

# GAMBARAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS RIAU

Yeni Rahmah<sup>1</sup>, Reni Zulfitri<sup>2</sup>, Widia Lestari<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan  
Universitas Riau

Email: [Yenyrahmah408@gmail.com](mailto:Yenyrahmah408@gmail.com)

## Abstract

Health problems that are common and often experienced by many people, one of which is dyspepsia. Dyspepsia is a term used for a syndrome or collection of syndromes consisting of pain or discomfort in the epigastrium, nausea, vomiting, bloating, early satiety, feeling full, and belching. This study aims to describe the incidence of dyspepsia in university students in Riau. The research design used is descriptive. The sample in this study was 215 patients using stratified random sampling technique. The data retrieval tool used was a questionnaire which was tested for validation and reliability. Analysis of the data used is univariate. Showed that the gender was female (93.0%), Minang ethnic (34.4%), class of 2017 students (21.8%), dyspepsia symptoms quickly satiety with irregular eating patterns (45.5%), symptoms of dyspepsia quickly filled with irritating types of food and drink (45.1%), 1000 students have experienced symptoms of early satiety (55.3%) while for the incidence of dyspepsia with dyspepsia (75.3%). It is recommended for students to maintain regular eating patterns and regularly consume lots of healthy and non-irritating food and drinks, so that it can cause dyspepsia in students. Eating patterns and types of food and beverages have a significant relationship with the incidence of dyspepsia in students.

Keywords: Dyspepsia, diet, types of food and drink and students

## PENDAHULUAN

World Health Organization definisikan sehat yaitu keadaan seseorang yang bebas dari penyakit ataupun kecacatan serta keadaan sejahtera yang dirasakan oleh individu meliputi keadaan fisik, mental dan juga sosial. berdasarkan UU No.23 tahun 1992 kesehatan yaitu keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup dengan produktif secara sosial maupun ekonomis. Ketika individu melakukan kebiasaan yang buruk seperti pola makan tidak teratur dan sering mengkonsumsi makanan dan minuman yang iritatif secara terus-menerus dapat menyebabkan masalah kesehatan salah satunya yaitu dispepsia (Riani, 2015).

Dispepsia adalah kondisi yang dialami oleh individu berupa adanya rasa nyeri atau tidak nyaman pada ulu hati. Reaksi ini dapat menimbulkan ketidakseimbangan metabolisme dan sering menyerang seseorang pada saat usia produktif. Dispepsia adalah sindrom atau kumpulan dari gejala antara lain rasa nyeri pada *epigastrium*, terdapat rasa mual dan ingin muntah, perut kembung, merasa cepat kenyang dan perut terasa penuh, sering bersendawa, *regurgitas*, serta rasa

panas yang menjalar ke bagian dada. Keluhan ini tidak harus selalu ada pada setiap orang. Keluhan yang dialami oleh penderita dispepsia dapat berganti-ganti maupun bervariasi, baik untuk jenis keluhannya maupun kualitas dari keluhan yang dialami. Dengan demikian dispepsia bukan merupakan penyakit, namun kumpulan gejala yang penyebabnya harus ditemukan (Sofro & Anurogo, 2013).

Keluhan yang dirasakan pada penderita dispepsia dapat dipengaruhi karena adanya penyakit salah satunya yaitu *gastritis*. Gejala awal pada *gastritis* yang menjadi pencetus terjadinya sindrom dispepsia berhubungan dengan pola makan dan aktivitas yang dilakukan. Ketidakteraturan makan, aktivitas yang padat, keinginan memiliki berat badan ideal, dan melemahnya pengawasan dalam mengatur pola makan dapat menjadi pencetus terjadinya dispepsia (Dwingint, 2015).

Faktor yang dapat yang dapat menyebabkan seseorang mengalami dispepsia terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain jenis kelamin, usia, suku, dan pekerjaan. Faktor eksternal antara lain kebiasaan merokok dan pola makan. Didapatkan dispepsia sering di jumpai pada kelompok umur lebih muda, prevalensi 66% pada kelompok umur dibawah 55 tahun (Abdeljawad et al, 2017). Faktor lain yaitu

jenis makanan yang dikonsumsi. Makanan-makanan yang memiliki rasa pedas dan asam dapat merangsang peningkatan asam pada lambung. Selain itu minuman beralkohol dan kopi dapat meningkatkan sekresi gastrin dikarenakan kopi memiliki kandungan kafein, hal tersebut dapat memberikan rangsangan terhadap produksi asam lambung. Ketika kadar asam memiliki nilai yang tinggi dapat mengakibatkan terjadinya peradangan dan erosi pada mukosa lambung yang kemudian mengakibatkan terjadinya dispepsia.

Penelitian yang dilaksanakan oleh Putri, et al (2015) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan minum kopi dengan dispepsia. Hasil penelitiannya yaitu responden yang mempunyai kebiasaan meminum kopi mengalami dispepsia sebanyak 50,6% (Husna, 2016). Penelitian yang dilaksanakan Rahma (2018) tentang gambaran karakteristik dengan sindrom dispepsia di Puskesmas Rumbai diperoleh hasilnya yaitu mayoritas responden yang mengalami dyspepsia mempunyai pola makan yang tidak teratur berjumlah 43 responden (82%) dan pola makan yang teratur berjumlah 9 responden (17,3%). Penderita sindrom dispepsia yang mengkonsumsi makanan dan minuman iritatif berjumlah 40 responden (76,9%), sedangkan yang tidak mengkonsumsi makanan dan minuman tidak iritatif berjumlah 12 responden (23,1%).

Penelitian Irawan (2015) tentang faktor resiko terhadap kejadian dispepsia di Instalasi Rawat inap RSUD Cideres didapatkan hasil penelitian berupa yaitu faktor yang paling beresiko pada kasus dispepsia adalah faktor diet dan pola makan berupa mengkonsumsi makanan yang pedas. Faktor gaya hidup lainnya yang beresiko mengakibatkan terjadinya dyspepsia yaitu perilaku merokok.

Dispepsia adalah salah satu keadaan yang banyak terjadi di dunia. Secara global kasus dispepsia didunia mencapai angka 13-14% dari total populasi setiap tahunnya (WHO, 2010).

Asia pravelensi dispepsia berkisar 8-30% (Purnamasari, 2017). Penelitian di Amerika Serikat untuk prevalensi dispepsia menurut jenis kelamin tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara laki-laki dengan perempuan. Tetapi terdapat penelitian yang menunjukkan prevalensi dispepsia lebih banyak diderita perempuan dibandingkan laki-laki yaitu sebesar 4:1 (Abdeljawad et al,

2017). Prevalensi dyspepsia di Indonesia berdasarkan jenis kelamin lebih didominasi oleh laki-laki daripada perempuan yaitu sebanyak 55,7% (Hemriyantton et al, 2017).

Prevalensi dispepsia berdasarkan suku di Negara Malaysia lebih sering ditemukan pada suku cina dibandingkan non cina. Suku Cina berada pada nomor satu sebanyak 19,7%, lalu suku Melayu 14,6% dan suku India 11,2%. Di Indonesia menunjukkan bahwa kejadian dyspepsia sebagian besar terjadi pada suku Batak sebanyak 45,5%, lalu suku Karo 27,3%, suku Jawa 18,2%, dan yang paling sedikit yaitu suku mandailing 4,5% (Muya et al, 2015).

Di Indonesia diprediksi hampir 30% pasien yang berkunjung ke praktik umum merupakan pasien dispepsia. Diprediksi sekitar 15-40% populasi mengalami dyspepsia di Indonesia. Menurut data Departemen Kesehatan (2016) mengenai profil kesehatan Indonesia nyeri abdomen dan gastroenteritis ringan lainnya berada pada urutan ke-3 dari 10 jenis penyakit pada pasien rawat inap tertinggi dengan jumlah 380.774 kasus.

Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Riau dispepsia merupakan penyakit yang berada dalam 10 besar di ruang rawat inap Rumah sakit Arifin Ahmad Provinsi Riau dengan jumlah 11,88%. di Pekanbaru pada tahun 2017 berdasarkan 20 Puskesmas didapatkan bahwa dispepsia adalah 10 penyakit terbesar dengan jumlah 14.292 kasus.

Dispepsia bisa sangat mengganggu aktivitas sehari-hari, jika memiliki aktivitas yang padat, ini bisa menjadi penghambat dalam melakukan pekerjaan dan apabila tidak diatasi dengan baik dapat mengakibatkan hal yang fatal (Gustin, 2011). Kelompok yang beresiko untuk mengalami dyspepsia yaitu remaja termasuk yaitu mahasiswa. Mahasiswa mempunyai kegiatan yang padat seperti mengerjakan berbagai jenis tugas kuliah yang sangat menyita waktu. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa tersebut akan berdampak pada waktu atau jam makan mereka, seperti menunda makan di jam yang seharusnya makan dan bahkan dapat lupa untuk makan (Dewi 2017).

Mahasiswa yang mempunyai aktivitas dan jadwal perkuliahan yang padat memberikan pengaruh kepada pola hidupnya terutama pada pola makan. Aktivitas yang

padat biasanya menyebabkan mahasiswa menunda-nunda waktu makan bahkan terkadang lupa untuk makan (Dewi 2017).

Selain itu aktivitas fisik mahasiswa sehari-hari siswa juga tidak teratur. Jadwal kuliah mahasiswa yang padat dituntut untuk mendapatkan standar kesempurnaan selama menjalankan pendidikan, hal ini dapat menjadi pencetus timbulnya masalah-masalah kesehatan salah satunya yaitu adalah sindrom dispepsia (Augesti, 2015).

Peneliti sudah melakukan studi pendahuluan terhadap 10 orang mahasiswa Universitas Riau dengan metode wawancara. Hasil wawancara didapatkan bahwa 4 dari 10 orang mengatakan bahwa mereka sudah didagnosa dispepsia dan pernah berobat ke Rumah Sakit, sedangkan 6 orang lainnya juga mengatakan pernah mengalami gejala dispepsia yaitu merasakan mual, ingin muntah, nyeri pada ulu hati dan sakit kepala. Namun mereka tetapi tidak pernah berobat ke fasilitas kesehatan. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Gambaran dispepsia pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau”.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Desain penelitian merupakan rencana yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitian (setiadi 2013). Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif merupakan suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Metode penelitian deskriptif digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang (setiadi, 2013). Dimana penelitian ini untuk mengetahui gambaran kejadian dispepsia pada Mahasiswa Fakultas keperawatan Universitas Riau.

Penelitian ini dilakukan di wilayah Fakultas Keperawatan Universitas Riau Kegiatan penelitian ini di mulai dari persiapan riset pada bulan Februari 2021 sampai dengan bulan Juni 2021, Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan Universitas Riau

Teknik pengambilan sampel (sampling) dalam penelitian ini adalah *stratified random sampling* yaitu teknik untuk membagi sampel dalam beberapa strata. Metode ini dipilih karena responden terdiri dari beberapa kelas. Jumlah sampel yang diambil dari masing-masing strata dalam populasi (0.05%).

Kuesioner merupakan suatu cara pengumpulan data yang dilakukan dengan cara menegedarkan suatu daftar pertanyaan berupa fomulir kepada sejumlah subjek untuk mendapatkan informasi dan jawaban (Setiadi, 2013). Kuesioner yang di gunakan merupakan kuesioner yang sudah valid dan reliabel yang telah dilakukan peneliti sebelumnya, namun mengalami modifikasi dari peneliti seperti di kuesioner pola makan dan jenis makanan awalnya menggunakan skala linkert namun di ubah peneliti menjadi skala guttman untuk mendapatkan jawaban yang lebih tegas dari responden. Jenis pertanyaan pada kuesioner penelitian dirancang secara terstruktur yang terdiri dari Kuesioner A untuk melihat data demografi mahasiswa keperawatan yang terdiri dari identitas responden yaitu umur, suku, jenis kelamin dan kelas.

Kuesioner B berisi 6 pertanyaan mengenai pola makan. Kuesioner ini menggunakan rentang nilai 0-1 untuk pernyataan positif (nomor 1, 3, dan 5) dan pernyataan negatif (nomor 2, 4 dan 6) dengan nilai menjadi 0-1. Hasil penelitian ini dikatakan teratur bila skor penilaian kuesioner 3, dan tidak teratur bila skor penilaian kuesioner <3. hasil penelitian ini dikatakan teratur bila skor penilaian kuesioner bernilai 3 pada pertanyaan positif, dan tidak teratur bila skor penilaian kuesiner <3 pada pertanyaan positif. Kuesioner C berisi berisi 8 pertanyaan mengenai jenis makanan dan minuman iritatif. Kuesioner ini menggunakan rentang nilai 0-1 untuk pertanyaan positif (nomor 4,5,dan 6) dan pertanyaan negatif (nomor 1,2,3,7 dan 8) dengan nilai menjadi 0-1). hasil penilaian kuesioner ini katakan iritatif bila skor kuesioner = <3, Pertanyaan positif dan tidak iritatif bila skor penilaian kuesioner = 3 pada pertanyaan positif.

Kuesioner D merupakan kuesioner yang dirancang oleh Wahdaniah Irfan (2019) yang

sudah di uji validitas dan reliabilitas kuesioner kejadian dyspepsia terdiri dari 6 pertanyaan dengan pilihan jawaban “ ya” dan “tidak” yang dibuat berdasarkan kriteria Rome III. Dikatakan positif dispepsia apabila terdapat jawaban “ya” pada 1 atau lebih pertanyaan nomor 1-4 ataupun terdapat 2 atau lebih jawaban “ya” dari seluruh pertanyaan yang dikatakan tidak dispepsia apabila seluruh pertanyaan dengan jawaban “tidak”.

## HASIL PENELITIAN

Analisis univariat pada penelitian ini menunjukkan tentang karakteristik demografi responden maupun gambaran pola makan serta jenis makanan dan minuman dan kejadian dispepsia. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh sebagian besar responden menderita dyspepsia yang berjumlah 124 responden (57,7%) dari 215 responden. Adapun hasil analisis univariat yang didapat sebagai berikut:

### 1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden yaitu Jenis kelamin, usia, suku, dan kelas. Karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1

*Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Fakultas Keperawatan Universitas Riau*

Variabel	Frekuensi	Persentase(%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	15	7
Perempuan	200	93
Total	215	100
<b>Usia</b>		
18-24	215	100
<b>Suku</b>		
Minang	74	34,4
Melayu	72	33,5
Batak	26	12,1
Jawa	27	12,6
Lainnya	16	7,4
Total	215	100
<b>Kelas</b>		
A2017	78	36,3
A2018	69	32,1
A2019	68	31,6
Total	215	100

Berdasarkan tabel 8 di atas hasil distribusi frekuensi jenis kelamin perempuan terbanyak 200 orang (93,0%). usia responden terbanyak adalah berumur 20-21 sebanyak 139 orang (64,7%). suku responden terbanyak adalah suku minang dan 74 orang (34,4%). Kelas terbanyak adalah kelas A 2018-1 yaitu sebanyak 35 orang (16,3%) dan angkatan responden terbanyak adalah angkatan 2017 yaitu sebanyak 78 orang (36,3%).

### 2. Faktor penyebab dispepsia

Tabel 2

*Distribusi Frekuensi Gejala Dispepsia Berdasarkan Pola Makan Responden*

Gejala dispepsia	Pola makan				Total	
	Teratur		Tidak teratur			
	F	%	F	%	F	%
Nyeri ulu hati	22	10,2	69	32,0	91	42,3
Rasa panas di dada	5	2,3	27	12,5	32	14,8
Kembung setelah makan	23	10,6	63	31,6	86	40
Cepat kenyang	26	12,0	98	45,5	124	57,6
Mual muntah	8	3,7	21	9,7	29	13,4
Sering sendawa	14	6,5	51	23,7	65	30,2

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan gejala dispepsia pola makan tidak teratur responden yang mengalami gejala cepat kenyang 98 orang (45,5%).

Tabel 3

*Distribusi Frekuensi Gejala Dispepsia Berdasarkan Jenis Makanan dan Minuman Responden*

Gejala Dispepsia	Jenis Makanan Dan Minuman				Total	
	Iritatif		Tidak Iritatif			
	F	%	F	%	F	%
Nyeri ulu hati	77	35,8	14	6,5	91	42,3

Rasa panas di dada	26	12,0	6	2,7	32	14,8
Kembung setelah makan	66	30,6	20	9,3	86	40
Cepat kenyang	97	45,1	27	12,5	124	57,6
Mual muntah	25	11,6	4	1,8	29	13,4
Sering sendawa	53	24,6	13	6,04	65	30,2

Tabel 3 menunjukkan bahwa gejala dispepsia dengan jenis makanan dan minuman iritatif yang paling banyak mengalami gejala cepat kenyang sebanyak 97 orang (45,1%).

### 3. Gejala dispepsia pada mahasiswa keperawatan

Tabel 4

*Distribusi Frekuensi Gejala Dispepsia Berdasarkan Jenis Kelamin Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau*

Gejala Dispepsia	Mahasiswa Keperawatan Universitas Riau				Total	
	Laki-laki		Perempuan		F	%
	F	%	F	%		
Nyeri ulu hati	13	6,0	111	51,6	124	57,7
Rasa panas di dada	14	6,5	169	78,6	183	85,1
Kembung setelah makan	11	5,1	118	54,9	129	60,0
Cepat kenyang	10	4,7	81	37,7	91	42,3
Mual muntah	15	7,0	171	79,5	186	86,5
Sering sendawa	14	6,5	136	63,3	150	69,8

Tabel 4 menunjukkan bahwa gejala dispepsia pada mahasiswa keperawatan yang paling banyak mengalami gejala mual muntah 15 orang (7,0)%.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat Karakteristik Responden Jenis kelamin

Berdasarkan data dari fakultas keperawatan di dapatkan hasil dari

penelitian bahwa perempuan lebih beresiko mengalami dispepsia. hal ini sesuai dengan hasil penelitian oleh penelitian Tiana dkk (2017) bahwa, terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kejadian sindroma dispepsia fungsional karena diperoleh nilai  $p < 0,001$ . Salah satu penyebab kaum perempuan lebih dominan mengalami kejadian dispepsia adalah akibat faktor diet yang tidak tepat. Perempuan yang melakukan program diet yang tidak tepat tentunya akan sangat berbahaya dan tidak dianjurkan karena sangat beresiko mengalami kejadian penyakit yang berhubungan dengan gangguan pada usus.

Hal ini didukung oleh pendapat Irwan (2015) yang menyatakan bahwa salah satu faktor menyebabkan kejadian dispepsia pada perempuan adalah faktor diet. Oleh karena itu, untuk menghindari resiko kejadian dispepsia maka terutama kaum perempuan harus mengatur gaya hidup dengan baik. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tiana dkk (2017) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida, ditemukan bahwa bahwa sindroma dispepsia mayoritas diderita oleh perempuan. Perbandingan insiden ini mencapai 2:1. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan mempunyai peluang yang lebih besar mengalami kejadian dispepsia dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan hasil penelitian Sumarni dan Dina andriani (2019) dan didapatkan hasil penelitiannya Pada jenis kelamin memperlihatkan bahwa dari 31 responden penelitian ternyata mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 74.2% sementara laki-laki hanya 25.8%.

### 2. Suku

Berdasarkan data dari fakultas keperawatan didapatkan hasil penelitian bahwa suku minang lebih beresiko mengalami dispepsia hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa mayoritas suku responden yaitu Minang dengan jumlah 23 orang responden (44,2%). Hal ini juga

didukung dengan hasil penelitian Muya, Mumi & Herman (2015) yang menyatakan sering maupun jarang mengalami kekambuhan, lebih tinggi pada kelompok suku Minang yaitu sebesar 57,1% dan 40,5%.

Kebiasaan pola makan orang minang dapat memicu terjadinya dispepsia, hal ini menjadikan suku Minang rentan terhadap kejadian sindrom dispepsia. Orang Minangkabau terkenal dengan makanannya. Pada umumnya makanan orang Minangkabau memiliki rasa pedas dan pemakaian santan yang kental. Rendang merupakan makanan yang menjadi ciri khas orang Minangkabau. Selain itu juga terdapat makanan lain seperti kalio daging, gulai cancan, gulai gazebo, gulai tanjung, gulai ayam, ayam bakar. Ketika orang Minang merantau ke Jakarta pola makan tersebut tetap mereka lakukan (Fitriani, 2012).

### 3. Pola makan

Berdasarkan data dari fakultas keperawatan hasil penelitian yang telah dilakukan 215 orang responden tentang pola makan pasien dispepsia. menunjukkan bahwa sebagian besar responden banyak mengalami gejala dispepsia cepat kenyang dengan pola makan yang teratur, yaitu 27 orang responden (12,0%), sedangkan pola makan yang tidak teratur dengan gejala cepat kenyang yaitu 98 orang (45,5%).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan 52 orang responden tentang pola makan pasien sindrom dispepsia, menunjukkan bahwa sebagian besar pasien sindrom. dispepsia memiliki pola makan yang teratur, yaitu 9 orang responden (17,3%), sedangkan pola makan yang tidak teratur yaitu 43 orang responden (82%). Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian Andre, Machmud, dan Mumi (2013) yang menyatakan bahwa pola makan penderita dispepsia fungsional yaitu makan tidak teratur 23 orang (57,5%).

Penelitian Tiana dkk (2017) yang mengatakan bahwa, terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan sindrom dispepsia. Menurut Tiana dkk (2017), Sindrom dispepsia adalah kumpulan gejala yang terdiri atas nyeri ulu hati, mual,

kembung, muntah, rasa cepat kenyang, dan sendawa. Kejadian dispepsia ini memang sangat erat hubungannya dengan pola makan yang tidak teratur. Fithriyana (2018) juga menambahkan bahwa, kejadian dispepsia ini dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman seseorang tentang pola makan.

Menurut Andre dkk (2013), ketidak teraturan makan seperti kebiasaan makan yang buruk, tergesa-gesa, dan adwal yang tidak teratur dapat menyebabkan dispepsia. Disamping itu, menurut Fithriyana (2018), munculnya resiko kejadian dispepsia pada seseorang akibat pola makan yang tidak baik seperti halnya kebiasaan berlebihan memakan makanan pedas, asam, minum teh, kopi, dan minuman berkarbonasi. Menurut Putri dkk (2015) kebiasaan pola makan yang tidak baik ini mungkin dipengaruhi oleh faktor lingkungan tempat tinggal dan budaya.

Menurut asumsi peneliti bahwa gejala dispepsia akan terus beresiko pada penderitanya apabila tidak ditangani dengan serius. Salah satu cara penanganannya tentunya dengan menerapkan pola makan yang teratur dan gaya hidup yang sehat. Pola makan yang teratur dan gaya hidup sehat yaitu pola makan yang teratur setiap harinya, mengkonsumsi makanan tidak berlebihan dan makan tepat waktu dengan jam yang sama setiap harinya dan mengurangi makanan yang mengandung bahan pengawet.

### 4. Jenis makanan dan minuman

Berdasarkan data dari fakultas keperawatan Universitas Riau hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 215 orang responden tentang jenis makan dan minuman iritatif dispepsia. menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami gejala cepat kenyang dengan jenis makan dan minuman kelompok iritatif, yaitu 97 orang (45,1%), sedangkan jenis makan dan minuman kelompok tidak iritatif dengan gejala cepat kenyang yaitu 27 orang (12,5%). Hal ini juga didukung dengan hasil penelitian Nasution, Aritonang (2016) yang menyatakan jenis makan dan minuman

iritatif pada pasien sindrom dispepsia dari 44 orang (75%).

Berdasarkan penelitian Dewi (2017), yang meneliti tentang hubungan makanan dan minuman iritatif dengan sindrom dispepsia diketahui bahwa jumlah responden yang mengkonsumsi makanan dan minuman iritatif lebih banyak mengalami sindrom dispepsia. Makan makanan pedas berlebihan akan merangsang sistem pencernaan, terutama lambung dan usus yang berkontraksi. Hal ini akan menimbulkan rasa panas dan nyeri di ulu hati yang disertai dengan mual dan muntah. Bila kebiasaan mengkonsumsi makanan lebih dari satu kali dalam seminggu selama minimal enam bulan dibiarkan terus menerus dapat menyebabkan iritasi pada lambung. Beberapa jenis makanan timbul dispepsia adalah makanan yang berminyak dan berlemak. Makanan tersebut lambat dicerna dan menimbulkan peningkatan tekanan di lambung. Proses pencernaan ini membuat katup antara lambung dengan kerongkongan melemah sehingga asam lambung dan gas akan naik ke kerongkongan.

Berdasarkan penelitian Putri (2014) di dapatkan bahwa dari 58 orang pasien yang mengkonsumsi makanan dan minuman yang merangsang HCL secara rutin terdapat 49 orang (57.4%) mengalami dispepsia dan terdapat 9 orang (15.5%) tidak dispepsia. Responden yang tidak mengalami dispepsia sedangkan kesehariannya sering mengkonsumsi makan dan minuman yang merangsang HCL hal ini dapat disebabkan frekuensi makan dan minuman bersoda belum lama dan tidak banyak, misalkan responden yang mengkonsumsi minuman bersoda dalam kurun waktu 3 bulan belum menunjukkan hasil atau dampak akan menimbulkan gejala dispepsia.

Hasil penelitian ini di dukung oleh teori Susanti (2014), kebiasaan mengkonsumsi makanan dan minuman, seperti makan pedas, asam, minum teh, kopi, dan minuman berkarbonasi dapat meningkatkan resiko munculnya gejala

dispepsia. Suasana yang sangat asam di dalam lambung dapat membunuh organisme patogen yang tertelan bersama makanan. Namun, bila barrier lambung telah rusak, maka suasana yang sangat asam di lambung akan memperberat iritasi pada dinding lambung. Berdasarkan penelitian Rizky Nanda (2015) yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Pukesmas Bangkinang Kota Tahun 2017, peneliti melakukan wawancara terhadap petugas kesehatan dimana masih banyaknya pasien yang kurang mengetahui informasi-informasi kesehatan dikarenakan jarang nya petugas memberikan penyuluhan secara menyeluruh tentang kesehatan dan faktor-faktor penyebab penyakit tersebut kepada pasien yang datang.

## SIMPULAN

1. Responden yang mengalami kejadian dyspepsia adalah sebanyak 124 orang (57,7%)
2. Mayoritas responden dalam penelitian ini yang mengalami kejadian dyspepsia adalah perempuan yaitu sebanyak 120 orang (55,8%) dan untuk mayoritas suku responden adalah suku Minang 74 orang (34,4%) dan sedangkan untuk Kelas responden yang banyak mengalami gejala dyspepsia adalah angkatan 2017 yaitu sebanyak 22 orang (21,8%).
3. Responden yang mengalami gejala dyspepsia cepat kenyang dengan pola makan yang tidak teratur sebanyak 98 orang (45,5%).
4. Responden yang mengalami gejala dispepsia cepat kenyang karena mengkonsumsi jenis makanan dan minuman yang iritatif sebanyak 97 orang (45,1%).
5. Responden yang paling banyak mengalami gejala dyspepsia cepat kenyang laki- laki 5 orang (2,3%) dan perempuan 119 orang (55,3%).

## SARAN

Dengan hasil penelitian ini hendaknya senantiasa dapat berkembang keilmuannya dan di jadikan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya terkait gambaran gejala

dispepsia pada mahasiswa keperawatan universitas riau.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang tak terhingga atas bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam penyelesaian laporan penelitian ini.

<sup>1</sup>**Yeni Rahmah:** Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

<sup>2</sup>**Dr.Reni Zulfitri, M.Kep.,Sp.Kom:** Dosen pada Kelompok Jabatan Fungsional Dosen Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

<sup>3</sup>**Dr.Widia Lestari, S.Kp., M.Kep:** Dosen pada Kelompok Jabatan Fungsional Dosen Maternitas dan Anak Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Indonesia.

### DAFTAR PUSTAKA

- Abdeljawad, K.,Wehbeh, A.,& Qayed, E. (2017). *Low Prevalence of Clinically Significant Endoscopy Findings in Outpatients with Dyspepsia*. Gastroenterology Research and Practice, volume 2017, article ID 3543681, 7 pages. Retrieved from <http://doi.org/10.1155/2017/1354681>.
- Augusti G., dkk. (2015). *Perbedaan Tingkat Stres antara Mahasiswa Tahun Pertama dan Tahun Terakhir* di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. J Majority 4:4
- Dewi, A. (2015). *Hubungan Pola Makan dan Karakteristik Individu terhadap Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Kedokteran Univeritas Hasanuddin*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar.
- Dewi.(2017). *Hubungan pola makan dan karakteristik individu terhadap sindrom dispepsia pada mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin* Skripsi. Universitas hasanuddin. Makasar.
- Dwigint, S. (2015). *The relation of diet pattern to dyspepsia syndrome in collage students*. J majority, 4 (1), 73-80.
- Hemriyantton, B., Arifin, H., & Murni, A.W.(2017). *Hubungan depresi terhadap tingkat kepatuhan dan kualitas hiduppasien sindrom dispepsia*. Jurnal Sains Farmasi & Klinis, 3(2).
- Irwan, A.T. (2015). *Faktor resiko terhadap kejadian dispepsia di Instalasi rawat inap RSUD Cidere kabupaten Majalengka*, Jom FKp, Vol, 5(2), 823-830.
- Muya, Y., A.W. Murni & R.B. Herman. (2015). *Karakteristik penderita dispepsia fungsional yang mengalami kekambuhan di bagian ilmu penyakit dalam RSUP Dr. M. djmail Padang, Sumatera Barat*. Jurnal Kesehatan Andalas.
- Nasution, K. N, Aritonang. Y.E.,& Nasution.E. (2016). *Hubungan pola makan dengan kejadian sindrom dispepsia pada Mahasiswa Fakultas kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara tahun 2015*. Di peroleh tanggal 22 febuari 2020
- Putri,et al.(2015) *Uji Sensitivitas dan Eritromisin terhadap infeksi Sekunder dari sepismen*, e jurnal Pustaka kesehatan. 3 (1). Hal.18-23.
- Riani. (2015). *Hubungan tidak sarapan pagi, jenis makanan dan minuman yang memicu asam lambung dengan kejadian dyspepsia* JOM FKp, Vol. 5 No. 2 (Juli-Desember) 2018 830 Jurnal Keperawatan STIKes Tuanku Tambusai Riau, 2(2), 45-51.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan* (Ed.2) Yogyakarta: GrahaIlmu
- Sofro dan Anurogo. (2013). *Asuhan Keperawatan Dispepsia*. Dipetikdari Website <http://repository.usu.ac.id>.
- Sumarni dan Andriani D. (2019). *Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia*. Aceh. Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF), e-ISSN 2655-0830 Vol. 2
- Tiana dkk. (2017). *Hubungan Antara Sindroma Dispepsia dengan Pola Makan dan Jenis Kelamin pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana Angkatan 2013*. Jurnal Kedokteran Meditek. Vol. 23. No.
- WHO (2010), *Penderita Dispepsia*, <http://www.dispepsia.org/en/artikel/kesehatan> diakses 24 Maret 2021.