksi asam lambung yang berlebihan juga mengakibatkan rasa perih dan mual. Gejala tersebut kemudian bisa naik menuju kerongkongan lalu menimbulkan rasa panas seperti terbakar. Melewatkan sarapan di pagi hari juga meningkatkan risiko kejadian dispepsia. Tubuh membutuhkan banyak kalori pada pagi hari sehingga melewatkan sarapan juga akan menyebabkan produksi asam lambung yang berlebihan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Xu et al yang menemukan pola makan tidak sehat seperti makan tidak teratur, makan camilan malam, melewatkan sarapan, dan makan di luar berkorelasi positif dengan angka

kejadian Dispepsia. Penelitian lain oleh Duboc *et al* menyimpulkan bahwa perilaku makan, pola makan tidak teratur, dan tingkat makan sedang hingga cepat secara signifikan dikaitkan dengan Dispepsia fungsional.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Hubungan Jenis dan Frekuensi Makan dengan Angka *Suspect* Dispepsia pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi adalah : Karakteristik responden berdasarkan usia pada penelitian ini terbanyak pada rentang usia 20-21 tahun sejumlah 51 responden (48,1%) dan usia yang paling sedikit adalah pada rentang usia 24-25 tahun yaitu sebanyak 1 responden (0,9%), Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, terbanyak yaitu perempuan dengan jumlah 94 responden (88,7%) dan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 12 orang (11,3%), Kategori *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi yaitu berjumlah 41 responden (38,7%), sedangkan kategori Negatif Dispepsia berjumlah 65 responden (61,3%),

Jenis makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, terbanyak pada jenis makan yang kurang baik yaitu sejumlah 64 responden (60,4%), dan kategori jenis makan yang baik sejumlah 42 responden (39,6%), Frekuensi makan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, terbanyak pada frekuensi makan tidak teratur yaitu sejumlah 59 responden (55,7%), dan frekuensi makan teratur sejumlah 47 responden (44,3%), Terdapat hubungan yang signifikan antara

jenis makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi, Terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi makan dengan angka *Suspect* Dispepsia pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Jambi.

Selain jenis dan frekuensi makan, masih ada banyak faktor penyebab lain terjadinya *Suspect* Dispepsia seperti, lingkungan, stress, masalah sosial ekonomi, pengaruh tempat tinggal, lifestyle yang mungkin berkontribusi dalam terhadap angka *Suspect* Dispepsia yang tidak diteliti pada penelitian ini, untuk itu diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk bisa menggali lebih dalam tentang faktor penyebab lain terjadinya Dispepsia.

Daftar Pustaka

- Djojoningrat, Dharmika. 2009. *Dispepsia Fungsional dalam Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam jilid 1*. Edisi kelima. Jakarta : Balai Penerbit FKUI
- Duboc, H., Latrache, S., Nebunu, N., & Coffin, B. 2020. *The Role of Diet in Functional Dyspepsia Management*. *Frontiers in Psychiatry*, 11(February), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00023>
- Dwigint, S. 2015. *The Relation of Diet Pattern to Dyspepsia Syndrom in College Students*. *J MAJORITY*, 4(1):73-80
- Ford, A. C., Marwaha, A., Sood, R., & Moayyedi, P. 2015. *Global prevalence of, and risk factors for, uninvestigated dyspepsia: A meta-analysis*. *Gut*, 64(7), 1049–1057.

- <https://doi.org/10.1136/gutjnl-2014-307843>
- Indah Putri Bestari. 2020. *Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh*. Jurnal Riset dan Inovasi Pendidikan, 2(1), 66-73
- Ji Hao Xu. 2017. *Certain Dietary Habits Contribute to the Functional Dyspepsia in South China Rural Area*. Medical Science, doi: 10.12659/msm.902705, 3942-3951
- Khodarahm, M., & Azadbakht, L. 2016. *Dietary fat intake and functional dyspepsia*. Advanced Biomedical Research, 5(1), 76. <https://doi.org/10.4103/2277-9175.180988>
- Khomsan, A., 2004. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Jakarta : PT Raja Grafindo
- Piotrowicz, G., Stępień, B., & Rydzewska, G. 2013. *Socio-demographic characteristics of patients with diagnosed functional dyspepsia*. Przegląd Gastroenterologiczny, 8(6), 354–365. <https://doi.org/10.5114/pg.2013.39918>
- Putri, I. S., & Widyatuti. 2019. *Stres dan Gejala Dispepsia Fungsional pada Remaja*. Jurnal Keperawatan Jiwa, 7(2): 203-214. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.2.2019.205-216>
- Putri, R. N., Ernalia, Y., & Bebasari, E. 2015. *Gambaran Sindroma Dispepsia Fungsional Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014*. JOM FK Volume 2 No. 2
- Sumarni. 2019. *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia*. Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi. 2(1). 61-66. <https://doi.org/10.35451/jkf.v2i1.282>
- Wan Kamarul Zaman, W., Loh, S., & Mohd Esa, N. 2019. *Coffee and gastrointestinal health: a review*. Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences, 15(SP1), 96–103.
- Xu, J. H., Lai, Y., Zhuang, L. P., Huang, C. Z., Li, C. Q., Chen, Q. K., & Yu, T. 2017. *Certain dietary habits contribute to the functional dyspepsia in South China rural area*. Medical Science Monitor, 23, 3942–3951. <https://doi.org/10.12659/MSM.90270>