

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara berkembang yang menghadapi dua permasalahan dalam pembangunan kesehatan, yaitu peningkatan penyakit tidak menular dan penyakit menular yang belum tertangani. Di beberapa negara, termasuk Indonesia, morbiditas dan mortalitas disebabkan oleh penyakit tidak menular. Menurut proyeksi yang dibuat oleh WHO, penyakit tidak menular akan menyebabkan 73% kematian pada tahun 2020, dan angka kejadiannya akan mencapai 60% di seluruh dunia. *South East Asian Regional Office (SEARO)* memperkirakan bahwa pada tahun yang sama, angka kematian dan kesakitan akibat penyakit tidak menular akan meningkat masing-masing menjadi 50% dan 42%. Penyakit tidak menular telah menjadi penyebab utama kematian selama ribuan tahun.¹

Penyakit tidak menular seperti dispepsia bisa menyerang siapa saja dan dimana saja di dunia, termasuk Indonesia. Kata dispepsia berasal dari bahasa Yunani yang berarti “pencernaan buruk”, dimana “dys” berarti buruk dan “peptei” berarti pencernaan. Penyebab utama penyakit pencernaan seperti dispepsia adalah perubahan gaya hidup yang mengakibatkan kebiasaan makan yang tidak sehat dalam kesehariannya. Rasa nyeri atau tidak nyaman pada perut bagian atas atau ulu hati merupakan gejala dispepsia yang sering terjadi di kalangan masyarakat. Dispepsia fungsional merupakan istilah medis yang biasa digunakan untuk menggambarkan keluhan rasa tidak nyaman pada perut bagian atas (ulu hati), rasa terbakar pada perut bagian atas, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa kenyang setelah makan, dan bersendawa.²

Di seluruh dunia, 13–14% orang menderita dispepsia setiap tahunnya, dan kondisi ini diperkirakan akan menjadi lebih umum seiring berjalannya waktu. Dengan angka prevalensi berkisar antara 15% hingga 40%, dispepsia merupakan keluhan yang paling sering dilaporkan di pusat kesehatan di Indonesia.³ Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 menunjukkan bahwa dispepsia, dengan angka

kejadian 39,8% pada laki-laki dan 60,2% pada perempuan, merupakan salah satu dari lima alasan utama masuk rumah sakit.⁴ Salah satu dari sepuluh penyakit terbanyak di Indonesia adalah dispepsia. Negara ini berada di urutan ketiga dunia untuk kasus dispepsia terbanyak, setelah Amerika Serikat dan Inggris.⁵ Sementara itu, di Provinsi Jambi pada tahun 2019 hingga tahun 2020 dispepsia termasuk dalam 5 penyakit terbanyak di Puskesmas Provinsi Jambi, Dinas Kesehatan Kota Jambi melaporkan bahwa angka kejadian dispepsia di Kota Jambi pada tahun 2019 mencapai 6,36% dan pada tahun 2020 angka kejadian dispepsia di Kota Jambi mencapai 6,17%.⁶

Sejumlah faktor risiko, termasuk merokok, minum kopi, soda, atau alkohol, dan melakukan pola makan tertentu seperti melewati sarapan atau jadwal makan tidak teratur, dapat menyebabkan terjadinya dispepsia. Berdasarkan penelitian Asep dkk (2022), terdapat hubungan antara ketidakteraturan pola makan dan mengonsumsi makanan minuman iritatif terhadap sindrom dispepsia pada remaja. Kebiasaan makan yang tidak teratur akan menyebabkan lambung kesulitan menyesuaikan diri. Jika kondisi ini terus berlanjut, produksi lambung bisa meningkat sehingga bisa mengiritasi dinding tukak lambung. Hal ini dapat menyebabkan rasa tidak nyaman dan mual, yang bahkan dapat menjalar ke kerongkongan dan mengakibatkan rasa terbakar yang menyiksa.⁷ Sedangkan hasil penelitian Setiandari dkk (2021), stres dan pola makan yang tidak teratur merupakan variabel yang berkontribusi terhadap terjadinya dispepsia. Ditentukan bahwa stres dan masalah kesehatan dapat diakibatkan oleh tekanan akademis. Tekanan yang dihasilkan dari penilaian subjektif seseorang terhadap keadaan dan kedudukan akademiknya disebut sebagai stres akademik. Tekanan untuk naik ke kelas berikutnya, kecemasan terkait ujian, sesi belajar yang lama, hasil ujian yang buruk, pemilihan jurusan dan karir, beban mata kuliah yang padat, ekspektasi yang tinggi dari orang tua, dan kesulitan mengatur waktu adalah beberapa faktor yang menyebabkannya terhadap stres akademik.⁸

Berdasarkan penelitian Xu dkk (2017), dispepsia dipengaruhi oleh faktor stres, faktor kebiasaan mengonsumsi jenis makanan dan minuman yang dapat mengiritasi lambung seperti mengonsumsi makanan pedas, makanan berlemak,

minuman berkafein, makanan dan minuman manis, makanan dan minuman tanpa dimasak, serta faktor pola makan yang buruk seperti kebiasaan jam makan tidak teratur, tidak sarapan, konsumsi cemilan di malam hari dan makan di luar rumah. Sedangkan menurut hasil penelitian Lestari dkk 2022, terdapat hubungan diantara jenis kelamin, pola makan, makanan dan minuman iritatif dan OAINS dengan gejala dispepsia. Berdasarkan penelitian Asep dkk (2022) dan Setiandari dkk (2021), telah diketahui bahwa faktor pola makan dan stres merupakan faktor risiko gejala dispepsia pada remaja. Namun, masih terdapat faktor risiko gejala dispepsia yang belum diteliti pada subjek remaja, seperti faktor kebiasaan makan dan jenis makanan dan minuman yang berisiko yang dapat memperburuk gejala.

Remaja termasuk pelajar ataupun mahasiswa sering mengalami dispepsia. Penyebabnya bisa dari organik maupun fungsional.⁹ Remaja diartikan sebagai pelajar dan mahasiswa yang biasanya memiliki jadwal padat yang terdiri dari mengikuti perkuliahan, mengikuti organisasi, dan mengerjakan tugas. Akibatnya, mereka sering lupa makan atau menunda makan.¹⁰ Kelompok usia yang paling rentan terkena dispepsia adalah remaja, salah satunya karena pola makan mereka yang tidak menentu. Kualitas hidup remaja terkena dampak negatif dari dispepsia, penyakit kronis yang dapat kambuh berulang kali dan berlangsung selama bertahun-tahun. Remaja dengan gejala dispepsia ini akan kurang produktif dalam aktivitas sehari-hari; Misalnya, mereka mungkin kesulitan mengikuti kegiatan pendidikan karena sakit perut bagian atas atau mual, yang pada akhirnya menurunkan kualitas pengalaman belajar mereka. Akibatnya, penurunan kualitas pendidikan dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik, yang pada akhirnya dapat berdampak pada potensi remaja sebagai sumber daya manusia dan pemimpin bangsa di masa depan. Selain itu, perilaku ketidakmampuan untuk mengonsumsi makanan dalam porsi yang biasanya karena rasa nyeri dapat menyebabkan masalah gizi pada remaja, seperti anemia. Remaja perempuan yang kekurangan zat besi mungkin mengalami dampak jangka panjang yang serius.¹¹

Selanjutnya, menurut penelitian yang dilakukan Tamimi dkk (2020), dimana proporsi responden yang mengalami gejala dispepsia pada remaja didapatkan sebanyak 58% dan 1,4 kali lebih banyak dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami gejala dispepsia. Proporsi responden berjenis kelamin perempuan yang mengalami gejala dispepsia didapatkan sebanyak 63,8% dan 1,7 kali lebih banyak dibandingkan responden yang tidak mengalami gejala dispepsia. Pada responden berjenis kelamin laki-laki yang mengalami gejala dispepsia, proporsinya didapatkan sebanyak 51,2% dan tidak jauh berbeda dengan responden yang tidak mengalami gejala dispepsia.⁸ Sedangkan menurut hasil penelitian Sari dkk (2021), proporsi responden yang mengalami gejala dispepsia pada remaja didapatkan sebanyak 78,2% dan menurut hasil penelitian Yasin dkk (2018), didapatkan 68,1% anak usia sekolah mengalami gejala dispepsia.^{9,12} Berdasarkan penelitian yang dilakukan Putri dkk (2022), gejala dispepsia pada remaja tingkat akhir yaitu mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi sebanyak 53,8%.¹³

Selain itu, peneliti telah melakukan survei data awal dan angka kunjungan pasien dispepsia di Puskesmas Paal X terbilang banyak dibanding Puskesmas lainnya yaitu dari bulan Januari hingga bulan Juli 2024 mencapai 478 pasien. Berdasarkan data gejala dispepsia pada Puskesmas Paal X banyak terjadi pada rentang usia 15-25 tahun dan rata-rata rentang usia pada anak SMA yaitu dari umur 15 hingga 18 tahun. Karena banyak terjadi pada rentang usia tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian pada remaja SMA di wilayah kerja Puskesmas Paal X. Di wilayah kerja Puskesmas Paal X terdapat dua SMA yaitu SMA Negeri 8 Kota Jambi dan SMK Negeri 3 Kota Jambi. Dikawasan sekitar SMA Negeri 8 Kota Jambi memiliki jumlah pedagang makanan dan minuman yang lebih banyak dan iritatif dibandingkan SMK Negeri 3 Kota Jambi, sehingga memungkinkan siswa untuk rutin membeli makanan dan minuman iritatif di sekolah tersebut. Untuk mengurangi risiko terjadinya dispepsia dan mencegah terjadinya permasalahan saluran cerna lainnya, peneliti bermaksud untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja di SMA Negeri 8 Kota Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Salah satu kelompok masyarakat yang dianggap paling rentan terkena dispepsia adalah remaja. Hal ini dikarenakan sebagian besar siswa SMAN 8 Kota Jambi memiliki faktor faktor risiko dari gejala dispepsia fungsional. SMAN 8 Kota Jambi cenderung mengalami stress, tidak sarapan pagi dan tidak memedulikan kebiasaan makannya. Kondisi ini menyebabkan siswa SMAN 8 Kota Jambi rentan mengalami dispepsia sehingga dapat mengganggu siswa SMAN 8 Kota Jambi dalam mempersiapkan ujian akhir sekolah sebagai penentu kelulusan dan memilih jurusan serta karir setelah lulus dari SMA. Dari hasil latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk mengkaji faktor faktor apa sajakah yang berhubungan dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja di SMAN 8 Kota Jambi?

1.3 Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan gejala dispepsia fungsional pada siswa SMA di SMAN 8 Kota Jambi menjadi tujuan utama penelitian ini.

2. Tujuan Khusus

Terdapat beberapa tujuan khusus diantaranya.

- 1) Menganalisis distribusi frekuensi gejala dispepsia fungsional pada remaja di SMA Negeri 8 Kota Jambi
- 2) Menganalisis distribusi frekuensi faktor-faktor risiko (jam makan tidak teratur, tidak sarapan, konsumsi makanan berlemak, konsumsi makanan pedas, konsumsi kopi, stres) pada gejala dispepsia fungsional di SMA Negeri 8 Kota Jambi
- 3) Menganalisis hubungan antara jam makan tidak teratur dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja SMA Negeri 8 Kota Jambi
- 4) Menganalisis hubungan antara tidak sarapan dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja SMA Negeri 8 Kota Jambi

- 5) Menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi makanan berlemak dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja SMA Negeri 8 Kota Jambi
- 6) Menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi makanan pedas dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja SMA Negeri 8 Kota Jambi
- 7) Menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi kopi dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja SMA Negeri 8 Kota Jambi
- 8) Menganalisis hubungan antara stres dengan gejala dispepsia fungsional pada remaja SMA Negeri 8 Kota Jambi

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi dan Siswa SMA Negeri 8 Kota Jambi

Mengedukasi kepada siswa SMAN 8 Kota Jambi tentang faktor risiko yang berhubungan dengan gejala dispepsia fungsional agar lebih waspada terhadap pola makan dan teknik pengurangan stres.

2. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

1. Kemajuan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan masyarakat khususnya mengenai gejala dispepsia, suatu penyakit pada sistem pencernaan.
2. Dalam upaya menghindari dispepsia pada pelajar, khususnya pada tahun pertama studi, data dan hasil penelitian dapat menjadi informasi dan masukan bagi program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat.

3. Bagi Peneliti

1. Memperbanyak dan memperluas informasi dalam rangka mempersiapkan karya ilmiah dengan lebih baik.
2. Dapat meningkatkan pengetahuan tentang pola makan yang baik dan jenis makanan dan minuman yang bersifat iritatif, serta gejala dispepsia fungsional pada Siswa SMA Negeri 8 Kota Jambi.

4. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini bertujuan untuk menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya yang tertarik untuk mengetahui hubungan gejala dispepsia fungsional dengan stres dan kebiasaan makan pada remaja.