

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Dispepsia adalah suatu sindrom yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di ulu hati, kembung, mual, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, perut terasa penuh (Hati et al., 2023). Dispepsia adalah penyakit yang tidak menular saluran pencernaan namun banyak terjadi di kalangan masyarakat di dunia. Sindrom dispepsia berupa kumpulan gejala atau sindrom rasa dari nyeri atau rasa tidak nyaman di lambung, mual, muntah, kembung, mudah kenyang, rasa perut penuh, sendawa berulang atau kronis. Keluhan yang timbul biasanya berbeda pada tiap individu penderita (Sidik, 2024).

Dispepsia menjadi salah satu penyakit tidak menular yang cukup sering dijumpai di seluruh dunia. *World Health Organization* memperkirakan prevalensi dispepsia global mencapai 13%-40% dari total populasi setiap negara (Black et al., 2022). Di Indonesia, angka rata-rata kejadian dispepsia di kota besar seperti Surabaya mencapai 31%, di Bandung 32%, Palembang 35%, Denpasar 46%, dan Jakarta hampir mencapai 50% (Zakiyah et al., 2021). Mayoritas penelitian menyebutkan bahwa prevalensi dispepsia tidak menunjukkan perbedaan jenis kelamin yang signifikan. Akan tetapi berdasarkan usia paling banyak pada usia di bawah 40 tahun, yaitu sekitar 85% (Basandra & Bajaj, 2014). Diketahui prevalensi dispepsia di Puskesmas Nanga Pinoh tahun 2024 sebanyak 898 pasien.

Dispepsia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah pengetahuan, pola makan, stress, konsumsi kafein dan aktivitas fisik (Aprillia et al., 2024). Pola makan menjadi urgensi sebagai faktor pencetus tersering dari penyakit dispepsia. Adanya perubahan gaya hidup mempengaruhi perubahan pola makan seseorang. Kebiasaan makan yang tidak biasa dan gaya hidup yang sedikit mewah merupakan masalah yang umum di masyarakat. Tren makanan cepat saji dan makanan instan, kurang aktivitas fisik, stres, dan polusi sudah menjadi hal yang lumrah. Pilihan makanan dan gaya hidup yang tidak tepat berdampak langsung pada

organ pencernaan dan dapat menyebabkan gangguan pencernaan (Wijaya et al., 2020).

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, pola makan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian dispepsia. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Bhakti Medicare menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan pola makan dengan kejadian dispepsia (Anindia, 2024). Penelitian lain yang mendukung yaitu Aprilia, *et al* yang mengungkapkan bahwa 55,6% pasien di wilayah kerja Puskesmas Batoh Kota Banda Aceh mengalami dispepsia akibat pola makan yang tidak baik (Aprillia et al., 2024). Peneliti menganalisis bahwa adanya perubahan pola makan yang tidak teratur, mengkonsumsi obat-obatan yang tidak jelas yang terdiri atas zat seperti nikotin dan alkohol serta adanya kondisi kejiwaan yang stres, intake makanan yang kurang menyebabkan lambung menjadi kosong. Kekosongan lambung dapat mengakibatkan erosi pada lambung akibat gesekan antara dinding-dinding lambung. Kondisi demikian dapat mengakibatkan peningkatan produksi HCL yang akan merangsang terjadinya kondisi asam pada lambung sehingga rangsangan di *medulla oblongata* membawa impuls muntah sehingga intake tidak adekuat baik makanan maupun cairan.

Pola makan atau pola konsumsi pangan merupakan jenis, frekuensi, kebiasaan dan jeda waktu antar makan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu. Pola makan sehari-hari yang tidak baik biasanya ditandai dengan jadwal makan yang tidak teratur, seperti makan terlambat atau menunda waktu makan, atau mungkin melewatkan sarapan, makan siang, atau makan malam sama sekali sehingga membuat perut mengalami kekosongan dalam jangka waktu yang lama (Hidayah, 2020; Timah, 2021). Seseorang dengan pola makan yang teratur membantu lambung mengenali waktu makan sehingga produksi asam lambung terkontrol sedangkan pola makan yang tidak teratur membuat lambung terus berkontraksi ketika kosong, sehingga mukosa lambung menjadi iritasi. Produksi asam lambung yang berlebihan dapat memperburuk lapisan mukosa lambung hingga menyebabkan ulkus peptikum, lalu timbul rasa perih di daerah ulu hati atau epigastrium (Indra, Laddo, et al., 2023).

Gejala dispepsia juga lebih mungkin terjadi pada seseorang yang sering mengonsumsi makanan pedas atau asam, teh, kopi, dan minuman berkarbonasi. Organisme patogen yang dimakan bersama makanan dapat dibunuh oleh suasana lambung yang sangat asam. Namun, lingkungan yang sangat asam di lambung akan menyebabkan lebih sedikit iritasi pada dinding lambung jika penghalang lambung telah terganggu (Octaviana et al., 2021).

Peneliti menemukan data masih tingginya pola makan yang tidak teratur sehingga menyebabkan terjadinya dispepsia, seperti pada penelitian Anindia (2024) dimana sebanyak 94% pasien dewasa memiliki pola makan yang tidak teratur sehingga mengalami dispepsia sebanyak 93%, sehingga dari hasil analisis menunjukkan ada hubungan pola makan tidak teratur dengan kejadian dispepsia. Hasil ini juga didukung dengan penelitian Rahmah, *et al* (2024) dimana terdapat hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia di Puskesmas Kampar Kiri Tengah, dimana pasien dengan pola makan yang tidak sehat sebanyak 61,5% dan mengalami dispepsia sebanyak 66,7%. Dari hasil survei yang dilakukan peneliti di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh terdapat 898 pasien yang mengalami dispepsia. Sedangkan dari hasil wawancara yang dilakukan pada bulan Januari 2025 dengan 5 orang pasien yang menjalani pengobatan di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh, 2 pasien mengatakan memiliki pola makan yang tidak teratur yaitu sering tidak sarapan atau tidak makan malam karena sudah kekenyangan di sore hari. Selain itu 3 pasien lainnya mengatakan memiliki riwayat suka mengonsumsi makanan yang pedas dan asam.

Berdasarkan hasil temuan peneliti yang menunjukkan masih tingginya prevalensi dispepsia di Puskesmas Nanga Pinoh dan adanya temuan terkait dengan pola makan pasien yang tidak baik, menjadikan peneliti tertarik dan merasa perlu dilakukannya penelitian lebih lanjut mengenai hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan) di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.
- b. Mengidentifikasi pola makan pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.
- c. Mengidentifikasi kejadian dispepsia di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.
- d. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian diharapkan dapat menjadi referensi pada bidang keperawatan khususnya pada keperawatan medikal bedah. Hasil analisis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran sekaligus sebagai sumber informasi kepada pembaca terkait dengan hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kepada pembaca khususnya mahasiswa serta menjadi referensi kepustakaan dalam bidang mata kuliah keperawatan medikal bedah dengan topik hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada pasien di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.

### b. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi kepada tenaga Kesehatan yang ada di Puskesmas Nanga Pinoh. Selain itu, hasil dari temuan penelitian ini dapat menjadi masukan dan bahan evaluasi bagi fasilitas pelayanan kesehatan khususnya di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh dalam memberikan pelayanan kepada pasien dispepsia dengan cara mengatur pola makan yang baik kepada pasien dispepsia.

### c. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pasien, keluarga dan masyarakat tentang hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia. Adanya informasi tersebut diharapkan dapat berkontribusi untuk meningkatkan pengetahuan bagi masyarakat sehingga dapat membantu dalam memperbaiki pola makan dan menurunkan kejadian dispepsia pada masyarakat.

### d. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman yang baru kepada peneliti terkait dengan menganalisis antara temuan di lapangan dengan teori tentang hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia di poli rawat jalan Puskesmas Nanga Pinoh.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penulis dan Tahun	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1	Anindia (2024)	Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Dewasa di Ruang Rawat Inap Alamanda Rumah Sakit Bhakti Medicare Kabupaten Sukabumi	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel berjumlah 100 pasien dewasa di ruang rawat inap Alamanda RS Bhakti Medicare Kabupaten Sukabumi dengan teknik <i>purposive sampling</i> . Intstumen penelitian yaitu kuesioner. Analisis data menggunakan <i>chi-square</i> .	Hasil penelitian didapat sebagian besar responden memiliki pola makan yang tidak teratur sebanyak 94 orang (94,0%) dan sebagian besar mengalami dispepsia sebanyak 93 orang (93,0%). Hasil uji bivariat didapatkan <i>p-value</i> sebesar 0,000 menunjukkan terdapat hubungan pola makan dengan dispepsia.	Persamaan: Variabel independen dan dependen, jenis desain, Teknik <i>sampling</i> dan analisis penelitian.  Perbedaan: Lokasi penelitian.
2	Hassanah, <i>et al.</i> (2023)	Hubungan Antara Pola Makan Terhadap Kejadian Dispepsia di Puskesmas Gambesi	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel berjumlah 100 pasien di Puskesmas Gambesi dengan teknik <i>accidental sampling</i> . Intstumen penelitian yaitu kuesioner.	Hasil penelitian menunjukkan pasien yang mengalami dispepsia 45 orang (45%) yang terbagi atas 10 orang pola makan teratur (22,2%) dan tidak teratur 35 orang (77,8%). Hasil analisis didapat nilai $p=0,000$ ( $p<0,05$ ), mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan pada pasien di Puskesmas	Persamaan: Variabel independen dan dependen, jenis, desain dan analisis penelitian.  Perbedaan: Lokasi penelitian dan teknik <i>sampling</i> .

			Analisis data menggunakan <i>Chi-square</i> .	Gambesi antara pola makan dan kejadian dispepsia.	
3	Rahmah, <i>et al.</i> (2024)	Hubungan Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel berjumlah 78 pasien di Puskesmas Kampar Kiri Tengah Kabupaten Kampar yang dipilih menggunakan <i>purposive sampling</i> . Instrumen penelitian yaitu kuesioner. Analisis data menggunakan uji <i>Chi-square</i> .	Hasil penelitian didapatkan responden mengalami dispepsia sebanyak 52 orang (66,7%). tingkat stress pada kategori normal sebanyak 37 orang (47,4%) dan pola makan yang tidak sehat sebanyak 48 orang (61,5%). Hasil analisis didapatkan <i>p-value</i> 0,000 <0,05, artinya terdapat hubungan antara stress terhadap kejadian dispepsia dan <i>p-value</i> 0,001 <0,05, artinya terdapat hubungan antara pola makan terhadap kejadian dispepsia.	Persamaan: Variabel independen dan dependen, jenis dan desain penelitian, teknik sampling dan analisis.  Perbedaan: Variabel independent tambahan dan lokasi penelitian.