



ANALISIS HUBUNGAN STRES DAN POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN DISPEPSIA DI PUSKESMAS KAMPAR KIRI TENGAH KABUPATEN KAMPAR

Alpinur*

STIKes Tengku Maharatu Pekanbaru

*Corresponding Author
alpinur@gmail.com

Received: Maret 2024

Accepted: April 2024

Publishes: April 2024

Abstrak

Latar Belakang: Kebanyakan dari pasien yang mengalami dispepsia dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Pengaruh tersebut bisa disebabkan oleh masalah yang sering kambuh (selalu berulang) dan adanya keluhan yang kronis yang berhubungan dengan pengobatan yang hanya menurunkan sebagian gejala yang dirasakan. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan stres dan pola makan dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasional yaitu suatu penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status yang berhubungan mengenai suatu gejala yang ada. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang berkunjung ke Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar pada Periode Januari sampai dengan Juni 2020. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 78 orang. Analisa dalam penelitian ini menggunakan uji Chi-Square. **Hasil:** Ada hubungan bermakna stress terhadap kejadian dyspepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar dengan p value = 0,001 dan ada hubungan yang bermakna pola makan terhadap kejadian dyspepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar dengan p value = 0,000.

Kata Kunci: Dispepsia, Pola Makan, Stres

Abstract

Background: In most patients, dyspepsia can affect their quality of life. This can be due to the recurrence of the problem and the chronicity of the complaints associated with treatment that only partially alleviates the symptoms. **Aim:** To determine the relationship between stress and diet with the incidence of dyspepsia at the Kampar Kiri Tengah Health Center, Kampar Regency. **Method:** This research is a quantitative study with a descriptive correlational research design, namely a study intended to collect information about the status related to an existing symptom. The population in this study were all patients who visited the Kampar Kiri Tengah Health Center, Kampar Regency in the period January to June 2020.. **Results:** There is a significant relationship between stress and the incidence of dyspepsia at the Kampar Kiri Tengah Health Center in Kampar Regency with p value = 0.001 and there is a significant relationship between diet and the incidence of dyspepsia at the Kampar Kiri Tengah Health Center in Kampar Regency with p value = 0.000.

Keywords: Dyspepsia, Diet, Stress



PENDAHULUAN

Dispepsia merupakan keluhan umum yang memperlihatkan dampak klinis terhadap pasien dan berujung pada nyeri atau ketidaknyamanan perut bagian atas yang muncul dari saluran pencernaan bagian atas (Seyedmirzaei et al, 2014). Istilah dispepsia mulai dikenal pada akhir tahun 1980-an yang terdiri dari kumpulan gejala seperti mual, muntah, rasa tidak nyaman di epigastrium, kembung, cepat kenyang, sendawa, rasa penuh, regurgitasi, dan rasa panas yang menjalar di dada. Kumpulan gejala ini disebut dengan sindrom dispepsia (Abdullah dan Gunawan, 2012). Menurut Djojoningrat (2014) para ahli berpendapat bahwa 15-30% orang dewasa pernah mengalami sindrom dispepsia.

Sebesar 25% dari populasi Amerika Serikat mengalami sindrom dispepsia setiap tahun dan sekitar 5% dari semua penderita pergi ke dokter pelayanan primer. Hal serupa juga terjadi di Inggris dengan prevalensi sindrom dispepsia sekitar 21% dan hanya 2% yang berkonsultasi ke dokter pelayanan primer dengan episode baru atau pertama sindrom dispepsia setiap tahun dan sindrom dispepsia menyumbang 40% dari semua konsul ke bagian gastroenterologi (Barawa, 2017).

Penelitian terhadap dispepsia tahun 2017 di beberapa negara di Asia juga menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi yaitu Cina sebanyak 69% dari 782 pasien, di Hongkong 43% dari 1.353 pasien, di Korea 70% dari 476 pasien dan Malaysia 62% dari 210 pasien (Barawa, 2017). Di Indonesia hampir 30% kasus pada praktek umum dan 60% pada praktek gastroenterologis merupakan kasus sindrom dispepsia (Djojoningrat, 2014).

Menurut profil data kesehatan Indonesia tahun 2016 yang diterbitkan Kemenkes RI tahun 2017, dyspepsia menempati urutan ke-10 dengan proporsi 1,52%. Pada tahun 2018 kasus dyspepsia mengalami peningkatan yaitu menduduki peringkat ke-5 dari 10 besar penyakitrawat inap di rumah sakit dengan jumlahkasus laki-laki 9.594 (38,82%) dan perempuan 15.22 (61,18%) sedangkan untu penyakitrawat jalan dyspepsia menduduki peringkat ke-6 dengan jumlah kasus laki-laki 34.981 dan perempuan 53.618 serta didapatkan 88.599 kasus baru dan 163.428 kunjungan.

Dispepsia tidak meningkatkan angka kematian, tetapi dispepsia sangat berdampak pada pasien dan pelayanan kesehatan (Ghoshal et al, 2016). Kebanyakan dari pasien yang mengalami dispepsia dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Pengaruh tersebut bisa disebabkan oleh masalah yang sering kambuh (selalu berulang) dan adanya keluhan yang kronis yang berhubungan dengan



pengobatan yang hanya menurunkan sebagian gejala yang dirasakan.

Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan oleh Ervianti (2018) pada 48 orang tentang faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia, didapatkan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia adalah keteraturan makan. Salah satu faktor yang berperan pada kejadian dispepsia diantaranya adalah pola makan. Selain jenis-jenis makanan yang di konsumsi, pola makan yang tidak teratur seperti jadwal makan yang tidak sesuai serta kebiasaan yang dilakukan dapat berpengaruh sehingga dapat menyebabkan dispepsia. Hal ini dapat dilihat dari data penelitian frekuensi makan yang tidak teratur 2 kali dalam sehari 48% dan kebiasaan yang kurang baik adalah olahraga dengan perut yang kosong sebanyak 20% responden di Madrasah Aliyah Negeri Model Manado yang menunjukkan pola makan yang tidak teratur (Rahayu, 2017).

Puskesmas Kampar Kiri Tengah merupakan salah satu puskesmas yang ada di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar yang memiliki peningkatan kejadian dispepsia dari tahun 2017 ke tahun 2018 yaitu dari 100 kasus menjadi 364 kasus dan penyakit dispepsia menempati urutan ke lima dari sepuluh penyakit terbanyak di Puskesmas. Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan kepada 10 orang yang datang ke puskesmas dengan keluhan sindrom dispepsia diketahui ada 6 orang yang mengatakan bahwa gejala dispepsia muncul karena sebelumnya pernah telat makan atau makan tidak teratur karena kerja dan 4 orang mengatakan sedang banyak masalah sehingga nafsu makan hilang. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan stres dan pola makan dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar”.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasional. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2020- Januari 2021. Populasi dalam penelitian yaitu seluruh pasien yang berkunjung ke Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten. Sampel pada Periode Januari sampai dengan Juni 2020 yang berjumlah 355 orang. Sampel berjumlah 78 orang. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.



HASIL

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Kejadian Dispepsia

No.	Kejadian Dispepsia	n	%
1	Dispepsia	52	66,6
2	Tidak Dispepsia	26	33,4
Jumlah		78	100

Tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas responden mengalami dyspepsia yaitu berjumlah 52 orang (66,6%).

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan

No.	Pola Makan	n	%
1	Tidak sehat	48	61,5
2	Sehat	30	38,5
Jumlah		78	100

Tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas responden memiliki pola makan yang tidak sehat berjumlah 48 orang (61,5%).

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Stres

No.	Tingkat Stress	n	%
1	Normal	37	47,4
2	Stres Ringan	22	28,2
3	Stres Sedang	18	23,1
4	Stres Berat	1	1,3
Jumlah		78	100

Tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stress normal yang berjumlah 37 orang (47,4%).



Tabel 3
Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Dispepsia

Pola Makan	Kejadian Dispepsia						P value
	Dispepsia		Tidak Dispepsia		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Sehat	43	89,6	5	10,4	48	100	0,000
Sehat	9	30,0	21	70,0	30	100	
Jumlah	52	66,6	26	33,4	78	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 48 responden dengan pola makan yang tidak sehat, diketahui terdapat 43 orang (89,6%) yang mengalami kejadian dispepsia. Adapun dari 30 responden dengan pola makan sehat, diketahui 9 orang (30,0%) yang mengalami kejadian dispepsia.

Hasil uji statistik menggunakan chi square diperoleh nilai P value = 0,000 < α 0,05, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia.

Tabel 4
Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dispepsia

Tingkat Stres	Kejadian Dispepsia						P value
	Dispepsia		Tidak Dispepsia		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Normal	31	83,7	6	16,3	37	100	0,001
Stres Ringan	15	68,1	7	31,9	22	100	
Stres Sedang	5	27,7	13	72,3	18	100	
Stres Berat	1	100	0	0	1	100	
Jumlah	52	66,6	26	33,4	78	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 37 responden dengan tingkat stress yang normal, diketahui terdapat 31 orang (83,7%) yang mengalami kejadian dispepsia. Adapun dari 22 responden dengan stress ringan, diketahui terdapat 15 orang (68,1%) yang mengalami kejadian dispepsia. Dari 18 responden dengan stress sedang, diketahui terdapat 5 orang (27,7%) dan dari 1 responden dengan stress berat. Seluruhnya mengalami kejadian dispepsia

Hasil uji statistik menggunakan chi square diperoleh nilai P value = 0,000 < α 0,05, maka H_0



diterima dan ho ditolak, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Tingkat Stres Terhadap kejadian Dispepsia

Berdasarkan hasil penelitian Responden bahwa dari 52 responden yang mengalami dispepsia, 15 responden (19.2%) mengalami stres ringan, (39.7%) dan 1 responden (1.3%) mengalami stres parah. Hasil uji statistik dengan Chi Square, didapatkan nilai p alue = 0,001 sehingga disimpulkan ada hubungan yang bermakna stres dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Kampar kiri Tengah.

Penelitian Lee et al (2015) menunjukkan bahwa stres dan depresi merupakan faktor risiko bebas terhadap dispepsia fungsional (OR, 1.713; 95% CI, 1.526-1.923; $P < 0.001$ dan OR, 1.984; 95% CI, 1.705-2.309; $P < 0.001$). Tingkat insidensi dispepsia fungsional meningkat sesuai dengan peningkatan stres dan depresi yang dialami oleh responden. Penelitian lain oleh Khotimah (2012) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan sindrom dispepsia ($p=0,009$). Rahmaika (2014) dengan judul penelitian “Hubungan antara stres dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Purwodiningratan Jebres Surakarta”. Penelitian ini dilakukan pada 26 sampel dengan pendekatan cross sectional dan dianalisis menggunakan uji Koefisien Kontingensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara stres dengan kejadian dispepsia dengan nilai koefisien korelasi 0,692 ($r=0,692$) dan nilai P 0,009 ($P < 0,05$).

Stres dapat didefinisikan sebagai “respon adaptif”, dipengaruhi oleh karakteristik individual dan/atau proses psikologis, yaitu akibat dari tindakan, situasi atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik dan /atau psikologis terhadap seseorang. Menurut Claude Bernard, stresor merupakan stimulan yang mengawali atau memicu perubahan yang menimbulkan stres. Stresor mewakili kebutuhan yang tidak terpenuhi, bisa berupa kebutuhan fisiologis, psikologis, sosial, lingkungan, spiritual dan sebagainya. Stres dapat berupa Suatu kondisi yang dialami seseorang seperti perasaan gelisah, cemas, khawatir, sedih dan marah yang mempengaruhi emosi, mental, serta kondisi fisik (Ardi, 2017).

Menurut Hidayat (2019), stres merupakan situasi dimana suatu tuntutan yang bersifat tidak



spesifik dan mengharuskan seseorang memberikan respons atau mengambil tindakan. Stres adalah respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang memicu stres (stresor), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (coping) (Ardi, 2017).

Tahun 1950-an, Harold Wolff mengamati bahwa saluran gastrointestinal tampak berhubungan dengan keadaan emosional tertentu. Sebelumnya, ahli bedah militer Amerika bernama William Beaumont, memiliki pasien yang mendapatkan luka akibat tembakan hingga menyebabkan fistula lambung yang permanen. Beaumont kemudian mencatat setiap keadaan emosional yang sangat hebat, mukosa lambung dapat menjadi hiperemik atau memucat, yang menunjukkan bahwa aliran darah ke lambung dipengaruhi oleh emosi (Ardi, 2017).

Menurut asumsi peneliti ada kaitan antara responden mengalami stress tidak normal berhubungan dengan kejadian dispepsia karena stres yang berlebihan (tidak Normal) menyebabkan risiko kejadian dispepsia lebih tinggi. Stres yang berlebihan tersebut menyebabkan responden tidak mengetahui bahaya yang akan timbul jika responden tidak bisa menjaga perasaan dan emosinya.

2. Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Dispepsia

Berdasarkan hasil penelitian dari 52 responden yang mengalami dispepsia, 43 responden (55.1%) memiliki pola makan yang tidak baik dan 9 responden (11.5%) memiliki pola makan yang baik. Hasil uji statistik dengan Chi Square, didapatkan nilai p value = 0,000 sehingga disimpulkan ada hubungan yang bermakna pola makan dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Kampar kiri Tengah.

Rahayu, (2018) dengan judul penelitian “Hubungan pola makan dengan kejadian dyspepsia di madrasah Aliyah Negeri Model Manado”. Penelitian ini dilakukan kepada 50 orang remaja yang berusia 16-17 tahun yang bersekolah di Madrasah Aliyah Negeri Model Manado. Hasil penelitian menunjukkan frekuensi makan yang tidak teratur 48%, dan mengonsumsi makanan pedas sebanyak 70%. Angka kejadian dispepsia dari keseluruhan sampel 96%. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan pola makan dengan sindroma dispepsia pada remaja di MAN Model Manado.

Menurut Andre dkk (2013), ketidak teraturan makan seperti kebiasaan makan yang buruk, tergesa-gesa, dan jadwal yang tidak teratur dapat menyebabkan dispepsia. Disamping itu, menurut



Fithriyana (2018), munculnya resiko kejadian dispepsia pada seseorang akibat pola makan yang tidak sehat seperti halnya kebiasaan kelebihan memakan makanan pedas, asam, minum teh, kopi, dan minuman berkarbonasi.

Menurut asumsi peneliti ada kaitan antara responden yang makan secara tidak teratur berhubungan dengan kejadian dispepsia karena makan yang tidak teratur akan menyebabkan risiko kejadian dispepsia lebih tinggi. Frekuensi makan yang tidak teratur, jumlah makan yang tidak sesuai, dan jeda makan yang terlalu lama dapat mencetuskan sindrom dispepsia. Jika proses ini terlalu lama, maka produksi asam lambung akan berlebihan sehingga dapat mengiritasi mukosa lambung dan menimbulkan keluhan berupa mual.

KESIMPULAN

1. Mayoritas responden mengalami stres ringan 22 (28.2%)
2. Mayoritas responden lebih banyak yang memiliki pola makan yang tidak sehat sebanyak 48 (61.5%)
3. Mayoritas responden pernah didiagnosa positif dispepsia sebanyak 52 (66.7%)
4. Ada hubungan bermakna stress terhadap kejadian dyspepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar dengan p value = 0,001
5. Ada hubungan yang bermakna pola makan terhadap kejadian dyspepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar dengan p value = 0,000

DAFTAR PUSTAKA

- Ardi, W. (2017). *Pola Hidup Sehat pada Dispepsia*. Yogyakarta : The Publishing.10 (9).
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Barawa, A.T.P. (2017). Hubungan Stres Kerja dan Keteraturan Makan dengan kejadian Syndrom Dispepsia pada perawat Instalasi rawat Inap RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. Skripsi tidak diterbitkan STIKes Asisyiyah Bandung .
- Chomaria, N. (2019). *Tips Jitu dan Praktis Mengusir Stress*. Jakarta: NEM
- Dinkes Kabupaten Kampar (2017). Profil Kesehatan Kabupaten Kampar. Kampar: Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar
- Djojoningrat, D. (2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam: Dispepsia Fungsional*. Stged. Jakarta: EGC
- Ervianti (2018). Faktor yang berhubungan dengan kejadian dyspepsia. Tesis master tidak diterbitkan, Universitas Indonesia, Jakarta, Indonesia



- Ghosal, dkk. (2011). Epidemiologi of Uninvestigated and functional dyspepsia di asia: Facts and fiction. *Jurnal of Nerogastroenterology and Mortility*. 17 (3)
- Hastono. S.P. (2016). *Besic data analysis for health research*. Fakultas kesehatan masyarakat Universitas Indonesia.
- Hawari, D. (2018). *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Hidayat, MD. (2019). *Pengantar Psikologi untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: University Press
- Hidayat, A.A. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Irianto, (2015). *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Kemenkes RI (2017). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2016*. Jakarta: Kemenkes RI
- Lovibond, S.H. & Lovibond, P. (2012). *Manula for the Depression Anxiety & Stress Scales (Seond Edition)*. Psychologu Foundation. PubMed US National Library of Medicine National Institues of Health.
- Mudjadid, E. (2014). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam jilid II: Dispepsia Fingsional*. Jakarta: Pusat Penerbit Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Notoatmodjo.S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nurjanah (2017) dengan judul penelitian “Hubungan pekerjaan dan pola makan dengan kejadian sindrom dispepsia di SMA 070 Sleman. Skripsi tidak diterbitkan, Akbid Yo Yogyakarta.
- Rahayu, C. (2017). *Hubungan pola makan dengan kejadian dyspepsia di madrasah Aliyah Negeri Model Manado*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Konsorsium Ilmu Kedokteran.
- Rahmaika, B.D. (2014). *Hubungan Antara Stress Dengan Kejadian Dispepsia di Puskesmas Purwodiningratan Jebres Surakarta*. Skripsi tidak diterbitkan, STIKes Kusuma Husada Surakarta.
- Rani, A.A., Jacobus, A., (2011). *Buku Ajar Gastroenterologi*. In: *Ilmu Penyakit Dalam FKUI*. Jakarta Pusat: Interna Publishing
- Sorongan, C.I. (2013). *Hubungan Antara Aktifitas Fisik dengan Status Gizi Pelajar SMP Frater Don Bosco Manado*. Manado: FKM