

Karakteristik Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia

Characteristics of Dyspepsia Syndrome in 2021 Students of the Faculty of Medicine, Universitas Muslim Indonesia

Alief Rezeky Firiansyah¹

Suliat P. Amir^{2*}

Amrizal Muchtar³

Prema Hapsari Hidayati⁴

Muhammad Jabal Nur⁵

¹ Program Studi Pendidikan Dokter
Fakultas Kedokteran, Universitas
Muslim Indonesia

^{2*} Departemen Ilmu Kesehatan Mata,
Fakultas Kedokteran Universitas
Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW-
UMI

³ Departemen Mikrobiologi, Fakultas
Kedokteran Universitas Muslim
Indonesia, RSP Ibnu Sina YW-UMI

⁴ Departemen Ilmu Penyakit Dalam,
Fakultas Kedokteran Universitas
Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW-
UMI

⁵ Departemen Ilmu Penyakit Dalam,
Fakultas Kedokteran Universitas
Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW-
UMI

*email: suliatip.amir@umi.ac.id

Abstrak

Dispepsia merupakan gangguan pencernaan yang umum terjadi dan ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman di perut bagian atas. Faktor risiko dispepsia meliputi pola makan tidak teratur, stres, infeksi *Helicobacter pylori*, penggunaan NSAID, serta kebiasaan mengonsumsi makanan tertentu. Mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran, memiliki risiko tinggi mengalami dispepsia akibat pola makan yang kurang teratur dan tingkat stres yang tinggi akibat tuntutan akademik. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik sindrom dispepsia pada mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian deskriptif dengan metode cross sectional. Penelitian ini menunjukkan bahwa angka kejadian dispepsia pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia mencapai 84 responden. Mayoritas responden adalah perempuan (85,7%). Pola makan tidak teratur ditemukan pada 69% responden, sedangkan 31% memiliki pola makan teratur. Sebagian besar responden 81% jarang mengonsumsi makanan iritatif, sementara 19% sering mengonsumsinya. Tingkat stres juga menjadi faktor yang dominan, di mana 60,7% responden mengalami stres dan 39,3% tidak mengalami stres. Maka dapat disimpulkan bahwa sindrom dispepsia cukup banyak terjadi pada mahasiswa kedokteran, terutama pada perempuan, mereka yang memiliki pola makan tidak teratur, dan yang mengalami stres. Hasil ini menegaskan bahwa pola makan dan stres memiliki pengaruh terhadap kejadian dispepsia pada mahasiswa.

Kata Kunci:

Dispepsia
Jenis Kelamin
Pola makan
Makan minuman iritatif
Stres

Keywords:

Dyspepsia
Gender
Diet
Irritant food and drink
Stress

Abstract

Dyspepsia is a common digestive disorder characterized by pain or discomfort in the upper stomach. Risk factors for dyspepsia include irregular eating patterns, stress, *Helicobacter pylori* infection, NSAID use, and the habit of consuming certain foods. Students, especially medical students, have a high risk of developing dyspepsia due to irregular eating patterns and high stress levels due to academic demands. Therefore, this study aims to determine the characteristics of dyspepsia syndrome in the class of 2021 students of the Faculty of Medicine, Universitas Muslim Indonesia. The type of research used is descriptive research with a cross-sectional method. This study shows that the incidence of dyspepsia in the class of 2021 students of the Faculty of Medicine, Universitas Muslim Indonesia reached 84 respondents. The majority of respondents were women (85,7%). Irregular eating patterns were found in 69% of respondents, while 31% had regular eating patterns. The majority of respondents 81% rarely consumed irritating foods, while 19% often consumed them. Stress level was also a dominant factor, where 60,7% of respondents experienced stress and 39,3% did not experience stress. It can therefore be concluded that dyspepsia syndrome is quite common in medical students, especially in women, those with an irregular diet, and those experiencing stress. These results confirm that diet and stress have an effect on the incidence of dyspepsia in students.

PENDAHULUAN

Dispepsia berasal dari kata Yunani “dys” dan “pepsis”, yang berarti masalah pencernaan. Dispepsia adalah gejala gangguan pada saluran pencernaan bagian atas yang sering muncul dengan gejala seperti nyeri perut bagian atas, rasa terbakar, mual, muntah, kembung, dan gas. Gejala ini umum terjadi pada populasi umum dan ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman di area atas atau ulu hati (Putri et al., 2018.) (Zakiyah et al., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), populasi penderita dispepsia di dunia mencapai 15 – 30% setiap tahun. Di Indonesia, angka kejadian dyspepsia mencapai 40-50% dan Dispepsia termasuk 10 besar penyakit tertinggi di Indonesia. Indonesia menduduki peringkat ketiga setelah Amerika Serikat dan Inggris dengan jumlah penderita dyspepsia terbanyak. Menurut Kemenkes RI tahun 2010, dispepsia berada di urutan ke-5 dari 10 besar penyakit terbanyak pada pasien rawat inap dan berada di urutan ke-6 10 besar penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit Indonesia (Putri et al., 2018.) (Angelia & Sutanto, 2019)

Dispepsia memiliki penyebab yang dapat dibagi menjadi 2, yaitu organik dan fungsional. Penyebab organik antara lain gangguan pada atau sekitar saluran pencernaan, seperti pankreas, kandung empedu dan lain-lain. Sedangkan, penyebab fungsional dapat dipicu oleh faktor psikologis dan intoleransi terhadap obat dan makanan tertentu (Zakiyah et al., 2021).

Suatu penelitian menunjukkan bahwa gangguan kejiwaan dan infeksi *Helicobacter pylori* merupakan faktor yang paling mempengaruhi terjadinya dispepsia, namun jenis kelamin dan ras tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian dispepsia. Studi lain menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan merupakan faktor risiko gangguan pencernaan, penambahan usia dan infeksi *Helicobacter pylori*, status sosial ekonomi tinggi, merokok, penggunaan NSAID (obat antiinflamasi nonsteroid). Dispepsia dapat terjadi pada berbagai kelompok usia, jenis kelamin, etnis, dan status sosial ekonomi. Penelitian telah menunjukkan

bahwa usia di atas 50 tahun merupakan faktor risiko dispepsia organik. Lingkungan yang kurang sehat, sanitasi yang buruk, kurangnya kesadaran akan kebersihan diri, perubahan gaya hidup, kemiskinan dan daerah perkotaan yang padat berhubungan dengan masalah pencernaan, termasuk dispepsia (Chasan Boesoirie et al., 2021)

Faktor makanan (makanan dibakar, makanan cepat saji, makanan berminyak, makanan pedas, minuman kopi dan teh) dan gaya hidup (merokok, alkohol, penggunaan NSAID/aspirin, kurang olahraga) dianggap berkontribusi terhadap gangguan pencernaan. Tembakau dianggap mengurangi efek perlindungan lapisan lambung, sedangkan alkohol dan obat antiradang berperan dalam meningkatkan produksi asam lambung. Sindrom dispepsia dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti pola makan dan stres kerja. Stres juga dapat menyebabkan dispepsia, karena stres dapat mempengaruhi mortalitas dan vaskularisasi mukosa lambung dan dapat meningkatkan ambang nyeri. (Putri et al., n.d.) (Purnamasari, 2017)

Dispepsia juga bisa ditandai oleh berbagai gejala seperti mual, muntah, merasa begah dan kembung, dan nyeri di perut bagian atas. Kejadian dispepsia dapat dipengaruhi oleh pola makan tidak teratur dan paparan makanan yang merangsang. Keluhan ini dapat dirasakan secara bergantian oleh pasien dan dapat berbeda baik jenis maupun kualitas keluhanannya. Pola makan yang tidak teratur seperti kebiasaan makan yang buruk, terburu-buru, dan jadwal yang tidak teratur dapat menyebabkan gangguan pencernaan (Andre et al., 2013)

Sebuah penelitian menemukan bahwa faktor yang paling mempengaruhi kejadian dispepsia adalah gangguan psikologis dan infeksi *Helicobacter pylori*, sedangkan jenis kelamin dan etnis tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian dispepsia. Studi lain menemukan bahwa faktor risiko dispepsia antara lain jenis kelamin perempuan, usia lebih tua, infeksi *Helicobacter pylori*, status sosial ekonomi tinggi, merokok, dan penggunaan NSAID (obat antiinflamasi

nonsteroid).Beberapa penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan paling berisiko mengalami dispepsia. Namun, prevalensi berdasarkan jenis kelamin tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan.(Chasan Boesoirie et al., 2021).Salah satu faktor pemicu pada kejadian dispepsia diantaranya adalah keteraturan makan. Selain jenis-jenis makanan yang di konsumsi, keteraturan makan yang tidak teratur seperti jadwal makan yang tidak sesuai, menunda waktu makan sehingga terjadinya pengosongan lambung dalam waktu lama serta kebiasaan memakan makanan cepat saji yang sering dilakukan, sering mengkonsumsi makanan atau minuman berkafein dan bersifat asam dapat berpengaruh pada sistem pencernaan sehingga dapat menyebabkan dispepsia(Meiviani & Afriandi, 2023)

Salah satu kelompok yang mempunyai risiko terkena sindrom dispepsia adalah remaja . Tingginya angka kejadian dispepsia pada remaja terjadi karena pola makan yang sebagian besar kurang teratur(Hidayat et al., 2023).Mahasiswa kedokteran berisiko memiliki pola makan yang tidak baik dan mengalami stres karena kesibukan dan beban tugas yang dimiliki mereka sehingga mereka rentan mengalami dispepsia(Putri et al., n.d.) Ketidakteraturan pola makan disebabkan oleh aktivitas yang padat. Mahasiswa biasanya memiliki rutinitas padat yang terdiri dari kegiatan akademik seperti jadwal belajar, mengerjakan banyak tugas dan kegiatan non akademik seperti bergabung dengan organisasi. Rutinitas yang padat ini menyebabkan mahasiswa melewati waktu makan.Kesibukan mahasiswa tersebut berdampak pada waktu makan sehingga walaupun sudah waktunya makan, mahasiswa sering menunda bahkan lupa makan(Thoriq & Ariati, 2023)

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan diatas, keluhan gejala sindrom dispepsia merupakan keadaan yang sering ditemui dalam kehidupan sehari hari. Dispepsia sering terjadi pada mahasiswa termasuk pada mahasiswa kedokteran. Jadi peneliti tertarik mengambil subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan

2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia melalui kuesioner yang dibuat berdasarkan kriteria Roma IV untuk mengetahui lebih lanjut mengenai karakteristik dispepsia pada mahasiswa angkatan 2021 fakultas kedokteran Universitas Muslim Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode cross-sectional, yang bertujuan untuk mengetahui karakteristik sindrom dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia angkatan 2021. Penelitian dilaksanakan pada tahun 2024 di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia, Kota Makassar, Sulawesi Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa angkatan 2021 dengan total 275 orang, dan teknik total sampling digunakan sebagai metode pemilihan sampel.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang mencakup identitas responden, pola makan, konsumsi makanan dan minuman iritatif, tingkat stres, serta sindrom dispepsia yang diukur menggunakan Rome Criteria IV. Pola makan dinilai berdasarkan skor dari kuesioner skala Likert, sementara konsumsi makanan dan minuman iritatif dikategorikan menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ). Tingkat stres diukur menggunakan DASS 42, dengan kategori normal (0-14) dan stres (≥ 15).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu persiapan (menentukan populasi, sampel, dan waktu penelitian), pelaksanaan (pemberian informed consent dan persetujuan responden), serta tahap pengukuran data yang meliputi pengolahan dan penyajian hasil penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mengetahui distribusi, frekuensi, dan persentase dari variabel penelitian, khususnya terkait karakteristik gejala dispepsia pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Analisis Univariate

Gambaran Angka Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia

Tabel 1. Distribusi frekuensi angka kejadian dispepsia

Sindrom Dispepsia	n	%
Positif	84	30,5
Negatif	191	69,5
Total		100

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Sindrom Dispepsia menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian mengalami merupakan sindrom dispepsia negatif yaitu 191 orang (69,5%), sedangkan 84 orang (30,5%) mengalami gejala dispepsia positif.

Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	12	14,3
Perempuan	72	85,7
Total	84	100

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin menunjukkan jumlah dan persentase subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin. Dari 84 responden, mayoritas adalah perempuan sebanyak 72 orang (85,7%), sementara laki-laki sebanyak 12 orang (14,3%).

Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Pola Makan

Tabel 3. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan pola makan

Pola Makan	n	%
Tidak teratur	58	69,0
Teratur	26	31,0
Total	83	100

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Pola Makan menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki pola makan yang tidak teratur, yaitu 58 orang (69,0%), sementara hanya 26 orang (25,3%) yang memiliki pola makan teratur.

Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Makanan Iritatif

Tabel 4. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan kebiasaan makan makanan iritatif

Kebiasaan Makan Makanan Iritatif	n	%
Sering	69	81,0
Jarang	15	19,0
Total	84	100

Tabel 3 Kebiasaan Makan Makanan Iritatif menggambarkan bahwa sebagian besar subjek penelitian, yaitu 68 orang (81,0%), sering mengonsumsi makanan iritatif, sementara 16 orang (19,0%) jarang mengonsumsinya.

Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Stress

Tabel 5. Distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan tingkat stress

Tingkat Stress	N	%
Tidak Stress	33	39,3
Stress	51	60,7
Total	84	100

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Stres menunjukkan bahwa 51 orang (60,7%) subjek penelitian mengalami stres, sementara 33 orang (39,3%) tidak mengalami stres.

PEMBAHASAN

Karakteristik Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan sebanyak 72 orang (85,7%), sementara laki-laki sebanyak 12 orang (14,3%). Hal ini menggambarkan distribusi jenis kelamin

yang cenderung tidak seimbang, dengan perempuan mendominasi jumlah subjek. Meski demikian, perbedaan jumlah jenis kelamin ini penting untuk mempertimbangkan potensi faktor biologis maupun sosial yang dapat memengaruhi prevalensi gejala dispepsia di kalangan mahasiswa.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Reci Anglena, Maulani Maulani, dan Dasuki Dasuki (2024) yang juga menemukan bahwa dispepsia lebih banyak terjadi pada perempuan. Dalam penelitian mereka, sebanyak 55 responden perempuan (68,8%) mengalami dispepsia, sementara laki-laki hanya 25 responden (31,2%). Penelitian ini menguatkan temuan bahwa perempuan lebih rentan terhadap dispepsia, yang bisa disebabkan oleh berbagai faktor fisiologis dan psikologis yang berperan lebih besar pada perempuan dibandingkan laki-laki. (Anglena R, Maulani M, 2024)

Penelitian ini juga sejalan oleh temuan Arnila Melina, Donal Nababan, dan Taruli Rohana (2023) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan sindroma dispepsia. Berdasarkan uji statistik chi-square, diperoleh nilai $p = 0,017$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut. Nilai odds ratio (OR) sebesar 2,24 dengan interval kepercayaan 95% antara 0,92 dan 4,44 menunjukkan bahwa perempuan memiliki risiko 2,24 kali lebih tinggi untuk mengalami sindroma dispepsia dibandingkan laki-laki. (Melina A, Nababan D, 2023)

Hal ini berkaitan dengan kecenderungan perempuan untuk melakukan diet yang terlalu ketat, menghindari makanan tertentu, atau memiliki gambaran tubuh yang tidak realistis, yang dapat mengganggu pola makan mereka. Oleh karena itu, meskipun hasil penelitian ini didominasi oleh perempuan, faktor-faktor lain seperti pola makan yang tidak teratur, stres, dan faktor emosional tetap memainkan peran penting dalam perkembangan gejala dispepsia pada kedua jenis kelamin (Indra AA, Rasfayanah, Laddo N, Nurmadilla N, 2023)

Karakteristik Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Pola Makan

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki pola makan yang tidak teratur, yaitu 58 orang (69,0%), sementara hanya 26 orang (25,3%) yang memiliki pola makan teratur. Temuan ini mencerminkan bahwa kebiasaan makan yang tidak teratur menjadi faktor dominan dalam kelompok subjek penelitian. Pola makan yang tidak teratur, seperti sering melewatkan waktu makan atau mengonsumsi makanan dalam jumlah besar dalam waktu singkat, dapat berkontribusi signifikan terhadap munculnya gejala dispepsia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan yang diperoleh dalam studi Lestari dkk. (2022), yang menunjukkan bahwa pola makan yang tidak teratur memiliki hubungan signifikan dengan kejadian dispepsia. Dalam penelitian tersebut, 93,5% responden dengan pola makan tidak teratur mengalami dispepsia, sementara 91,3% responden dengan pola makan teratur tidak mengalami gejala tersebut mengindikasikan hubungan yang bermakna. Hal ini mendukung temuan dalam penelitian ini, di mana 74,7% responden mengalami pola makan tidak teratur, yang berpotensi menjadi faktor risiko utama timbulnya gejala dispepsia. Seperti yang dijelaskan dalam penelitian Lestari dkk., ketidakaturan waktu makan dapat meningkatkan produksi asam lambung yang berlebihan, yang pada gilirannya mengiritasi mukosa lambung dan memperburuk gejala dispepsia. Penurunan risiko dispepsia pada responden dengan pola makan teratur semakin mempertegas pentingnya kebiasaan makan yang teratur dalam mencegah gangguan pencernaan (Lestari L, 2022)

Penelitian ini juga mendukung temuan dalam studi oleh Latif dkk. (2024), yang mengungkapkan bahwa pola makan yang kurang teratur berhubungan signifikan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa tingkat akhir. Dalam studi tersebut, sebanyak 39,1% responden dengan pola makan kurang teratur mengalami dispepsia,

sementara hanya 16,1% dari mereka yang memiliki pola makan kurang teratur tidak mengalami gejala tersebut.(Latif SA, Mustari S, 2024)

Hasil ini konsisten dengan temuan dalam penelitian ini, di mana mayoritas responden memiliki pola makan yang tidak teratur (74,7%), yang berpotensi meningkatkan prevalensi dispepsia. Pola makan yang tidak teratur, sebagaimana dijelaskan oleh Latif dkk., dapat mempengaruhi keseimbangan asam lambung dan mengganggu proses pencernaan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko gangguan pencernaan seperti dispepsia. Dengan demikian, penting untuk memperhatikan pola makan yang seimbang dan teratur sebagai bagian dari strategi pencegahan dispepsia, sebagaimana disarankan oleh literatur yang ada, untuk memastikan kesehatan pencernaan yang optimal.(Latif SA, Mustari S, 2024)

Kebiasaan makan yang tidak teratur juga dapat berkaitan erat dengan stres dan gaya hidup yang padat. Banyak mahasiswa atau individu dengan jadwal yang padat cenderung mengabaikan waktu makan atau lebih memilih makanan yang praktis dan tidak sehat, seperti makanan cepat saji. Hal ini dapat meningkatkan produksi asam lambung, yang berkontribusi terhadap munculnya gejala dispepsia. Temuan dalam penelitian ini menggarisbawahi pentingnya pembentukan kebiasaan makan yang teratur sebagai langkah pencegahan dalam mengurangi gangguan pencernaan (Irmalia I, 2021)

Keteraturan makan yg tidak baik berkaitan dengan waktu makan yang tidak stabil. Biasanya dalam keadaan terlalu lapar, bisa juga pada saat keadaan terlalu kenyang. Sehingga kondisi lambung dan pencernaan dapat terganggu. Asupan gizi makanan yang tidak seimbang dapat menyebabkan pengosongan pada lambung, pengosongan pada lambung dapat terjadinya erosi pada lambung akibat dari gesekan antar dinding lambung. Kondisi tersebut dapat menyebabkan peningkatan produksi HCL yang akan merangsang terjadinya asam di lambung, sehingga rangsangan di medula oblongata menimbulkan rangsangan untuk muntah, sehingga

asupan baik makanan maupun cairan yang dikonsumsi tidak mencukupi.(Meiviani & Afriandi, 2023)

Karakteristik Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Kebiasaan Konsumsi Makanan Iritatif

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian, yaitu 68 orang (81,0%), jarang mengonsumsi makanan iritatif, sementara 16 orang (19,0%) sering mengonsumsinya. Makanan iritatif, seperti makanan pedas, berlemak, atau asam, dapat memengaruhi saluran pencernaan dan meningkatkan produksi asam lambung, yang berisiko menimbulkan gejala dispepsia.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden jarang mengonsumsi makanan iritatif, dengan 84,3% responden memilih pola makan tersebut. Hal ini berbeda dengan penelitian Ellenczynska dkk (2022) yang dilakukan di Panti Rehabilitasi Sosial Tuna Sosial Barakat Cangkal Bacari Banjarbaru, yang menemukan bahwa semakin sering mengonsumsi makanan dan minuman iritatif, seperti makanan pedas, asam, dan berkafein, semakin besar risiko terjadinya dispepsia. Pada penelitian tersebut, responden yang sering mengonsumsi makanan iritatif (lebih dari 5 kali/minggu) menunjukkan prevalensi dispepsia yang lebih tinggi (Ellenczynska R, 2022)

Hal ini sejalan dengan temuan pada penelitian Vera dan Hamzah (2022), yang mencatat bahwa mayoritas responden (87,5%) tidak mengonsumsi makanan atau minuman iritatif. Meskipun demikian, meskipun mayoritas responden dalam penelitian ini jarang mengonsumsi makanan iritatif, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dispepsia tetap terjadi pada sejumlah individu. Hal ini menandakan bahwa meskipun pola konsumsi makanan iritatif cenderung rendah, faktor lain seperti pola makan yang tidak teratur dan tingkat stres dapat berperan penting dalam perkembangan gejala dispepsia, sesuai dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa faktor-

faktor tersebut turut berkontribusi pada kejadian dispepsia (Sesrianty V, 2022)

Jenis makanan dan minuman iyang iritatif seperti kafein,minuman bersoda, minuman beralkohol, makanan tinggi lemak, makanan pedas, dan makanan asam menyebabkan pengeluaran asam lambung secara berlebih. Pengeluaran asam lambung berlebihan merupakan salah satu patofisiologi dari sindrom dispepsia.(Natu DL, Artawan IM, 2022)

Makanan tinggi lemak akan dipecahkan menjadi trigliserida yang akan merangsang hormon kolesistokinin (CCK), kemudian hormon ini akan menghambat kontraksi antrum dan menginduksi kontraksi sfingter pilorus yang mana keduanya memperlambat pengosongan lambung.

Selain makanan berlemak, makanan lain seperti makanan pedas, makanan asam, kopi, teh,dan minuman bersoda juga dikaitkan dengan gejala dispepsia.Kopi merupakan salah satu jenis minuman yang iritan terhadap lambung, kopi memiliki kandungan kafein dan *5HT β* *N-alkanoyl-5-hydroxytryptamide* yang dapat meningkatkan sekresi asam lambung.Kafei dapat menyebabkan stimulasisistem saraf pusat sehingg dapat meningkatkan aktivitas lambung dan sekresi hormon gastrin pada lambung dan pepsin. Hormon gastrin yang dikeluarkan oleh lambung mempunyai efek sekresi getah lambung yang sangat asam daribagian fundus lambung sehingga dapat melukai lambung(Rilahayu, Bastian F, 2023)

Karakteristik Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Stress

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (60,7%) mengalami tingkat stres, sementara 39,3% lainnya tidak mengalami stres. Hal ini mengindikasikan bahwa hampir sebagian besar subjek penelitian merasakan beban stres yang cukup signifikan. Temuan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang mengungkapkan bahwa tingkat stres dapat

mempengaruhi kondisi fisik dan mental seseorang, termasuk dalam hal gangguan pencernaan seperti dispepsia.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat stres, dengan 55,4% responden dikategorikan sebagai stres dan 44,6% lainnya tidak mengalami stres. Temuan ini sejalan dengan penelitian Indra dkk. (2023), yang juga menemukan bahwa mayoritas responden mengalami tingkat stres yang berkisar pada kategori "stres ringan" dan "stres sedang." Meskipun jumlah responden yang mengalami stres berat lebih kecil, data tersebut menggambarkan bahwa stres adalah faktor signifikan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik, termasuk kesehatan pencernaan (Indra AA, Rasfayanah, Laddo N, Nurmadilla N, 2023)

Pada penelitian Susanti dkk, 95,5% responden yang mengalami stres juga mengalami sindrom dispepsia, angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami stres. Hal ini mengindikasikan bahwa stres bisa mengubah sekresi asam lambung, motilitas usus, serta pembentukan pembuluh darah di saluran pencernaan, yang berujung pada gejala yang tidak nyaman seperti nyeri ulu hati, mual, dan gangguan pencernaan lainnya. Dengan kondisi stres yang tinggi pada responden ini (55,4%), hal ini tentu menjadi faktor risiko penting yang berkontribusi pada kejadian dispepsia yang dialami oleh sebagian besar responden (Susanti R, Rahayu AA, 2024)

Salah satu faktor pencetus yang berhubungan dengan prevalensi kejadian dispepsia tersebut adalah faktor psikologis yaitu seperti stres, dimana saat stres terjadi maka tubuh akan merespon dengan disekresinya hormone kortisol dari kelenjar adrenal. Kortisol yang disekresi ini akan merangsang lambung untuk meningkatkan sekresi asam lambung dan juga menghambat prostaglandin yang merupakan agen proteksi bagi lambung sendiri, sehingga apabila diabaikan terus menerus maka akan menyebabkan gejala dispepsia.(Rusmanto et al., 2022)

KESIMPULAN

Angka kejadian gejala dispepsia pada mahasiswa angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia adalah 84 responden.

Sebagian besar responden adalah perempuan sebanyak 72 orang (85,7%), sedangkan laki-laki sebanyak 12 orang (14,3%).

Sebanyak 58 responden (69,0%) memiliki pola makan yang tidak teratur, sementara 26 responden (31,0%) memiliki pola makan yang teratur.

Sebanyak 68 responden (81%), jarang mengonsumsi makanan iritatif, sementara 16 responden (19,0%) sering mengonsumsinya.

Sebanyak 51 responden (60,7%) mengalami stres, sementara 33 responden (39,3%) tidak mengalami stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Andre, Y., Machmud, R., & Murni, A. W. (2013). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Depresi pada Penderita Dispepsia Fungsional. In *Jurnal Kesehatan Andalas* (Vol. 2, Issue 2).
- Angelia, J., & Sutanto, H. (2019). Hubungan kecemasan dengan derajat keparahan dispepsia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2014. In *Tarumanagara Medical Journal* (Vol. 1, Issue 3).
- Anglena R, Maulani M, D. D. (2024). *Gambaran Karakteristik Pasien Dispepsia di Rumah Sakit I-3 program indonesia (Kementerian Kesehatan Indonesia , 2019)*. Data Dinas Kesehatan Kota Jambi diabetes melitus , dimana hal ini bisa berkaitan dengan terjadinya disfungsi neurogenik dari oleh kare.
- Chasan Boesoirie, H., Giringan, F., Sudarmo, E., Prihanto, D., & Ambar, E. (2021). KARAKTERISTIK PENDERITA DISPEPSIA DI INSTALASI RAWAT INAP PENYAKIT DALAM RUMAH SAKIT UMUM DAERAH dr *Characteristic of dyspepsia patients in the installation of inpatient internal medicine at dr. H. Chasan Boesoirie Regional Hospital* (Vol. 3, Issue 1).
- Ellenczynska R, M. (2022). Hubungan Pola Makan, Konsumsi Makanan dan Minuman Iritatif dengan Kejadian Dispepsia.
- Hidayat, R., Susanto, A., & Lestari, A. (2023). Literature Review: The Relationship between Eating Habits and Dyspepsia in Adolescents. *Amerta Nutrition*, 7(4), 626–637. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i4.2023.626-637>
- Indra AA, Rasfayanah, Laddo N, Nurmadilla N, H. P. (2023). *Hubungan Pola Makan, Tingkat Stress, dan Riwayat Penggunaan OAINS dengan Kejadian Dispepsia pada Mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2020*.
- Irmalia I, M. M. (2021). *Penyuluhan kesehatan tentang dyspepsia pada masyarakat*.
- Latif SA, Mustari S, S. M. (2024). *Kejadian Dispepsia Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*.
- Lestari L, A. A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Usia Produktif (15-64) Di Wilayah Kerja PUSKESMAS Lhoong Kecamatan Lhoong Kabupaten Aceh Besar Tahun 2022.
- Meiviani, N., & Afriandi, D. (2023). Hubungan Keteraturan Makan Dengan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Fk Uisu. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 6(1), 67–74. <https://doi.org/10.30743/stm.v6i1.320>
- Melina A, Nababan D, R. T. (2023). *Faktor risiko terjadinya sindroma dispepsia pada pasien di poli klinik penyakit dalam RSUD Dr. Pirngadi Medan tahun 2019*.
- Natu DL, Artawan IM, T. I. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang
- Purnamasari, L. (2017). Faktor Risiko, Klasifikasi, dan Terapi Sindrom Dispepsia. *Continuing Medical Education*, 44(12), 870–873.
- Putri, A. N., Maria, I., & Mulyadi, D. (n.d.). HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, POLA MAKAN, DAN STRES DENGAN KEJADIAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS JAMBI ANGKATAN 2018.
- Rilahayu, Bastian F, S. (2023). *Hubungan Diet Iritatif dan Pola Makan dengan Sindrom Dispepsia Pada Siswa SMA*.
- Rusmanto, A. D., Maharani, F. N., Setiawan, M., & Arofah, A. N. (2022). Pengaruh Stres, Keteraturan Makan, dan Makanan Minuman Iritatif Terhadap Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 22(4), 280–286. <https://doi.org/10.24815/jks.v22i4.23539>
- Sesrianty V, H. N. (2022). *Hubungan Pola Makan Dan Makanan Iritatif Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Di Puskesmas X Kota Payakumbuh*.
- Susanti R, Rahayu AA, H. A. (2024). *Stress and dyspepsia symptoms among students in Indonesia*.

Thoriq, M. A., & 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. <https://doi.org/10.30743/ibnusina.v22i1.363>

Zakiyah, W., Eka Agustin, A., Fauziah, A., Sa'diyyah, N., & Ibnu Mukti, G. (2021). Definisi, Penyebab, Klasifikasi, dan Terapi Sindrom Dispepsia. *Jurnal Health Sains*, 2(7), 978–985. <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i7.230>