

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN  
SINDROMA DISPEPSIA PADA SISWA-SISWI  
KELAS XI DI SMA NEGERI 1 MANADO**

**Inri Milly Sorongan  
Damajanty H. C. Pangemanan  
Frenly Muntu Untu**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Sam Ratulangi Manado  
Email : [milly.inri@gmail.com](mailto:milly.inri@gmail.com)

**Abstract:** Dyspepsia is a collection of symptoms such as pain complaints, feeling uncomfortable in the upper gastrointestinal tract. Cause onset dyspepsia are a diet and environment secretion of fluids gastric acids, motor function hull, perception visceral hull, psychology, and infection helicobacter pylori ( Djojoningrat, 2001 ). The diet most of the processes and their relationship has not been clearly understood. The purpose of this study is to determine the diet of students with the incidence of dyspeptic syndrome. This research using analytic cross sectional. Respondents research amounted to 220 students determined by purposive sampling methods that have been qualified and has already signed the agreement. Data analysis using statistical test of chi Square. Researchers obtain respondents diet irregular namely. 135 people ( 61,4 % ). The incidence of dyspeptic syndrome positive 115 people (52.3%). The data analysis shows value 0,009 probability smaller than 0,05 (0,000 <0,05). It means there is a link between a diet with Genesis syndrome dyspepsia on the students of Class XI in SMA Negeri 1 Manado. Advice for researchers and school parties respondents to be more disciplined in managing and meal schedule for school may pay more attention to more students eating patterns to maintain health is actively especially during break time, let all students can organize the best possible time to eat.

**Keywords:** *Diet, Syndrome Dyspepsia.*

**Abstrak:** Dispepsia merupakan kumpulan gejala seperti keluhan nyeri, perasaan tidak nyaman pada saluran cerna bagian atas. Penyebab timbulnya dispepsia adalah faktor diet dan lingkungan, sekresi cairan asam lambung, fungsi motorik lambung, persepsi visceral lambung, psikologi, dan infeksi Helicobacter pylori (Djojoningrat, 2001). Pola makan sebagian besar proses dan hubungannya belum jelas diketahui. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pola makan dari siswa-siswi dengan kejadian sindroma dispepsia. Penelitian ini menggunakan analitik *cross sectional*. Responden penelitian berjumlah 220 siswa-siswi ditentukan dengan metode *purposive sampling* yang telah memenuhi syarat dan sudah menandatangani persetujuan. Analisa data menggunakan uji statistik *chi Square*. Peneliti memperoleh responden pola makan tidak teratur yaitu 135 orang (61,4%). Angka kejadian sindroma dispepsia yang positif yaitu 115 orang (52,3%). Hasil analisa data menunjukkan nilai 0,009 probabilitas lebih kecil dari 0,05 (0,000 <0,05). Artinya terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian sindroma dispepsia pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri 1 Manado. Saran peneliti untuk responden dan pihak sekolah agar lebih disiplin dalam mengatur jadwal makan dan untuk sekolah kiranya lebih memperhatikan lagi pola makan siswa-siswi menjaga kesehatan secara aktif terutama pada saat jam istirahat kiranya semua siswa-siswi dapat mengatur waktu sebaik mungkin untuk makan.

**Kata kunci:** *Pola Makan, Sindroma Dispepsia.*

## PENDAHULUAN

Dispepsia merupakan kumpulan gejala berupa keluhan nyeri, perasaan tidak enak pada saluran cerna bagian atas, yang menetap atau *episodic* disertai dengan keluhan seperti rasa penuh saat makan, cepat kenyang, *heartburn*, kembung, sendawa, anoreksia, mual dan muntah (Tarigan, 2003). Penyebab timbulnya dispepsia di antaranya adalah faktor diet dan lingkungan, sekresi cairan asam lambung, fungsi motorik lambung, persepsi visceral lambung, psikologi, dan infeksi *Helicobacter pylori* (Djojoningrat, 2001).

Berdasarkan penelitian tentang gejala gastrointestinal, jeda antara jadwal makan yang lama dan ketidakteraturan makan berkaitan dengan gejala dispepsia (Reshetnikov, 2007). Jika proses ini berlangsung sangat lama, produksi asam lambung akan berlebihan sehingga mengiritasi dinding mukosa pada lambung yang akhirnya menyebabkan rasa perih dan mual (Robert, 2000). Aktivitas yang tinggi baik kegiatan di sekolah maupun di luar sekolah menyebabkan makan menjadi tidak teratur (Sayogo, 2006).

Angka kejadian dispepsia di masyarakat luas tergolong tinggi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada komunitas remaja selama 6 bulan, tingkat keluhan dispepsia mencapai 38% (Jones dkk, 1989). Dimana pada penelitian tersebut dinyatakan bahwa keluhan dispepsia banyak didapatkan pada usia yang lebih muda (Jones dkk 1990). Di Inggris dan Skandinavia dilaporkan angka prevalensinya berkisar 7 – 41 % tetapi hanya 10 – 20 % yang mencari pertolongan medis. Insiden dispepsia pertahun diperkirakan antara 1 – 8 % (Suryono S, et al, 2001). Dispepsia cukup banyak dijumpai. Menurut (Sigi, 2005) di Negara barat prevalensi yang dilaporkan antara 23 dan 41 %. Sekitar 4 % penderita berkunjung ke dokter umumnya mempunyai keluhan dispepsia. Di daerah Asia Pasifik, dispepsia juga merupakan keluhan yang banyak dijumpai,

prevalensinya sekitar 10 – 20 % (Kusmobroto H, 2003). Dispepsia berada pada peringkat ke-10 dengan proporsi 1,5% untuk kategori 10 jenis penyakit terbesar pada pasien rawat jalan di seluruh rumah sakit di Indonesia. Tahun 2004 dalam profil kesehatan dispepsia menempati urutan ke-15 dari daftar 50 penyakit dengan pasien rawat inap terbanyak di Indonesia dengan proporsi 1,3% dan menempati urutan ke-35 yang menyebabkan kematian 0,6%. Menurut profil kesehatan di kota Manado tahun 2009 sindroma dispepsia tergolong 10 penyakit utama yang menonjol pada penderita rawat jalan di puskesmas selama 5 tahun terakhir ini, yang berjumlah 3.632 atau sekitar 4,90. Survey peneliti SMA Negeri 1 Manado saat ini terdapat 661 siswa kelas XI, 345 adalah perempuan dan 316 adalah laki-laki. Di temukan bahwa sebagian siswa-siswi pernah mengeluhkan adanya keluhan berupa nyeri pada daerah lambung.

Pola makan yang baik dan sehat di harapkan mampu menekan angka penderita sindroma dispepsia. Berdasarkan uraian diatas maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian sindroma dispepsia pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri 1 Manado.

## METODE PENELITIAN

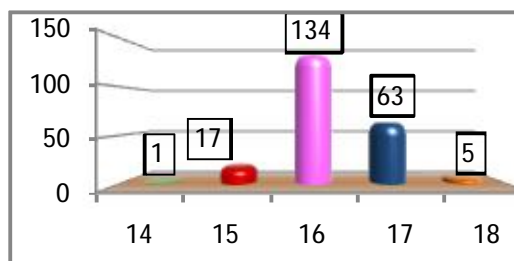
Penelitian ini menggunakan penelitian observasional analitik. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Penelitian di lakukan pada tanggal 3-18 Juni 2013. Dilaksanakan di SMA Negeri 1 Manado khususnya kelas XI. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa-siswi kelas XI di SMA N 1 Manado. Besar sampel ditentukan dengan metode *purposive sampling*, kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah responden merupakan siswa-siswi kelas XI SMA N 1 Manado, bersedia menjadi responden, Mengalami sindroma dispepsia selama 3 bulan terakhir. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sedang mengalami gangguan kesehatan. Instrumen

dalam penelitian ini berupa kuesioner/daftar pertanyaan yang berhubungan dengan variabel penelitian. Penilaian terhadap variabel pola makan yaitu dengan melakukan skoring. Skor terendah adalah 7 dan skor tertinggi adalah 28. Penilaian Pola Makan: Teratur: Kategori baik dengan skor 22-28 dan tidak teratur: Kategori sedang dan buruk dengan skor 7-21. Pada sindroma dispepsia, penilaian, sindroma dispepsia positif yaitu: bila skor jawaban pada kuisisioner  $\leq 7$ , dan negatif sindroma dispepsia bila :  $>7$ . Pengolahan data *Editing*/memeriksa, Memberi tanda kode/koding, *Sorting*, Entry data, Mengeluarkan informasi disesuaikan dengan tujuan penelitian yang dilakukan analisa univariat dan analisa bivariat program SPSS pada tingkat kemaknaan 95% ( $\alpha = 0.05$ ) (Notoatmodjo, 2002). Penelitian ini menggunakan manusia sebagai subjek dan tidak boleh bertentangan dengan etik. Setelah melakukan persetujuan penelitian, baru melakukan penelitian dengan menekankan masalah etika meliputi: Lembar persetujuan penelitian (*Informed Consent*), Tanpa Nama (*Anonimity*), Kerahasiaan (*Confidentiality*).

## HASIL dan PEMBAHASAN

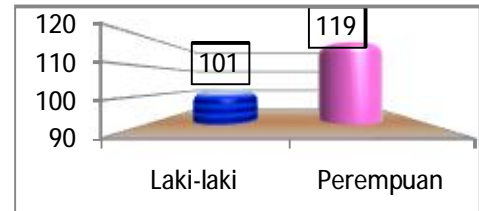
### 2. Karakteristik Responden

#### a. Umur



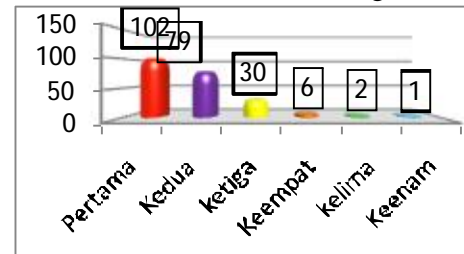
Sumber: Data Primer

#### b. Jenis kelamin



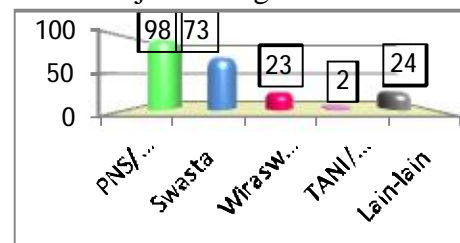
Sumber: Data Primer

#### c. Urutan Anak Dalam Keluarga



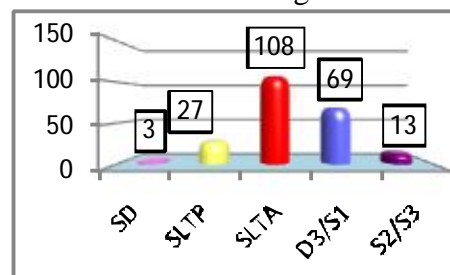
Sumber: Data Primer.

#### d. Pekerjaan orang Tua



Sumber: Data Primer

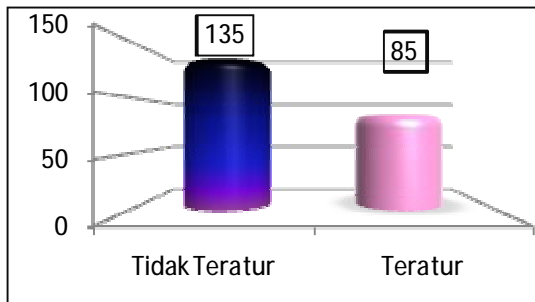
#### e. Pendidikan Orang Tua



Sumber: Data Primer

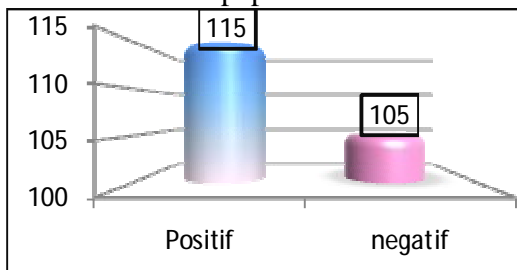
### 3. Analisa Univariante

#### a. Pola Makan



Sumber: Data Primer

#### b. Sindroma Dispepsia



Sumber: Data Primer

### 4. Hasil analisa Bivariat

Pola Makan	Sindroma Dispepsia				Total	%	OR (95% CI)	Nilai p
	Positif		Negatif					
	n	%	n	%				
Tidak Teratur	70,6	36,4	64,4	25,0	135	61,4	6,8354 (1,197-3,608)	0,009
Teratur	44,4	15,9	40,6	22,7	85	38,6		
Total	115	52,3	105	47,7	220	100,0		

Data pada tabel menunjukkan bahwa dari 220 siswa dengan pola makan tidak teratur 36,4% mengalami sindroma dispepsia sedangkan sebanyak 25,0% tidak mengalami sindroma dispepsia. Data juga menunjukkan bahwa dari 85 siswa pola makan teratur 15,9% mengalami sindroma dispepsia sedangkan sebanyak 22,7% tidak mengalami sindroma dispepsia.

Dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,009 dengan demikian probabilitas (signifikansi) lebih kecil dari 0,05 (0,000 < 0,05), maka H1 diterima atau ada Hubungan Antara Pola Makan dengan

kejadian Sindroma Dispepsia. Dilihat dari OR (*Odds Ratio*) menunjukkan bahwa siswa-siswi pola makan tidak teratur mengalami sindroma dispepsia sebesar 6,8354 kali lebih besar dibandingkan siswa yang pola makan teratur.

#### Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur yang paling banyak yaitu 16 tahun sebanyak 134 orang (60,9%) dikarenakan adanya perubahan secara luas akibat remaja menempatkan tingginya nilai penerimaan dan pergaulan dengan teman sebaya, oleh sebab itu kebiasaan makan mereka mudah di pengaruhi (Supartini, 2004). Pada karakteristik berdasarkan jenis kelamin berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh perempuan yaitu 119 responden dan laki-laki 101 responden, perbandingan insidennya 2 : 1 hasil ini mendukung hasil penelitian dari Tarigan di RSUP Adam Malik tahun 2001. Diperoleh penderita dispepsia fungsional laki-laki sebanyak 9 orang (40,9%) dan perempuan sebanyak 13 orang (59,1%). Pada urutan anak dalam keluarga yang paling banyak yaitu anak pertama berjumlah 102 orang (46,4) dan untuk pekerjaan orang tua yang dominan yaitu PNS/POLRI sebanyak 98 orang (44,5%). Didalamnya berdasarkan pendidikan orang tua paling banyak yaitu SLTA berjumlah 108 orang (49,1%).

#### A. Pola Makan

Berdasarkan observasi ternyata sindroma dispepsia angka kejadian pada responden yang diteliti cukup besar (115 siswa dari 220 responden) ini disebabkan frekuensi makan yang tidak teratur dan jam makan yang tidak sesuai sehingga menyebabkan kadar asam lambung tinggi dan menyebabkan sindroma dispepsia.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian dari Anisa pada tahun 2009 tentang hubungan ketidakteraturan makan dengan sindroma dispepsia remaja perempuan di SMA Plus AL-AZHAR Medan, dari hasil penelitiannya diperoleh bahwa sebagian responden memiliki pola

makan yang tidak teratur 39 orang (53,4%) dan responden yang memiliki pola makan teratur hanya 34 orang (46,6%) dan yang memenuhi kriteria dispepsia 47 orang (64,4%) dan yang tidak dispepsia 26 orang (35,6%).

### **B. Sindroma Dispepsia**

Dari data hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa responden berdasarkan sindroma dispepsia yang paling banyak adalah positif yaitu 115 orang (52,3%). Hasil ini mendukung hasil penelitian dari Yurikko pada tahun 2012 tentang hubungan pola makan dengan kejadian depresi pada penderita dispepsia, pada hasil penelitiannya penderita dispepsia pola makannya yang tidak teratur berjumlah 23 orang (57,5%) dan pola makan teratur 17 orang (42,5%).

Setelah melihat hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Manado diketahui bahwa pola makan yang tidak teratur juga berpengaruh pada sindroma dispepsia. Untuk mencegah agar pola makan menjadi baik dan untuk pencegahan dispepsia lebih lanjut perlu adanya kerja sama dari orang tua untuk mengontrol pola makan dari anak remajanya dan pendidikan kesehatan dari siapa saja yang menjadi petugas kesehatan untuk mencegah terjadinya sindroma dispepsia.

### **C. Hubungan antara pola makan dengan kejadian sindroma dispepsia**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa responden yang mengalami pola makan tidak teratur cenderung mengalami sindroma dispepsia lebih besar di bandingkan pola makan yang teratur. Dari hasil penelitian pada 220 siswa-siswi bahwa yang mengalami pola makan tidak teratur sebanyak 135 responden dan yang mengalami sindroma dispepsia sebanyak 115 responden.

Hasil uji statistik nilai signifikansi diperoleh nilai  $p = 0,009$  dapat menjawab hipotesis yaitu  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  di terima. Yang artinya terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian sindroma dispepsia. Hasil ini mendukung hasil penelitian dari Reshetnikov (2007)

tentang gejala gastrointestinal pada 1562 responden, jeda antara jadwal makan yang lama dan pola makan berkaitan dengan gejala dispepsia. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada Ervianty (2008) bahwa 48 responden subjek tentang faktor yang berhubungan dengan kejadian sindroma dispepsia, didapatkan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian sindroma dispepsia adalah pola makan.

Dari hasil penelitian dan pembahasan, didapatkan bahwa pola makan yang tidak teratur mengakibatkan sindroma dispepsia yang sebagian besar terjadi pada siswa-siswi kelas XI di SMA Negeri 1 Manado.

### **SIMPULAN**

Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Manado pada siswa-siswi kelas XI pada bulan Juni 2013 maka dapat disimpulkan bahwa: Pada siswa-siswi di SMA Negeri 1 Manado di jumpai pola makan tidak teratur sebanyak 135 orang (61,4%). Presentasi sindroma dispepsia pada siswa di SMA Negeri 1 Manado cukup tinggi, dan gejala yang paling umum dikeluhkan adalah nyeri epigastrium dan terdapat hubungan yang benar antara pola makan dengan sindroma dispepsia.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Annisa, 2009. *Hubungan Ketidakteraturan Makan Dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Remaja Perempuan di SMA Plus Al-Azhar Medan*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/14275/1/10E00003.pdf> . (diakses tanggal 28 April 2013)
- Djojoningrat D, 2001. *Dispepsia Fungsional*. Buku Ajar : Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
- Ervianty M, 2008. *Faktor yang berhubungan dengan kejadian Sindroma Dispepsia pada supir truk*. Studi di PT. Varia Usaha. <http://dunialentana.com/2011/07/co>

- [ntoh-pola-frekuensi-makan-yang-baik-.html](#). (diakses tanggal 28 April 2013)
- Jones R, Lydeard S. E. *Dyspepsia in England and Scotland, Department of primary Medical care, University of Southampton*. <http://lib.bioinfo.pl/meid:98267>. (diakses tanggal 28 April 2013)
- Kusmobroto H, 2003. Ilmu Keperawatan “care with love” asuhan keperawatan klien dengan Dispepsia
- Profil dinas kesehatan kota Manado, 2008. [http://www.depkes.go.id/download/s/profil/prov\\_sulut\\_2008.pdf](http://www.depkes.go.id/download/s/profil/prov_sulut_2008.pdf) (diakses tanggal 28 April 2013)
- Reshetnikov O.V, Kurilovich S.A, 2007. *Population-Based Study : Mode of Dieting and Dyspepsia*. Pubmed.<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11507978>. (diakses tanggal 28 April 2013)
- Reshetnikov O.V, Kurilovich S.A, Denisova D.V, Zavyalova L.G, Tereshonok I.N, 2001. *Prevalence of dyspepsia and Irritable Bowel Syndrome Among Adolescent of Novorsibirsk, Institute of Internal Medicine Russia. Int, J Circumpolar Health : 253*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11507970>.
- Sayogo S, 2006. Gizi Remaja Putri, Jakarta : Yayasan Pengembangan Medik Indonesia.
- Supartini, 2004. *Konspe Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta : buku kedokteran EGC.
- Suryono S. 2001 (hal 154) Suryono Slamet, et al, 2001, **buku ajar ilmu penyakit dalam**, jilid 2, edisi , Jakarta, FKUI tanggal 27 Mei 2013
- Tarigan C, 2003. *Perbedaan Depresi pada Pasien Dispepsia Fungsional dan Dispepsia Organik*. <http://www.perawatindonesia.org/2012/01/26/perbedaan-depresi-pada-pasien-dispepsia-fungsional-dan-dispepsia-organik/>.