

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Salah satu penyakit tidak menular yang mempunyai angka kejadian tinggi di dunia adalah dispepsia. Dispepsia juga salah satu masalah kesehatan yang sangat sering dalam kehidupan sehari-hari yang berhubungan dengan makanan dan gangguan saluran cerna. Dispepsia merupakan kumpulan gejala atau keluhan berupa rasa nyeri dan tidak nyaman di epigastrium, sendawa, mual, muntah, kembung, rasa penuh di perut, cepat kenyang, serta rasa panas yang menjalar di dada (Akbar, 2020). Dispepsia diklasifikasikan secara klinis menjadi dua yaitu dispepsia organik dan non organik. Dispepsia organik adalah gangguan yang dapat ditemukan kelainan struktural pada organ tubuh tertentu saat dilakukan endoskopi. Jika kelompok dispepsia atau gangguan yang tidak dapat ditegakkan atau diidentifikasi dengan penunjang diagnostik biasanya disebut dispepsia non organik/fungsional (Sesrianty & Hamzah, 2022).

Kriteria diagnostik untuk dispepsia adalah ketika gejala berlangsung paling tidak terjadi pada waktu 3 bulan terakhir, dengan onset gejala 6 bulan sebelum diagnosis ditetapkan. Definisi khusus yang menunjukkan gejala dispepsia yaitu terdapat satu atau lebih dari gejala berikut pada bagian gastroduodenal yaitu: rasa begah setelah makan, *early satiety*, dan sensasi terbakar di epigastrium atau nyeri epigastrium (Purnamasari, 2017). Individu dengan dispepsia memiliki harapan hidup yang normal akan tetapi tingkat kualitas hidupnya berkurang. Penurunan tingkat kualitas hidup menjadi beban

berat bagi masyarakat karena ketidakhadiran kerja, menurunnya efektivitas kerja, dan pengeluaran penghasilan untuk perawatan kesehatan. Penderita dispepsia dapat terjadi pada berbagai rentang umur, jenis kelamin, etnik/suku dan kondisi sosio-ekonomi (Aprilia *et al.*, 2024).

Data mengenai prevalensi dispepsia masih sangat beragam pada berbagai populasi. Data tersebut menunjukkan perbedaan epidemiologi dari berbagai wilayah. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) kasus dispepsia didunia mencapai 13-40% dari total populasi setiap tahunnya. Jumlah kasus dispepsia pada laki-laki sebanyak 9.594 kasus (38,82%) dan perempuan 15.122 kasus (61,18%). Setiap tahunnya sindrom ini dapat mengenai 25% populasi yang ada di dunia, yang mana populasi tersebut memiliki gejala dispepsia enam kali setiap tahunnya. Di Amerika Serikat didapatkan prevalensi dispepsia sebanyak 23-25,8%, New Zealand 34,2%, di India 30,4%, Inggris 38-41% dan Hongkong 18,4% (Syah *et al.*, 2022).

Berdasarkan angka kejadian dispepsia di berbagai negara di Asia menunjukkan prevalensi dispepsia berkisar 8-30%. Sedangkan kasus dispepsia fungsional berkisar sekitar 43-79,5% (Syah *et al.*, 2022). Dengan data negara Asia yang memiliki kasus dispepsia yaitu Cina sebanyak 69% dari 782 pasien dispepsia, di Hongkong 43% dari 1.353 pasien, di Korea 70% dari 476 pasien, dan Malaysia 62% dari 210 pasien (Nugroho, 2018). Berdasarkan Riskesdas (2018) prevalensi dispepsia di indonesia mencapai 40-50%. Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2021), pada tahun 2021 diperkirakan angka kejadian dispepsia terjadi peningkatan dari 10 juta jiwa menjadi 28 juta jiwa

setara dengan 11,3% dari keseluruhan penduduk di Indonesia (Nurhaidah *et al.*, 2021).

Begitu juga di Indonesia, dispepsia merupakan gejala yang sering terjadi. Prevalensi dispepsia di Indonesia mencapai 40-50%. Menurut data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, dispepsia adalah salah satu dari lima penyakit utama yang menyebabkan rawat inap di rumah sakit dengan angka kejadian 18.807 kasus, 39,8% pada pria dan 60,2% pada wanita (Kemenkes RI, 2021). Pada tahun 2022 terjadi sekitar 10 juta jiwa atau 6,5% dari total populasi penduduk dan pada tahun 2023 terjadi peningkatan menjadi 28 juta yang mana setara dengan 11,3% dari keseluruhan penduduk di Indonesia (Widya *et al.*, 2023). Di wilayah kota Payakumbuh tahun 2020 – Februari tahun 2021 memiliki data jumlah kunjungan penderita dispepsia sebanyak 586 kunjungan. Dengan rata-rata kunjungan 40 orang perbulannya. Di Kota Padang, dispepsia juga menjadi permasalahan yang cukup serius yang menempati peringkat ke-3 di tahun 2017 dengan dispepsia 17.879 kasus (Ikhsan *et al.*, 2020).

Dalam beberapa penelitian di Asia, dispepsia lebih sering dijumpai pada kelompok umur yang lebih muda terkhususnya mahasiswa. Di Indonesia, prevalensi terbanyak pada umur <40 tahun yaitu sekitar 85% dengan rentang 18-35 tahun. Mahasiswa merupakan individu yang telah memasuki usia dewasa muda pada rentang usia 18-24 tahun. Usia ini diartikan sebagai usia yang dimana individu bebas melakukan aktivitas sesuai dengan pilihannya sendiri. Usia dewasa muda merupakan kelompok umur terbanyak terjadinya dispepsia. Populasi yang memiliki risiko dispepsia adalah mahasiswa. Hal ini

didukung dengan data penderita yang sering mengalami dispepsia lebih tinggi pada kelompok tingkat pendidikan akademik/PT termasuk mahasiswa dibandingkan dengan kelompok pendidikan menengah kebawah yaitu sekitar 23,8%. Kasus dispepsia pada remaja dan dewasa muda membutuhkan lebih perhatian khusus dikarenakan keadaan dispepsia dapat menurunkan kualitas hidup, menurunkan fungsi psikososial dan menurunkan tingkat kehadiran di sekolah/kampus (Sequera *et al.*, 2021).

Terdapat beberapa faktor risiko terjadinya dispepsia, salah satunya pola makan yang tidak teratur. Pola makan yang tidak teratur memicu timbulnya berbagai penyakit karena terjadinya ketidakseimbangan dalam tubuh. Kebiasaan pola makan yang tidak teratur membuat lambung sulit beradaptasi. Jika berlangsung lama, maka produksi asam lambung akan berlebih sehingga mengiritasi dinding mukosa lambung dan menimbulkan gastritis dan berlanjut menjadi tukak peptik yang menyebabkan timbulnya rasa perih dan mual serta gejala tersebut dapat naik ke kerongkongan dan menimbulkan rasa terbakar (Wijaya *et al.*, 2020). Tidak teraturnya pola makan biasanya dipengaruhi oleh aktivitas dan kegiatan yang padat sehingga membuat waktu makan menjadi tidak teratur dan biasa terjadi pada mahasiswa. Mahasiswa biasanya memiliki aktivitas yang padat sehingga mahasiswa mengalami stres karena kesibukan dan beban tugas yang dimiliki sehingga melupakan waktu makan dan mengakibatkan jadwal makan yang tidak teratur sehingga lebih rentan mengalami dispepsia (Sesrianty & Hamzah, 2022). Faktor kebiasaan makan dengan frekuensi makan yang tidak teratur, jumlah makan yang tidak sesuai

serta jeda makan yang terlalu lama akan memicu sekresi asam lambung berlebih sehingga nantinya akan mengiritasi mukosa lambung sehingga menimbulkan rasa perih, rasa tidak nyaman bahkan sakit dan mual (Putri *et al.*, 2022).

Mahasiswa mempunyai pola makan dan kebiasaan makan yang tidak sehat karena aktivitas akademik dan pilihan makanan yang murah tetapi tidak sesuai gizi (Cholidah *et al.*, 2020). Mahasiswa terkhususnya perempuan juga memiliki keinginan dan minat yang lebih tinggi untuk membeli makanan seperti jajanan dan makanan iritatif yang tidak memiliki kandungan gizi yang baik. Makanan dan minuman iritatif yaitu makanan dan minuman yang beresiko dapat mengiritasi lambung seperti makanan pedas, asam, minuman bersoda, coklat, soda, teh, kopi, dan alkohol yang menyebabkan terjadinya dispepsia (Putri *et al.*, 2022). Makanan iritatif adalah makanan yang terbukti memiliki pengaruh terhadap dispepsia. Frekuensi makanan dan minuman berisiko ini memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian dispepsia. Semakin sering mengonsumsi makanan dan minuman iritatif maka semakin berisiko dan berpengaruh terhadap kejadian dispepsia. Mengonsumsi makanan pedas dan asam secara berlebihan juga akan merangsang sistem pencernaan terkhususnya lambung dan usus yang berkontraksi dan menyebabkan timbulnya rasa panas dan nyeri pada ulu hati yang disertai mual dan muntah (Sesrianty & Hamzah, 2022). Minuman bersoda juga dapat melenturkan katup *Lower Esophageal Sphincter* dan menyebabkan refluks asam lambung ke kerongkongan serta kafein pada kopi meningkatkan sekresi

gastrin yang merangsang produksi asam lambung dan menyebabkan terjadinya peradangan pada lambung (Prasetyo, 2023).

Banyak pasien terkhususnya mahasiswa yang mengeluhkan gejala yang dialami terkait dengan konsumsi makanan, kebiasaan mengkonsumsi makanan dalam waktu singkat, pola makan yang tidak teratur dan mengkonsumsi makanan tinggi lemak yang memiliki hubungan dengan kejadian dispepsia (Amir *et al.*, 2019). Perilaku makan seperti kecepatan makan, pola makan yang tidak teratur, jumlah dan ukuran makanan, kebiasaan makan sebelum tidur, serta jeda waktu antar makan dapat dihubungkan dengan peningkatan risiko dispepsia fungsional. Mekanismenya sendiri belum diketahui secara pasti, namun melewatkan waktu makan dan konsumsi makanan dalam jumlah besar dikatakan dapat menyebabkan perlambatan pengosongan lambung, gangguan akomodasi lambung, hipomotilitas antrum, dan gangguan pada sekresi asam lambung serta hormon gastrointestinal (Sesrianty & Hamzah, 2022).

Orang tua juga memiliki pengaruh kuat dalam hal pola makan. Mahasiswa yang tinggal bersama dengan orang tuanya akan lebih teratur dalam pola makan dibandingkan mahasiswa yang tidak tinggal bersama orang tuanya. Tetapi banyak mahasiswa yang sudah mulai hidup mandiri selama masa perkuliahan, sehingga pola makan dan kualitas hidup mahasiswa sudah menjadi tanggung jawab diri sendiri. Pada mahasiswa yang tinggal di kontrakan atau kos sudah tidak adanya kontrol langsung dari orang tua (Nuraini *et al.*, 2023). Menurut penelitian Sabrina Dwigint, mahasiswa yang tinggal di

kontrakan atau kos 6,57 kali berisiko mengalami dispepsia dibanding dengan mahasiswa yang tinggal dengan orang tua (Putri et al., 2022).

Pada mahasiswa, gejala yang berkaitan dengan dispepsia berdampak nyata pada kebiasaan belajar, kemampuan berkonsentrasi dan menghadiri kelas serta kinerja dalam ujian yang berakibat buruk pada prestasi akademik mahasiswa. Mahasiswa cenderung mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan yang kompetitif dan penuh tekanan sehingga berakibat terjadinya stres. Banyaknya tekanan yang ada dari segi akademik, lingkungan dan pertemanan. Lalu, mayoritas mahasiswa sudah tidak tinggal bersama orang tua, yang mana mengalami penurunan kualitas hidup. Banyaknya tuntutan dalam belajar, dan tekanan dalam kehidupan perkuliahan baik pada akademik (tugas, kuliah, praktek dan ujian) maupun diluar akademik seperti tekanan oleh dosen, peralihan situasi kehidupan dan pendidikan, masalah dalam pertemanan dan hubungan dengan orang lain, sehingga menjadi penyebab terjadinya resiko stres pada mahasiswa.

Stres dapat menyebabkan terjadinya dispepsia karena dapat mempengaruhi mortalitas dan vaskularisasi mukosa lambung dan akan meningkatkan rangsangan nyeri. Stres juga menyebabkan kerusakan pada *sensory filtering* dan *descending modulatory system*, menurunkan aktivitas *perigenual ACC* (pACC) dan amigdala yang merupakan area modulasi nyeri, serta mengakibatkan *hypothalamus-pituitary-adrenal* (HPA) (Aizar et al., 2023). Stres akan memberikan respon ke hipotalamus yang menghasilkan CRF, menstimulasi kelenjar hipofisis untuk menghasilkan ACTH dan menyebabkan

sekresi hormon kortisol, sehingga meningkatkan sekresi asam lambung dan menghambat produksi prostaglandin yang memiliki peran sebagai agen proteksi lambung sehingga menyebabkan kerusakan pada mukosa lambung dan menimbulkan gejala dispepsia (Prasetyo, 2023).

Pada mahasiswa, gejala yang berkaitan dengan dispepsia berdampak nyata pada kebiasaan belajar, kemampuan berkonsentrasi dan menghadiri kelas serta kinerja dalam ujian yang berakibat buruk pada prestasi akademik mahasiswa. Rutinitas yang padat dan tugas yang banyak juga menyebabkan mahasiswa tidak menjaga pola istirahat seperti begadang setiap malam. Mahasiswa akan dihadapkan dengan aktivitas yang sangat padat baik dalam segi akademik dan non akademik yang akan menyibukkan dan menyita waktu tidur dan istirahat. Belum lagi tugas kuliah yang menumpuk yang menyebabkan waktu istirahat mahasiswa setelah kegiatan perkuliahan tersita dan menyebabkan peningkatan stres pada mahasiswa. Sementara waktu tidur yang relatif sangat dibutuhkan mahasiswa untuk menstabilkan psikis. Kurangnya waktu kosong untuk mahasiswa mengistirahatkan dan merilekskan diri setelah kegiatan yang dijalani selama seharian. Sehingga faktor-faktor tersebut menjadi penyebab munculnya gejala dispepsia pada mahasiswa. Selain itu juga faktor gaya hidup mahasiswa menjadi penyebab terjadinya dispepsia. Karena padatnya aktivitas menyebabkan mahasiswa kurang berolahraga. Mahasiswa cenderung memanfaatkan waktu kosong yang mereka punya untuk istirahat dan pergi bermain.

Berdasarkan hasil survei studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan 23 responden yang berasal dari berbagai fakultas yang ada di Universitas Andalas pada 18-20 Desember 2024, dapat diketahui bahwa banyak mahasiswa yang mengalami sindrom dari dispepsia. Hasil studi pendahuluan menunjukkan hampir seluruh dari responden (78,2%) mengalami dispepsia dan sebagian dari responden (21,8%) tidak mengalami dispepsia. Namun, peneliti juga mengkaji pola makan, konsumsi makanan dan minuman iritatif pada mahasiswa, tingkat stres dan pola tidur yang merupakan faktor risiko dari dispepsia. Hasil studi pendahuluan menunjukkan sebagian besar dari responden (52,1%) memiliki pola makan baik dengan pola makan 2-3x/hari, tetapi hampir setengah dari responden (47,9%) masih memiliki pola makan buruk dengan pola makan 1-2x/hari dengan jeda serta waktu makan yang masih buruk. Frekuensi makanan dan minuman iritatif menunjukkan banyak mahasiswa yang senang dan sering mengonsumsi makanan pedas, asam dan minuman iritatif. Hasil studi pendahuluan menunjukkan sebagian besar dari responden (60,9%) memiliki frekuensi sering mengonsumsi makanan pedas, hampir setengah dari responden (26%) memiliki frekuensi sering mengonsumsi makanan asam serta hampir setengah dari responden (43,5%) juga memiliki frekuensi sering mengonsumsi minuman iritatif. Sehingga menunjukkan bahwa pola makan pada mahasiswa masih belum begitu baik.

Pengukuran pada tingkat stres, didapatkan bahwa sebagian besar dari responden mengalami stres sedang (73,9%), sedangkan responden yang mengalami stres ringan (21,8%) dan stres berat (4,3%). Alasan stresor apa saja

yang menjadi penyebab stres pada mahasiswa yang diberikan oleh setiap responden berbeda-beda. Banyaknya jadwal kegiatan seperti perkuliahan dan jadwal kegiatan lain mengakibatkan mahasiswa melewatkan jadwal makannya dan membuat buruk pola makan dan istirahat pada mahasiswa. Banyaknya tugas dan ujian yang menambah stressor pada mahasiswa karena harus menambah waktu belajar dan menyelesaikan tugas yang diberikan. Terdapat juga faktor dari lingkungan seperti dari pertemanan, pasangan dan keluarga. Sehingga faktor-faktor tersebut membuat pola istirahat terganggu, hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 17 dari 23 mahasiswa (73,9%). Sehingga membuat mahasiswa bangun lebih telat dan melewatkan sarapan serta tertundanya jadwal makan. Mahasiswa juga menjadi terburu-buru dalam bekerja sehingga sering tidak memikirkan kesehatan diri sendiri, hanya terfokus kepada tanggung jawab sebagai mahasiswa.

Berdasarkan dari permasalahan yang ada dan juga banyak sekali faktor risiko yang berhubungan dengan dispepsia pada mahasiswa serta adanya data studi pendahuluan yang telah dipaparkan tersebut dan fakta bahwa semakin meningkatnya prevalensi kasus dispepsia yang terjadi pada masyarakat terkhususnya mahasiswa, maka dari itu peneliti menginvestigasi terkait Gambaran Faktor Risiko Kejadian Dispepsia pada Mahasiswa Universitas Andalas.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian melalui pertanyaan penelitian: Apa saja faktor risiko terjadinya kejadian dispepsia pada mahasiswa Universitas Andalas.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor risiko kejadian dispepsia pada mahasiswa Universitas Andalas.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi gambaran karakteristik responden kejadian dispepsia pada mahasiswa Universitas Andalas.
- b. Diketahui distribusi frekuensi faktor risiko dispepsia pada mahasiswa Universitas Andalas.
- c. Diketahui distribusi frekuensi kejadian dispepsia pada mahasiswa Universitas Andalas.



## D. Manfaat Penelitian

### 1. Bagi Instansi Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi perkembangan ilmu pengetahuan dan mengetahui lebih dalam faktor risiko penyakit dispepsia yang sering dialami oleh mahasiswa.

## 2. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi mengenai faktor risiko kejadian dispepsia dan status kesehatan dari setiap mahasiswa yang sedang menjalani pendidikan di institusi tersebut.

## 3. Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi masukan dalam pengembangan kurikulum sebagai dorongan agar mahasiswa keperawatan berperan aktif sebagai agen promosi kesehatan di lingkungan kampus, khususnya dalam pencegahan dispepsia.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan pada penelitian tentang penelitian yang sama mengenai gambaran faktor risiko dispepsia pada mahasiswa.

