

## HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN TERHADAP KEJADIAN DISPEPSIA DI PUSKESMAS GAMBESI

Miftahul Hassanah<sup>1</sup>, Asyura Abdullah<sup>2</sup>, Wahyunita Do Toka<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Khairun, Indonesia

E-mail : [miftaaahassanah@gmail.com](mailto:miftaaahassanah@gmail.com)

---

### Kata Kunci

Dispepsia, Gaya Hidup,  
Pola Makan

### Abstrak

Dispepsia merupakan kumpulan gejala yang terdiri dari keluhan nyeri di ulu hati, kembung, mual, muntah, rasa cepat kenyang, dan perut rasa penuh/begah. Penyakit dispepsia menempati urutan ke-8 sebagai penyakit spesifik di Maluku Utara dengan jumlah kasus sebanyak 4.119 kasus. Akibat prevalensi kejadian dispepsia yang masih tinggi di kota Ternate sehingga dirasa perlu untuk dilakukan penelitian lebih lanjut. Tujuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap kejadian dispepsia di Puskesmas Gambesi tahun 2023. Metode. Penelitian kuantitatif ini menggunakan rancangan penelitian observasional analitik dengan pendekatan secara cross sectional. Teknik pengambilan sampel adalah accidental sampling pada pasien di Puskesmas Gambesi. Analisis data menggunakan uji chi-square. Dari 100 orang responden didapati sebanyak 45 orang yang menderita dispepsia. Hasil. Analisis pola makan terhadap kejadian dispepsia dengan uji chi-square diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Kesimpulan. Terdapat hubungan antara pola makan terhadap kejadian dispepsia pada pasien di Puskesmas Gambesi tahun 2023.

### Keywords

Dyspepsia, Lifestyle,  
Dietary Patterns.

### Abstract

*Dyspepsia is a collection of symptoms including upper abdominal pain, bloating, nausea, vomiting, early satiety, and a feeling of fullness in the stomach. Dyspepsia ranks eighth as a specific disease in North Maluku, with a total of 4,119 cases. Due to the high prevalence of dyspepsia in the city of Ternate, further research is deemed necessary. The aim of this study is to determine the relationship between dietary patterns and the occurrence of dyspepsia at Gambesi Health Center in 2023. This quantitative research utilized an analytical observational study design with a cross-sectional approach. Accidental sampling technique was used to select the participants from the patients at Gambesi Health Center. The data analysis was conducted using chi-square test. Out of 100 respondents, 45 were diagnosed with dyspepsia. The analysis of dietary patterns in relation to dyspepsia occurrence using the chi-square test yielded a p-value of 0.000 ( $p<0.05$ ). There is a significant relationship between dietary patterns and the*

---

*occurrence of dyspepsia in patients at Gambesi Health Center in 2023.*

---

\*Correspondent Author: Miftahul Hassanah.

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



## **PENDAHULUAN**

Dispepsia merupakan suatu sindrom atau kumpulan gejala yang terdiri dari keluhan nyeri atau rasa tidak nyaman di ulu hati, kembung, mual, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, dan perut rasa penuh/begah. Semua keluhan ini tidak selalu dirasakan oleh pasien dispepsia, dan bahkan pada satu pasien pun keluhan ini dapat berganti atau bervariasi jenis keluhan dan gejalanya (Djojoningrat, 2014). Prevalensi dispepsia fungsional berdasarkan kriteria Roma IV lebih banyak terjadi di negara Amerika Serikat yaitu sebanyak 12%, Kanada 8%, dan Inggris 8% dari seluruh populasi orang dewasa di tahun 2018 (Aziz et al., 2018). Prevalensi kejadian dispepsia di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 40-50% populasi. Berdasarkan data dari Analisis Beban Penyakit Nasional dan Sub Nasional tahun 2017 penyakit dispepsia menempati urutan ke-8 penyakit spesifik di Provinsi Maluku Utara dengan jumlah kasus sebanyak 4.119 kasus (Sitompul, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Ternate periode Januari- Desember tahun 2022 jumlah kasus dispepsia tercatat sebanyak 1.526 kasus, dengan jumlah kasus terbanyak terjadi di Puskesmas Gambesi yaitu 217 kasus (DinKes., 2022).

Gejala dispepsia dapat ditimbulkan akibat rangsangan sekresi asam lambung yang berlebih. Hal ini dapat disebabkan oleh kebiasaan makan dan minum seperti makanan pedas dan asam, kopi dan soda yang dapat mengiritasi mukosa lambung (Wijaya, Nur, & Sari, 2020). Seseorang dengan pola makan yang tidak teratur akan mempengaruhi proses kerja lambung. Kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman misalnya makanan pedas atau asam, minum teh atau kopi dan minuman berkarbonasi lainnya dapat meningkatkan resiko munculnya sindroma dispepsia (Kefi, Artawan, Dedy, & Lada, 2022).

Beberapa penelitian tentang dispepsia sebelumnya telah banyak dilakukan, khususnya mengenai gaya hidup seseorang terhadap kejadian dispepsia. Berdasarkan hasil beberapa penelitian sebelumnya didapati ketidak konsistenan sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara pola makan terhadap kejadian dispepsia. Adapun lokasi penelitian ini dilakukan di Puskesmas Gambesi karena prevalensi kejadian dispepsia paling tinggi di Ternate yaitu di Puskesmas Gambesi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan terhadap kejadian dispepsia di Puskesmas Gambesi.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian observasional analitik dan menggunakan pendekatan secara potong lintang (cross sectional). Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Gambesi pada bulan Januari 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien dengan yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Gambesi. Total sampel pada penelitian ini didapati sebanyak

100 subjek dengan 45 diantaranya telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jenis data yang diambil adalah data primer dengan cara meminta kesediaan populasi untuk menjadi responden dalam penelitian ini, selanjutnya dilakukan pengambilan data dengan cara membagikan kuesioner yang berisi beberapa pertanyaan kemudian akan diisi berdasarkan kebiasaan sehari-hari subjek. Data yang telah diperoleh akan diolah dengan menggunakan program SPSS, kemudian dilakukan pengolahan data dengan melewati tahapan editing, coding, data entry, dan analisis data. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis univariat dan analisis bivariat. Dalam penelitian ini dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji chi square untuk menentukan ada tidaknya hubungan antara variabel yang di uji (Amir & Cholidah, 2019).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### A. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Angka Kejadian Dispepsia

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa dari 100 responden yang terlibat, tercatat bahwa 45 (45%) individu mengalami dispepsia, sedangkan 55 (55%) individu lainnya tidak mengalami kejadian tersebut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Angka Kejadian Dispepsia

Dispepsia	Frekuensi	%
Ya	45	45%
Tidak	55	55%
Total	100	100%

#### B. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Usia

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dari 45 responden yang mengalami dispepsia, ditemukan bahwa kelompok usia remaja akhir merupakan kelompok terbanyak dengan total 17 individu (37,8%). Selanjutnya, diikuti oleh kelompok usia dewasa akhir dengan total 9 individu (20%), usia lansia awal sebanyak 7 individu (15,6%), usia lansia akhir sebanyak 6 individu (13,3%), usia dewasa awal 4 individu (8,9%), dan usia manula merupakan kelompok dengan frekuensi terendah yaitu 2 individu (4,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	%
Remaja Akhir	17	37,8%
Dewasa Awal	4	8,9%
Dewasa Akhir	9	20%
Lansia Awal	7	15,6%
Lansia Akhir	6	13,3%
Manula	2	4,4%
Total	45	100%

### C. Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian mengindikasikan bahwa dari 45 individu yang mengalami dispepsia, mayoritas adalah perempuan sebanyak 29 orang (64,4%), sedangkan jumlah laki-laki sebanyak 16 orang (35,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-laki	16	35,6%
Perempuan	29	64,4%
Total	45	100%

### D. Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan melibatkan 45 responden yang menderita dispepsia, ditemukan bahwa tingkat pendidikan terbanyak adalah tingkat pendidikan tinggi (tamat diploma/strata) dengan jumlah sebanyak 26 orang (57,8%), diikuti oleh tingkat pendidikan sedang (tamat SMA) sejumlah 18 orang (40%), dan tingkat pendidikan rendah (tidak sekolah-tamat SMP) yang hanya dialami oleh 1 orang (2,2%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	%
Rendah	1	2,2%
Sedang	18	40%
Tinggi	26	57,8%
Total	45	100%

### E. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Pekerjaan

Hasil studi mengindikasikan bahwa dari 45 individu yang mengalami dispepsia, sebanyak 36 orang (80%) memiliki pekerjaan. Sementara itu, terdapat 9 orang (20%) responden yang tidak bekerja.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	%
Bekerja	36	80%
Tidak Bekerja	9	20%
Total	45	100%

### F. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Pola Makan

Dari penelitian yang dilakukan dengan melibatkan 45 responden yang menderita dispepsia, tercatat sejumlah 10 orang (22,2%) yang mempunyai kebiasaan pola makan teratur, sementara total keseluruhan responden yang terbiasa dengan pola makan tidak teratur mencapai 35 orang (77,8%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Kejadian Dispepsia Berdasarkan Pola Makan

Pola Makan	Frekuensi	%
------------	-----------	---

Teratur	10	22,2%
Tidak Teratur	35	77,8%
Total	45	100%

### Analisis Bivariat

Pada studi ini, dilakukan uji chi-square menggunakan program SPSS guna menganalisa hubungan antara pola makan dan kejadian dispepsia pada pasien Puskesmas Gambesi, dan ditunjukkan bahwa nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan pada pasien di Puskesmas Gambesi antara pola makan dan kejadian dispepsia (Palar & Waleleng, 2013).

Tabel 7. Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Dispepsia

Pola Makan	Dispepsia		Total	P Value
	Ya	Tidak		
Teratur	10	33	43	
Tidak Teratur	35	22	57	
Total	45	55	100	000

### Pembahasan

Berdasarkan pada tabel 7 dari hasil analisis bivariat hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di Puskesmas Gambesi dapat diketahui bahwa dari 43 orang yang memiliki pola makan teratur, terdapat sebanyak 10 orang yang memiliki keluhan dispepsia dan dari 57 orang yang polanya tidak teratur, terdapat sebanyak 35 orang yang memiliki keluhan dispepsia (Dwigint, 2015). Hasil uji pada penelitian yang menggunakan uji chi-square dalam program SPSS ini menunjukkan bahwa secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan dispepsia yang dibuktikan dengan diperolehnya nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) (Tiana, Susanto, Elena, & Hudyono, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi dkk pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hassanuddin dengan jumlah populasi sebanyak 612 mahasiswa, yang menunjukkan hasil analisis statistik dengan uji chi-square diperoleh hubungan yang bermakna antara keteraturan makan dengan sindrom dispepsia ( $p=0,000$ ). Pada penelitian tersebut didapatkan kecenderungan responden dengan pola makan yang tidak teratur lebih banyak mengalami sindrom dispepsia yang dapat disimpulkan bahwa mahasiswa banyak yang tidak terlalu memperhatikan kebiasaan makannya (Dewi, 2017).

Secara umum pola makan memiliki 3 komponen utama, yaitu jenis, frekuensi, dan jumlah makanan. Menu seimbang adalah makanan yang beraneka ragam untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS). Seseorang dengan pola makan yang tidak teratur akan mempengaruhi kinerja lambung hingga dapat meningkatkan resiko munculnya sindrom dispepsia (Irfan, 2019).

### KESIMPULAN

Karakteristik pasien di Puskesmas Gambesi dalam kelompok kasus terutama terfokus pada usia remaja akhir (17-25 tahun), di mana jumlah pasien mencapai 17 orang (37,8%). Secara spesifik mengenai jenis kelamin, perempuan merupakan kelompok dengan jumlah terbanyak, yaitu 29 orang (64,4%). Selanjutnya, dalam hal tingkat

pendidikan, mayoritas pasien berada pada kategori tingkat pendidikan tinggi (tamat diploma/strata), dengan jumlah mencapai 26 orang (57,8%). Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa kategori pekerjaan yang paling dominan dijumpai pada studi ini adalah sebanyak 36 orang (80%). Sementara itu, mayoritas responden, yakni 35 orang (77,8%), memperlihatkan pola makan tidak teratur. Dari temuan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa ditemukannya hubungan yang signifikan antara pola makan dan kejadian dispepsia pada pasien yang menjalani pemeriksaan di Puskesmas Gambesi.

## REFERENSI

- Amir, Ummul Khair Binti, & Cholidah, Rifana. (2019). Hubungan Diet Iritatif Dan Ketidakteraturan Makan Dengan Sindrom Dispepsia Pada Remaja Santri Madrasah Aliyah Al-Aziziyah Putri Kapek Gunungsari Lombok Barat Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran*, 8(2), 34.
- Aziz, Imran, Palsson, Olafur S., Törnblom, Hans, Sperber, Ami D., Whitehead, William E., & Simrén, Magnus. (2018). Epidemiology, clinical characteristics, and associations for symptom-based Rome IV functional dyspepsia in adults in the USA, Canada, and the UK: a cross-sectional population-based study. *The Lancet Gastroenterology & Hepatology*, 3(4), 252–262.
- Dewi, ASTRI. (2017). Hubungan Pola Makan Dan Karakteristik Individu Terhadap Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. *Universitas Hasanuddin*.
- DinKes. (2022). Profil Kesehatan Kota Ternate 2022. Ternate: Dinas Kesehatan Kota Ternate.
- Djojoningrat, Dharmika. (2014). Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi VI Jilid I. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*, 6(1).
- Dwigint, Sabrine. (2015). *Hubungan Pola Makan Terhadap Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Fakultas Kedokteran.
- Irfan, Wahdaniah. (2019). *Hubungan Pola Makan dan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2019*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FK.
- Kefi, Clarensius Giovani Boni, Artawan, I. Made, Dedy, Maria Agnes Etty, & Lada, Christina Olly. (2022). Hubungan Pola Makan Dengan Sindroma Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 10(1), 147–156.
- Palar, Stella, & Waleleng, Bradley J. (2013). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Fungsional Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri Model Manado. *E-CliniC*, 1(2).
- Sitompul, Imelda Melvani. (2021). *Hubungan Pola Makan dan Karakteristik Individu Terhadap Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Angkatan 2019 dan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. Universitas Sumatera Utara.
- Tiana, Anggela, Susanto, Suryadi, Elena, Irene Maria, & Hudyono, Johannes. (2017). Hubungan antara sindroma dispepsia dengan pola makan dan jenis kelamin pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas kristen krida wacana angkatan 2013. *Jurnal Kedokteran Meditek*.
- Wijaya, Ivan, Nur, Nur Hamdani, & Sari, Herlinda. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Syndrom Dispepsia Di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 3(1), 58–68.



© 2021 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).