

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG PENELITIAN

Semakin majunya zaman semakin banyak pula masalah kesehatan muncul yang diakibatkan oleh gaya hidup yang buruk, salah satunya ialah sindrom dispepsia. Sindrom dispepsia merupakan masalah kesehatan yang berhubungan dengan gangguan saluran pencernaan dan diartikan sebagai kondisi medis yang ditandai dengan rasa nyeri atau tidak nyaman pada perut bagian atas yang biasa disebut dengan ulu hati. Biasanya rasa nyeri tersebut muncul setelah makan¹.

Dispepsia merupakan masalah kesehatan yang mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga dapat menurunkan produktivitas dan kelangsungan hidup si penderita^{2,3}. Apabila kondisi tersebut tidak ditangani dengan benar dan cepat dikhawatirkan akan semakin memperburuk kondisi lambung si penderita⁴. Dispepsia ini bersifat kronis sehingga dapat terjadi berulang kali dan berlangsung lama bahkan seumur hidup si penderita¹. Selain itu, diketahui bahwa orang dengan sindrom dispepsia akan mengalami perubahan pada pola makannya dimana mereka hanya mampu makan dalam porsi yang kecil dan tidak toleran terhadap porsi makan yang besar⁵.

Dispepsia menjadi keluhan yang paling umum di Indonesia pada pusat kesehatan dengan prevalensi 15-40%⁶. Dispepsia merupakan gejala yang terjadi pada beberapa penyakit sebagai penyumbang angka mortalitas dimana tidak hanya ada di Indonesia melainkan di seluruh dunia⁷. Prevalensi kejadian sindrom dispepsia di dunia sangat bervariasi, yaitu sebesar 32,4% di Selandia Baru, 30,4% di India, 23-25,8% di Amerika Serikat, 14,5% di Skandinavia dan sebesar 7-8% di Singapura⁸. Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, diketahui bahwa kejadian sindrom dispepsia ini paling banyak dialami oleh perempuan, namun hasil secara statistik tidak ditemukan korelasi antara jenis kelamin dengan kejadian sindrom dispepsia ini⁹⁻¹¹.

Keluhan sindrom dispepsia sering ditemukan dalam praktek klinis sehari-hari. Pada praktek umum, kasus dispepsia ini dijumpai hampir 30% kasus, sedangkan pada pada praktek subspecialis (gastroenterologis) sebanyak 60% kasus¹². Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2010 dalam Khair *dkk*, 2019 sindrom dispepsia di Indonesia berada pada posisi ke-5 sebagai keluhan pada pasien rawat inap terbanyak dan posisi ke-6 sebagai keluhan pada pasien rawat jalan terbanyak di rumah sakit¹². Di Kota Jambi, kasus baru dispepsia pada tahun 2018 ialah sebesar 16,4% dan menempati posisi ke-1 dari 10 masalah kesehatan terbanyak rawat jalan di RSUD Raden Mattaher. Selanjutnya, diantara 10 masalah kesehatan rawat inap terbanyak pada tahun 2018 di RSUD Raden Mattaher, dispepsia menempati posisi ke-2 dengan persentase sebesar 13,3%¹³.

Mahasiswa yang memiliki kegiatan dan perkuliahan yang padat dapat mempengaruhi pola makan dan gaya hidupnya. Oleh karena perkuliahan yang padat, mahasiswa tersebut akan menunda waktu makannya sehingga mempengaruhi kerja lambung dalam hal sekresi asam lambung dan menyebabkan timbul rasa nyeri yang lama kelamaan akan mengakibatkan adanya permasalahan pada lambungnya⁸. Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan desain *cross sectional* dengan sampel yang cukup besar diperoleh bahwa prevalensi dispepsia pada mahasiswa berada pada rentang 16,86% sampai dengan 66,6%^{3,9,14,15}.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, pola makan tidak teratur dan jenis makanan meningkatkan kejadian sindrom dispepsia¹⁶. Penelitian yang telah dilakukan oleh Akbar pada tahun 2020 memperoleh hasil bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian sindrom dispepsia ($p\text{-value}=0,006$)¹⁴. Makanan pedas dan asam merupakan jenis makanan yang dapat mempengaruhi peningkatan asam lambung. Penelitian yang dilakukan oleh Fithriyana tahun 2018 memperoleh hasil bahwa ada hubungan antara makanan dan minuman yang iritatif dengan terjadinya sindrom dispepsia ($p\text{-value}= 0,000$)¹⁷.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jaber *et al.*, menunjukkan ada hubungan antara merokok dengan kejadian sindrom dispepsia ($p\text{-value}=0,03$). Zat yang terkandung pada rokok diketahui meningkatkan produksi asam lambung dan mengganggu sistem pencernaan⁹. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Chaidir dan Herfa pada 2015, memperoleh hasil ada hubungan stres terhadap sindrom dispepsia ($p\text{-value}=0,004$)¹⁸.

Oleh karena besarnya bahaya dan tingginya angka kejadian dispepsia, maka perlu dilakukan adanya upaya pencegahan dan penanganan yang benar terhadap bahaya komplikasi dispepsia tersebut. Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara gaya hidup dan stres dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Ilmu Kesehatan Masyarakat merupakan salah satu program studi dengan jumlah mahasiswa terbanyak di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi yaitu sebanyak 954 orang. Pemilihan lokasi penelitian juga didasarkan pada kenyataan bahwa jadwal perkuliahan yang padat dan berturut-turut serta beban tugas perkuliahan yang banyak mempengaruhi gaya hidup mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. Adapun gaya hidup yang dimaksud adalah pola makan dan merokok.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan tingginya prevalensi kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa, yaitu 16,86% - 66,6% dimana sindrom ini dapat dipicu oleh gaya hidup mahasiswa yang buruk seperti pola makan yang buruk, merokok dan stres. Oleh karena itu, peneliti tertarik dan merasa perlu adanya penelitian dengan rumusan masalah “Apakah ada hubungan antara gaya hidup dan stres dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi?”

1.3 TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 TUJUAN UMUM

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dan stres dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

1.3.2 TUJUAN KHUSUS

Tujuan khusus dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi distribusi frekuensi kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
2. Mengidentifikasi hubungan antara pola makan dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
3. Mengidentifikasi hubungan antara merokok dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.
4. Mengidentifikasi hubungan antara stres dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 BAGI PENELITI

Penelitian ini diharapkan menjadi wadah bagi peneliti dalam proses pembelajaran dan melatih diri serta dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai hubungan antara gaya hidup dan stres dengan kejadian sindrom dispepsia.

1.4.2 BAGI INSTITUSI

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi atau bahan bacaan bagi mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu

Kesehatan untuk menambah wawasan dan pengetahuannya mengenai hubungan antara gaya hidup dan stres dengan kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa.

1.4.3 BAGI MAHASISWA

Penelitian ini diharapkan menjadi pertimbangan mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan dalam mengatur pola makan, mengonsumsi makanan yang sehat dan mengurangi konsumsi makanan yang dapat memicu terjadinya sindrom dispepsia, mengurangi kebiasaan merokok atau bahkan berhenti merokok serta dapat mengelola stres dengan baik.