



Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa di RSUD LakiPadada

Hayuti Windha Pagiu^{1*}, Lucia Yogyana Suramas², Serli³

^{1,2,3} STIKES LakiPadada, Indonesia

Alamat: Jl. Starda Baru, Pantan, Kec. Makale, Kabupaten Tana Toraja, Sulawesi Selatan
91811

Email@korespondensi : hayutiwindhapagiu@gmail.com

Abstract. : *Background: Diet and stress levels are one of the causes of dyspepsia. Dyspepsia is upper abdominal discomfort associated with digestive disorders. Research Objective: To determine the relationship between diet and stress levels with the incidence of dyspepsia in adult patients. The research design used was a cross sectional approach, with a purposive sampling technique, namely 46 respondents using the Chi-Square statistical test at a significance level of $\alpha=0.05$. Research Results: With the Chi-Square statistical test using SPSS, there was a significant relationship between eating patterns and dyspepsia in adult patients at LakiPadada Hospital. The p-value = 0.003 was obtained, where of the 46 respondents whose eating patterns were irregular, 19 respondents experienced severe dyspepsia. . Meanwhile, 7 (75.0%) respondents who had a regular eating pattern experienced severe dyspepsia. There is a significant relationship between the level of stress and the incidence of dyspepsia in adult patients at LakiPadada Regional Hospital, with a p-value = 0.004, where 20 (76.9%) respondents experienced severe stress and severe dyspepsia, while respondents experienced mild stress and mild dyspepsia. as many as 14 (70.0%) respondents Conclusion: There is a relationship between diet and stress levels with the incidence of dyspepsia in adult patients at LakiPadada Regional Hospital. Patients are expected to maintain their diet and stress levels.*

Key words: diet, stress, dyspepsia

Abstrak. : Latar Belakang: Pola makan dan tingkat stres merupakan salah satu penyebab terjadinya dispepsia. Dispepsia adalah ketidaknyamanan perut bagian atas yang terkait dengan gangguan pencernaan. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa. Desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan *cross sectional*, dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* yakni 46 responden dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* pada tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Hasil Penelitian: Dengan uji statistik *Chi-Square* menggunakan SPSS terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan dispepsia pada pasien dewasa di RSUD LakiPadada didapatkan nilai p-value=0,003, dimana dari 46 responden yang pola makannya tidak teratur ada 19 responden mengalami kejadian dispepsia berat. Sementara responden yang pola makannya teratur mengalami dispepsia berat ada 7 (75,0%) responden. Ada hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD LakiPadada didapatkan nilai p-value=0,004 di mana sebanyak 20 (76,9%) responden yang mengalami stres berat dan dispepsia berat, sedangkan responden yang mengalami stres ringan dan dispepsia ringan sebanyak 14 (70,0%) responden. Kesimpulan: Ada hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD LakiPadada. Diharapkan kepada pasien untuk menjaga pola makan dan tingkat stres.

Kata kunci: pola makan, stres, dispepsia

1. LATAR BELAKANG

World Health Organization (WHO) 2020, memperkirakan angka kematian akibat penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 73% dan angka morbiditas menjadi 60% di dunia. Sedangkan negara-negara SEARO (*South East Asian Regional Office*) diprediksi bahwa mortalitas dan morbiditas dari penyakit tidak menular meningkat 50% dan 42% (Setiandari lely octaviana *et.al.*, 2021). Sekitar 15-40% orang diseluruh dunia menderita dispepsia. Setiap tahun, 25% dari populasi dunia dipengaruhi oleh gangguan ini. Di Asia

prevalensi dispepsia sekitar 8-30%. Di Indonesia, dispepsia menempati urutan ke-5 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap dan urutan ke-6 pada pasien rawat jalan (Melina *et.al.*, 2023).

Pada negara berkembang khususnya di Indonesia angka kejadian dispepsia mencapai 40-50%, pada tahun 2020 angka kejadian dispepsia diperkirakan meningkat dari 10 juta meningkat menjadi 28 juta jiwa setara dengan 11,3% dari keseluruhan penduduk di Indonesia. Angka kejadian dispepsia di berbagai daerah di Indonesia cukup tinggi yaitu sekitar 274.396 kasus dari 238.452.952 jumlah penduduk. Angka kejadian dispepsia di Denpasar 46%, Jakarta 50%, Surabaya 31%, Bandung 32%, Palembang 35%, Aceh 31,7% dan Pontianak 31,2%, (Depkes RI, 2018).

Menurut data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, dispepsia adalah salah satu dari lima penyakit utama yang menyebabkan rawat inap di rumah sakit pada tahun tersebut, dengan angka kejadian 18.807 kasus (39,8%) pada pria dan 60,2% pada Wanita (Kemenkes RI, 2021). Pada tahun 2022 terjadi sekitar 10 juta jiwa atau 6,5% dari total populasi penduduk. Pada tahun 2023 diprediksikan angka kejadian dispepsia terjadi peningkatan dari 10 juta jiwa menjadi 28 jiwa setara dengan 11,3% dari keseluruhan penduduk di Indonesia (Rosadi, 2023).

Proporsi makan makanan berlemak dan pedas diatas usia 19 tahun pada laporan SKI di Provinsi Sulawesi Selatan 1-6 kali per minggu 61,9 % dan 3 kali per bulan 12,7 %. Proporsi minum minuman beralkohol di Sulawesi Selatan pada usia diatas 19 tahun pada laporan SKI yaitu minimal 0,0 % dan maksimal 133,6 %. Berdasarkan jenis kelamin laki-laki 11,4% dan perempuan 8,4%. (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Jumlah penduduk di Provinsi Sulawesi Selatan sebesar 9.156.856 jiwa pada tahun 2021. Jumlah kasus penderita dispepsia sebesar 282.739 atau sekitar 8,82%, data ini diperoleh dari berbagai Puskesmas di Sulawesi Selatan. (Dinkes Provinsi Sulawesi Selatan, 2019). Proporsi angka kejadian dispepsia di Kabupaten Tana Toraja mengalami peningkatan dari tahun 2018 hanya 485 jiwa pada tahun 2019 mudah mencapai 536 jiwa, dan pada tahun 2020 kejadian dispepsia di Kabupaten Tana Toraja mencapai 839 jiwa (Dinkes Kabupaten Tana Toraja, 2020).

Jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu disebut pola makan atau konsumsi pangan. Pola makan sehari-hari terlihat pada kebiasaan jadwal makan yang sering tidak teratur, seperti terlambat makan atau menunda makan, bahkan kadang-kadang tidak makan sarapan pagi, makan siang, dan

makan malam, sehingga membuat perut kosong untuk waktu yang lama. (Timah, 2021; Hidayah, 2020).

Pola makan yang tidak teratur membuat lambung terus berkontraksi saat lambung kosong, mengiritasi mukosa lambung. Produksi asam lambung yang berlebihan dapat memperburuk lapisan mukosa lambung hingga menyebabkan ulkus peptikum, yang menyebabkan rasa perih di ulu hati atau epigastrium (Indra *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil observasi awal di RSUD Lakipadada diperoleh data rekam medis pasien selama 2 tahun terakhir yaitu jumlah penderita dispepsia pada tahun 2022 sebanyak 283 penderita dan pada tahun 2023 sebanyak 643 penderita, dalam 1 bulan terakhir penderita dispepsia sebanyak 53 penderita (RSUD Lakipadada, 2024).

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada”.

2. KAJIAN TEORITIS

Sindroma atau keluhan yang dikenal sebagai dispepsia terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman pada ulu hati, mual, kembung, muntah, sendawa, rasa kenyang yang cepat, dan perut yang penuh. Keluhan makan yang terkait dengan masalah saluran cerna bagian atas disebut dispepsia. Menurut kriteria Rome III, dispepsia fungsional adalah penyakit metabolik yang ditunjukkan oleh gejala seperti nyeri epigastrik atau abdomen, rasa penuh pada bagian abdomen, dan rasa penuh saat makan (Laili, 2020).

Pembagian dyspepsia akut dan kronik berdasarkan atas jangka waktu tiga bulan, nyeri dan rasa tidak nyaman pada perut atas atau dada mungkin disertai dengan sendawa dan suara usus yang keras (Borborygmi). Pada beberapa penderita, makan dapat memperburuk nyeri, pada penderita lain makin bisa mengurangi gejalanya. Gejala lain meliputi nafsu makan yang menurun, mual, sembelit, diare dan flatulensi (perut kembung). Jika dispepsia menetap selama lebih dari beberapa minggu, atau tidak memberi respon terhadap pengobatan, atau disertai penurunan berat badan atau gejala lain yang tidak biasa, maka penderita harus menjalani pemeriksaan.

Pola makan adalah suatu kegiatan yang dapat memberikan pengaruh terhadap status gizi seseorang, pola makan ini di pengaruhi jumlah dan keunggulan makanan yang dikonsumsi sehingga juga mempengaruhi status Kesehatan seseorang (Akbar, 2021).

Pola makan adalah suatu cara atau usaha yang dilakukan untuk mengatur dan jumlah jenis makanan yang bertujuan mempertahankan Kesehatan tubuh, status nutrisi, mencegah penyakit atau membantu Kesehatan penyakit, Pola makan terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan dan porsi atau jumlah makan. Pola makan yang teratur akan mempertahankan Kesehatan apabila pola makan kita tidak teratur hal ini akan mempengaruhi Kesehatan jika hal itu terus terjadi, kesehatan akan terus menurun dan dapat mengakibatkan dispepsia (Timah stefanus, 2021).

Stres adalah salah satu kondisi yang mampu mempengaruhi adanya ketidak seimbangan fungsi tubuh manusia serta sering memicu gangguan di organ pencernaan, (Ashari & Murti, 2022) . Stres merupakan reaksi baik psikis maupun fisik seseorang terhadap suatu tuntutan yang mampu menimbulkan ketegangan sehingga bisa mengganggu stabilitas respon tubuh terhadap stresors psikososial pada individu diaktifitas sehari-hari, (Syahputra & Siregar, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Herman & Sulfiyana, (2020), sebanyak 88 responden berdasarkan kelompok responden ditinjau dari pola makan yang dibagi menjadi 2 yaitu pola makan 1-2 kali sehari yang terpapar dispepsia sebanyak 39 responden (75,0%) dan yang memiliki pola makan 1-2 kali sehari tapi tidak dispepsia sebanyak 13 responden (25,0%) sedangkan yang memiliki pola makan 1-3 kali sehari yang terpapar dispepsia sebanyak 19 responden (52,8%) dan yang memiliki pola makan 1-3 kali sehari tapi tidak dispepsia sebanyak 17 responden (42,2%), dari hasil ini dapat dilihat bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Bira Kota Makassar

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Syafitri, (2024), menunjukkan bahwa terdapat hasil yang signifikan hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa tingkat awal. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ansari & Indasari (2023). Terdapat hubungan yang bermakna antara derajat stres dan kejadian sindrom dispepsia semakin tinggi derajat stress semakin tinggi resiko terkena sindrom dispepsia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dayanti (2023), tentang hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada 76 responden diketahui bahwa responden yang pola makan tidak teratur 56,6% yang mengalami pola makan tidak teratur dengan sindrom dispepsia 63,2, responden yang pola makan teratur sebanyak 43,3% dan yang mengalami pola makan teratur dengan tidak sindrom dispepsia sebanyak 36,8%.

3. METODE PENELITIAN

Desain penelitian digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Yang bertujuan untuk mencari hubungan pola makan dan Tingkat stress dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD LakiPadada. Penelitian ini telah dilaksanakan di Ruang Perawatan Krisan, Mawar dan Melati RSUD LakiPadada Tana Toraja pada Juli- Agustus 2024.

Populasi dalam penelitian ini adalah 53 Pasien dewasa di RSUD LakiPadada. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian pasien dewasa berjumlah 46 orang di RSUD LakiPadada. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling dengan kriteria inklusi yaitu* pasien dewasa berusia 18-45 tahun yang mengalami dispepsia di RSUD LakiPadada Bersedia menjadi responden dan kriteria eksklusi yaitu tidak bersedia menjadi responden dan responden yang berada pada keadaan yang tidak memungkinkan untuk dilakukan penelitian.

Instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk mengumpulkan data primer yang dilakukan dengan memberikan lembaran pertanyaan yang harus diisi oleh responden. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS yaitu uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen dan variabel independen dengan tingkat signifikansi *p-value* 0,05.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk melihat distribusi dan frekuensi dari karakteristik responden yang terdiri dari umur, jenis kelamin, pola makan, tingkat stres dan kejadian dispepsia.

1) Umur Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur pada Pasien Dewasa Di RSUD Lakipadada

No	Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	18-24	16	34,8
2	25-31	9	19,6
3	32-38	11	23,9
4	39-45	10	21,7
Total		46	100.0

Sumber: Data primer, 2024

Distribusi responden berdasarkan umur seperti yang terdapat dalam tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi tertinggi berada pada umur 18-24 tahun dengan frekuensi 16 responden (34,8%). Responden yang berada pada umur 25-31 tahun sebanyak 9 responden (19,6 %), kemudian responden yang berada pada umur 32-38 tahun sebanyak 11 responden (23,9%), dan responden yang berada pada umur 39-45 sebanyak 10 reponden (21,7%).

2) Jenis Kelamin

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Pasien Dewasa Di RSUD Lakipadada

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perempuan	31	67,4
Laki-Laki	15	32,6
Total	46	100.0

Sumber: Data primer, 2024

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin seperti yang terdapat pada tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi terbanyak adalah jenis kelamin Perempuan sebanyak 31 responden (47,4%), dan sisanya yaitu 15 responden (32,6 %) berjenis kelamin Perempuan.

3) Pola Makan

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan pada Pasien Dewasa Di RSUD Lakipadada

Pola Makan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Teratur	24	52,2
Teratur	22	47,8
Total	46	100.0

Sumber: Data primer, 2024

Distribusi berdasarkan pola makan dapat dilihat dalam tabel 3 yaitu responden memiliki pola makan tidak teratur sebanyak 24 responden (52,2 %), dan responden yang polanya makannya teratur hanya 22 responden (47,8%).

4) Stres

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Pasien Dewasa Di RSUD Lakipadada

Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Stres Berat	26	56,5
Stres	20	43,5
Total	46	100.0

Sumber: Data primer, 2024

Distribusi responden berdasarkan stres dapat dilihat dalam tabel 4 yaitu responden dengan stres berat 26 responden (56,5 %), dan stres ringan sebanyak 20 responden (43,5%).

5) Kejadian Dispepsia

Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa Di RSUD Lakipadada

Dispepsia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	20	56,5
Berat	26	43,5
Total	46	100.0

Sumber: Data primer, 2024

Distribusi responden berdasarkan dispepsia dapat dilihat pada tabel 5 menunjukkan bahwa dari 64 responden yang mengalami dispepsia, ada yang dispepsia ringan sebanyak 20 responden (56,5%), dan yang mengalami dispepsia berat sebanyak 26 responden (43,5%).

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada. Setelah dilakukan tabulasi data dan dilakukan Analisa univariat maka selanjutnya data dianalisa dengan menggunakan program *SPSS* dengan uji statistik *Chi-Square* untuk menentukan ada tidaknya hubungan dari variabel independen dengan variabel dependen. Tingkat signifikan yang digunakan yaitu $p\text{-value}=0,05$. Jadi hipotesis akan diterima jika $p\text{-value}<0,05$ dan hipotesis akan ditolak jika $p>0,05$.

1) Hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia

Tabel 6 Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa di RSUD Lakipadada

Pola makan	Kejadian Dispepsia						p value
	Dispepsia berat		Dispepsia Ringan		Total		
	(n)	%	(n)	%	(n)	%	
Tidak Teratur	19	73,1	5	25,0	24	52,2	0.003
Teratur	7	26,9	15	75,0	22	47,8	
Total	26	100.0	20	100.0	46	100.0	

Sumber: data primer, 2024

Berdasarkan tabel 6 dapat diketahui bahwa responden yang pola makannya tidak teratur dan terjadi dispepsia berat ada 19 responden (73,1%) dan responden yang pola makannya tidak teratur dan terjadi dispepsia ringan sebanyak 5 responden (25,0%), sehingga total responden yang pola makannya teratur sebanyak 24 (52,2%). Sedangkan responden yang pola makannya teratur dan terjadi dispepsia berat ada 7 responden (26,9%), yang pola makannya teratur dan terjadi dispepsia ringan ada 15 responden (75,0%), sehingga total responden yang pola makannya tidak teratur sebanyak 22 (47,8%).

Hasil analisa statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,003 atau *p-value*<0.05, maka hipotesis diterima yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada.

2) Hubungan stres dengan kejadian dispepsia

Tabel 7 Hubungan Stres Dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa Di RSUD Lakipadada

Stres	Kejadian dispepsia						p Value
	Dispepsia Berat		Dispepsia Ringan		Total		
	(n)	%	(n)	%	(n)	%	
Stres Berat	20	76,9	6	30,0	26	56,5	0.004
Stres Ringan	6	23,1	14	70,0	20	43,5	
Total	26	100.0	20	100.0	46	100.0	

Sumber: Data primer, 2024

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa responden yang mengalami stres berat dan dispepsia berat sebanyak 20 responden (76,9%) dan responden yang stres berat mengalami dispepsia ringan sebanyak 6 responden (30,0%), sehingga total

responden yang mengalami stres ringan 26 responden (56,7%). Sedangkan responden yang mengalami stres ringan yang dispepsia berat ada 6 responden (32,1%), responden yang stres ringan dan mengalami dispepsia ringan 14 responden (70,0%), sehingga total responden yang stres berat 20 responden (43,5%).

Hasil analisa statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value}=0,004$ atau $p\text{-value}<0.05$, maka hipotesis diterima yang berarti ada hubungan antara stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada.

Pembahasan

a. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa di RSUD Lakipadada.

Dari hasil penelitian ini terdapat hubungan yang bermakna antara hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada, ini terbukti dalam data statistik Tabel 6 dapat diketahui bahwa responden yang pola makannya tidak teratur dan terjadi dispepsia berat ada 19 responden (71,2) dan responden yang pola makannya tidak teratur dan terjadi dispepsia ringan sebanyak 5 responden (25,0%), sehingga total responden yang pola makannya tidak teratur sebanyak 24 (52,2%). Sedangkan responden yang pola makannya teratur dan terjadi dispepsia berat ada 7 responden (75,0%), yang pola makannya teratur dan terjadi dispepsia ringan ada 15 responden (26,9%), sehingga total responden yang pola makannya teratur sebanyak 22 (47,8%).

Hasil analisa statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value}=0,003$ atau $p<0.05$, maka hipotesis diterima yang berarti ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada.

Pola makan yang tidak teratur, Jenis-jenis makanan yang dikonsumsi pun dapat merangsang peningkatan asam lambung seperti makanan pedas, asam serta minuman beralkohol, kopi dimana kafein yang terdapat pada kopi pada sistem gastrointestinal akan merangsang sekresi gastrin sehingga akan merangsang produksi asam lambung. Tingginya asam menyebabkan peradangan serta erosi pada mukosa lambung sehingga dapat memunculkan gangguan dispepsia (Wijaya & Sari, 2020).

Pola makan adalah susunan jenis makan dan jumlah makan yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu terdiri dari jenis makan, frekuensi makan dan porsi makan (Muflih, M. & Najamuddin, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia dikarenakan kebiasaan pola makan responden yang

tidak teratur. Mengonsumsi makanan cepat saji seperti makanan asam, makanan pedas hal ini yang menjadi salah satu pemicu timbulnya dispepsia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Thoriq, M & Ariati Ani (2023), tentang hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional pada mahasiswa kedokteran UISU Angkatan 2018, dengan jumlah responden sebanyak 60, jumlah responden dengan pola makan tidak teratur mengalami dispepsia sebanyak 27 orang (45,0%) dibandingkan responden dengan pola makan teratur yang tidak mengalami dispepsia sebanyak 33 orang (55,0%). Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,001.

Adapun penelitian yang sejalan oleh Sumarni & Andriani (2019), dengan judul Hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Biak Muli Kecamatan Babel Kabupaten Aceh Tenggara, menyatakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,003.

Penelitian yang sejalan oleh Kefi, C & Lada, C (2022), menyatakan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa prelinik fakultas kedokteran universitas nusa cendana, dari 40 responden ada 30 responden yang pola makannya tidak teratur dan mengalami sindroma dispepsia. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,002.

Penelitian lain yang sejalan oleh Bestari (2020), dari 98 responden ada 90 responden yang pola makannya tidak teratur dan mengalami dispepsia hal ini menyatakan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,002.

Adapun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suriadi *et al* (2024), dengan judul Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Dispepsia Pada Siswa-Siswi Madrasah Aliyah Ashabul Yamin Cikembar Sukabumi, tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,198.

Penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian Marliyana (2019), dengan judul Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Dispepsia Di Puskesmas Blambangan Kecamatan Blambangan Pagar Kabupaten Lampung Utara, tidak ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia, penelitian ini tidak sejalan dikarenakan kebanyakan responden masih menjaga pola makan yang baik. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p-value*=0,008.

b. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa di RSUD Lakipadada

Dari hasil penelitian ini terdapat hubungan yang bermakna antara hubungan tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada, ini terbukti dalam data statistik Tabel 7 dapat diketahui bahwa responden yang mengalami stres berat dan dispepsia berat sebanyak 20 responden (76,9%) dan responden yang stres berat mengalami dispepsia ringan sebanyak 6 responden (30,0%), sehingga total responden yang mengalami stres ringan 26 responden (56,7%). Sedangkan responden yang mengalami stres ringan yang dispepsia berat ada 6 responden (32,1%), responden yang stres ringan dan mengalami dispepsia ringan 14 responden (70,0%), sehingga total responden yang stres berat 20 responden (43,5%).

Hasil analisa statistik dengan *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value}=0,004$ atau $p\text{-value}<0.05$, maka hipotesis diterima yang berarti ada hubungan antara stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada.

Stres merupakan respon tubuh yang terjadi karena adanya perubahan disekitar lingkungannya, stres timbul akibat adanya peristiwa yang dirasa dapat membahayakan fisik dan psikologis individu. Stres dapat berdampak negatif terhadap saluran pencernaan sehingga berisiko untuk mengalami dispepsia, produksi asam lambung akan meningkat pada keadaan stres, peningkatan asam lambung apabila dibiarkan dapat mengakibatkan terjadinya dispepsia (Muflih, M. & Najamuddin 2020).

Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari (Syahputra & Siregar, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti berasumsi bahwa adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia dikarenakan responden sangat sulit untuk mengontrol diri, merasa cepat panik dan juga cepat hilang harapan dalam menghadapi suatu hal yang berat. Hal ini yang menjadi salah satu pemicu timbulnya dispepsia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zulkhikmah (2022), tentang Hubungan Karakteristik Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kejadian Dispepsia di Puskesmas Pandawan Kabupaten Hulu Sungai Tengah tahun 2022, jumlah responden 91 orang dengan kejadian dispepsia yang mengalami stres berat 39 responden (86,7%), stres ringan 4 responden (33,3%), stres sedang 29 (85,3%). Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value}=0,002$.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Tamimi, L, Herardi & Wahyuningsih (2020), dengan judul hubungan antara Tingkat stress akademik dengan kejadian dispepsia pada siswa kelas XII IPA SMA Negeri 81 Kota Jakarta Timur tahun 2019, menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia dengan nilai $p\text{-value}=0,001$.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Chaidir & Maulina, H (2019), menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia dengan nilai $p\text{-value}=0,004$, dengan judul Hubungan tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa semester akhir Prodi S1 Keperawatan di Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Natu & Trisno, I (2022), dengan judul Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value}=0,002$.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmaika, & Herawati, E (2020)., menyatakan bahwa tidak ada hubungan stres dengan kejadian dispepsia, dengan judul Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Dispepsia Di Puskesmas Purwodiningratan Jebres Surakarta. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* $p\text{-value}=0,029$.

Adapun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmi & Murni (2022)., dengan judul Hubungan antara stres selama pandemi COVID-19 dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa kedokteran tahun pertama, tidak terdapat hubungan signifikan antara pola makan dengan kejadian dispepsia, mengapa penelitian ini tidak sejalan karena responden masih bisa mengontrol diri untuk tidak stres. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p\text{-value}= 0,006$.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka kesimpulan yang diperoleh yaitu:

- a. Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada, berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* dengan nilai $p\text{-value}=0,003 < \alpha = 0,05$. Dari sini kita dapat mengetahui bahwa pentingnya menjaga pola makan agar tetap teratur.

- b. Ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada pasien dewasa di RSUD Lakipadada, berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* dengan nilai $p\text{-value}=0,004 < \alpha = 0,05$

Saran

a. Bagi Pasien

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan media informasi bagi pasien dispepsia tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat dan pencegahan dispepsia

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dengan adanya penelitian ini tenaga Kesehatan dapat mempromosikan tentang pentingnya mengatur pola makan dan menjaga keseimbangan stres agar tidak menimbulkan dispepsia

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dengan diketahuinya hasil dari penelitian ini maka diharapkan untuk menjadikan acuan serta motivasi bagi peneliti selanjutnya yang meneliti tentang kejadian dispepsia dengan metode yang berbeda.

DAFTAR REFERENSI

- Akbar, H. (2021). Pola makan mempengaruhi kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa STIKES Graha Medika Kotamobagu. *KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 14–21.
- Ansari, I. N., & Indrasari, E. R. (2023). Hubungan derajat stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UNISBA. *Jurnal Riset Kedokteran*, 57–62.
- Ashari, A. N., Yuniati, Y., & Murti, I. S. (2022). Hubungan tingkat stres dengan kejadian dispepsia fungsional pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), 98–102.
- Bestari, I. (2020). Hubungan pola makan terhadap kejadian dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *Kandidat: Jurnal Riset dan Inovasi Pendidikan*, 2, 66–73.
- Chaidir, R., & Maulina, H. (2019). Hubungan tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa semester akhir Prodi S1 Keperawatan di STIKES Yarsi Sumbar Bukittinggi. *Jurnal Online Mahasiswa*, 5(2), 1–6.
- Dayanti, S. R. (2023). *Hubungan pengetahuan dan perilaku pencegahan gastritis pada orang dewasa di Desa Melati II Kecamatan Perbaungan* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI.

- Dinas Kesehatan Tana Toraja. (2020). *Profil kesehatan Kabupaten Tana Toraja tahun 2020*.
- Herman, & Sulfiyana, H. (2020). Risk factors for dyspepsia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(2), 1094–1100.
- Hidayah, A. N. (2020). Perbedaan tingkat stres, keteraturan makan, dan kejadian sindrom dispepsia pada siswa asrama dan non-asrama di SMK Kesehatan Samarinda. *Verdure: Health Science Journal*, 2(1), 1–12.
- Indra, A. A., Rasfayanah, L., Laddo, N., Nurmadilla, N., & Hapsari, P. (2023). Hubungan pola makan, tingkat stres, dan riwayat penggunaan OAINS dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia angkatan 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 81–90. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644>
- Kefi, C., & Lada, C. (2022). Hubungan pola makan dengan sindroma dispepsia pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 10(1), 147–156.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia*. Pusdatin Kemenkes RI.
- Laili, N. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi dispepsia pada pasien dengan keluhan nyeri abdomen di RS Amelia Pare Kabupaten Kediri. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 4(1), 26–41.
- Marliyana, N. (2019). Hubungan pola makan dan stres dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Blambangan Kecamatan Blambangan Pagar Kabupaten Lampung Utara. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, 1(1).
- Melina, A., Nababan, D., & Rohana, T. (2023). Faktor risiko terjadinya sindroma dispepsia pada pasien di Poli Klinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Pirngadi Medan tahun 2019. *Indones Nursing*, 3(1), 31–45.
- Muflih, M., & Najamuddin. (2020). Hubungan pola makan dan tingkat stres dengan kejadian dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan tahun 2019. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(2), 326–336.
- Natu, & Trisno, I. (2022). Hubungan tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa pendidikan profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang. *Cendana Medical Journal*, 10(1), 157–165.
- Rahmaika, B., & Herawati, E. (2020). Hubungan antara stres dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Purwodiningratan Jebres Surakarta. (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rahmi, W., & Murni, A. W. (2022). Hubungan antara stres selama pandemi COVID-19 dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa kedokteran tahun pertama. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 9(3), 134.
- Rosadi, A. (2023). *Asuhan keperawatan pada An. R dengan gangguan sistem pencernaan: Dispepsia di Ruang Dahlia RSUD Dr. Soeselo Kabupaten Tegal*. *Jurnal Med Nusantara*, 1(4), 194–205.

- RSUD Lakipadada. (2024). *Rekam medis pasien dispepsia tahun 2022–2023*.
- Setiandari, L. O., Noorhidayah, & Rachman, A. (2021). Hubungan pola makan dan stres dengan kejadian dispepsia pada siswa di SMP Negeri 2 Karang Intan. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 11(2), 76–81.
- Sumarni, & Andriani, D. (2019). Hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)*, 2(1), 61–66.
- Suriadi, G. M., Ladyani, F., & Anggraeni, S. (2024). Hubungan pola makan dan stres dengan kejadian dispepsia pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Ashabul Yamin Cikembar Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 11(1), 185–195.
- Survei Kesehatan Indonesia. (2023). *Proporsi makan makanan berlemak, pedas dan proporsi minum minuman beralkohol*.
- Syafitri, S. R. (2024). *Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa tingkat awal*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Syahputra, R., & Siregar, N. P. (2021). Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa FK UISU tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 10(2), 101–109.
- Tamimi, L. H., Herardi, R., & Wahyuningsih, S. (2020). Hubungan antara tingkat stres akademik dengan kejadian dispepsia pada siswa kelas XII IPA di SMA Negeri 81 Kota Jakarta Timur tahun 2019. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(3).
- Thoriq, M., & Ariati, A. (2023). Hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UISU angkatan 2018. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 22(1), 38–42.
- Timah, S. (2021). Hubungan pola makan pada pasien dispepsia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 16(1), 47–53.
- Wijaya, & Sari, H. (2020). Hubungan gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian sindrom dispepsia di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 3(1), 58–68.*
- Zulhikmah. (2022). *Hubungan karakteristik, pola makan, dan tingkat stres terhadap kejadian dispepsia di Puskesmas Pandawan Kabupaten Hulu Sungai Tengah*. (Doctoral dissertation, Universitas Islam Kalimantan MAB).