

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dispepsia merupakan keluhan atau kumpulan gejala (sindrom) yang terdiri dari nyeri epigastrium, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa penuh diperut, sendawa, regurgitasi, dan rasa panas yang menjalar di dada.<sup>1</sup> Sindroma dispepsia dapat disebabkan oleh banyak hal, diantaranya faktor diet dan lingkungan, sekresi cairan asam lambung, fungsi motorik lambung, persepsi visceral lambung, psikologi dan infeksi *Helicobacter pylori*. Sebagai suatu gejala ataupun sindrom, dispepsia dapat disebabkan oleh berbagai penyakit, baik yang bersifat organik, maupun yang fungsional.<sup>2</sup>

Dispepsia merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang terjadi tidak hanya di Indonesia, tetapi juga di dunia. Kasus dispepsia di dunia mencapai 13-40% dari total populasi setiap tahun. Dispepsia kini menjadi kasus penyakit yang diprediksi akan meningkat dari tahun ke tahun.<sup>4</sup> WHO (*World Health Organization*) telah memprediksikan pada tahun 2020, proporsi kesakitan menjadi 60% dan proporsi angka kematian karena penyakit tidak menular (PTM) akan meningkat menjadi 73% di dunia, sedangkan untuk negara SEARO (*South East Asian Regional Office*) pada tahun 2020 diprediksi angka kesakitan karena penyakit tidak menular akan meningkat 42% dan angka kematian meningkat menjadi 50%.<sup>4</sup>

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) beberapa negara di Benua Eropa, negara Amerika Serikat dan Oceania menunjukkan bahwa prevalensi kejadian dispepsia bervariasi antara 5-43%.<sup>5</sup> Berdasarkan data yang ada, prevalensi gejala dispepsia berdasarkan umur ditemukan meningkat secara signifikan yaitu : 7,7% pada umur 15-17 tahun, 17,6% pada umur 18-24 tahun, 18,3% pada umur 25-34 tahun, 19,7% pada umur 35-44 tahun, 22,8% pada umur 45-54 tahun, 23,7% pada umur 55-64 tahun, dan 24,4% pada umur di atas 65 tahun. Sedangkan gejala dispepsia lebih sering pada perempuan 24,4% dibanding 16,6% pada laki-laki.<sup>7</sup>

Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018 menunjukkan dispepsia sudah menempati peringkat ke-10 untuk kategori penyakit terbanyak pasien rawat jalan kloter haji di tahun 2018 dengan jumlah kasus 11.797.<sup>8</sup> Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2011 yang diterbitkan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2012, melaporkan bahwa dispepsia termasuk dalam 10 besar penyakit rawat inap di rumah sakit tahun 2010.<sup>9</sup> RSUP Dr. M. Djamil Padang pada tahun 2011 melaporkan bahwa insiden kasus dispepsia fungsional ditemukan sebanyak 231 orang.<sup>10</sup>

Berdasarkan laporan tahunan 2016 pada Puskesmas di Kota Padang, dispepsia termasuk kedalam 10 penyakit terbanyak kunjungan peserta JKN (Jaminan Kesehatan Nasional), dengan jumlah kasus sebanyak 12.648 kasus dan menempati peringkat ke-4, setelah penyakit ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Atas), Hipertensi, dan *Acute Nasofaring*.<sup>11</sup>

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan terhadap 40 orang pasien dispepsia fungsional di Kota Padang, ditemukan bahwa terdapat 23 orang (57,5%) yang memiliki pola makan yang tidak teratur dan 17 orang (42,5%) dengan pola makan yang teratur, hal ini dapat menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pola makan dengan dispepsia fungsional. Kebiasaan makan yang buruk, jadwal yang tidak teratur, dan tergesa-gesa dalam menghabiskan makanan dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya dispepsia.<sup>10</sup>

Studi penelitian telah dilakukan mengenai hubungan antara pola makan dengan sindroma dispepsia pada remaja di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Model Manado pada tahun 2013, frekuensi makan yang tidak sesuai mengakibatkan jeda waktu makan yang lama sehingga produksi asam lambung yang berlebihan dapat mengakibatkan sindroma dispepsia. Berdasarkan hasil analisis yang penelitian yang dilakukan, didapatkan adanya hubungan antara pola makan yang tidak teratur dengan sindroma dispepsia.<sup>12</sup>

Salah satu penyebab gangguan lambung yang jarang kita sadari adalah stres. Stres adalah gangguan mental yang dihadapi seseorang akibat adanya tekanan. Tekanan ini dapat berasal dari dalam diri atau dari luar. Secara psikologis, stres

cenderung menyebabkan seseorang malas makan atau tidak memiliki keinginan untuk makan. Kurangnya nafsu makan ini menyebabkan seseorang cenderung tidak makan tepat waktu, yang mengakibatkan kekosongan pada lambung, lambung yang telah memproduksi asam lambung untuk mencerna makanan, pada saat itu tidak bekerja dengan seharusnya, mengakibatkan luka atau iritasi pada dinding lambung sehingga menimbulkan rasa nyeri.<sup>13</sup>

Stres adalah salah satu masalah kesehatan terbesar pada abad ke-XXI. Penelitian WHO di negara-negara maju tahun 1994-2006 menemukan bahwa stres berperan langsung dan tidak langsung sebagai pemicu berbagai penyakit yang berakhir fatal. Pada penelitian yang telah dilakukan di Amerika Serikat pada tahun 2004 terhadap 7 juta pekerja, stres terbukti menyebabkan kehilangan jam kerja pada pekerja sebanyak 74 juta jam dalam setahun, selain itu stres ditemukan dapat terjadi pada awal masa remaja. Pada studi epidemiologi yang dilakukan oleh *American Institute of Stress* pada populasi remaja (berusia 12-18 tahun) di Amerika Serikat, ditemukan 59,7% mengalami stres.<sup>14</sup>

Stres lebih banyak dialami oleh perempuan dibanding laki-laki, ditemukan sebanyak 135.000 kasus pada perempuan sedangkan pada laki-laki ditemukan sebanyak 86.000 kasus. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa tingkat insiden tertinggi terdapat pada perempuan (usia 35-44 tahun) dan pria pada usia 45-54 tahun.<sup>15</sup> Jenis kelamin berpengaruh pada tingkat stres, yaitu tingkat stres yang lebih tinggi sering dijumpai pada perempuan.<sup>16</sup> Penelitian lain menyebutkan bahwa untuk semua jenis kelamin kriteria tingkat stres adalah sama. Akan tetapi perempuan lebih mudah merasakan cemas, perasaan bersalah, gangguan tidur, serta gangguan makan.<sup>17</sup>

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Taufik di SMA Negeri 7 Padang pada tahun 2013 menyatakan bahwa 13,2% siswa SMA Negeri 7 Padang tergolong dalam kategori tingkat stres akademik tinggi. Hal ini berarti bahwa siswa SMA Negeri 7 Padang tidak luput dari kondisi stres akibat tuntutan akademik.<sup>18</sup> Pada suatu penelitian yang dilakukan pada remaja menunjukkan bahwa perempuan lebih cenderung memiliki stres akademik daripada laki-laki, dan ini menyebabkan perempuan lebih rentan mengalami depresi.<sup>19</sup> Kebiasaan remaja dalam menghadapi suatu

permasalahan dengan perilaku emosional dan cenderung menghindar merupakan pengaruh utama stres pada remaja.<sup>20</sup>

Dengan melihat fenomena ini, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap kejadian sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020. Lokasi penelitian dilakukan di SMA N 3 Padang dikarenakan SMA N 3 Padang merupakan sekolah binaan dari sub bagian Psikosomatik bagian Ilmu Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang.

Sekolah ini juga menjadi salah satu sekolah unggulan yang menerapkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 23 tahun 2017 yaitu tentang kebijakan hari jam sekolah, *full day school* artinya pembelajaran dilakukan selama 8 jam/hari selama 5 hari dalam seminggu.<sup>21</sup> Berada di sekolah hampir sehari penuh dapat memengaruhi waktu yang dimiliki anak untuk dihabiskan di luar sekolah, sehingga anak mengalami keterbatasan waktu dalam berinteraksi dengan teman sebaya yang di luar lingkungan sekolah. Anak yang memiliki kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya dikaitkan dengan risiko depresi, gangguan kejiwaan seperti mudah cemas, stres, sering marah, gangguan tidur, kurang nafsu makan sehingga dapat memengaruhi kesehatan dan tumbuh kembang anak.<sup>22</sup> Adanya kebijakan yang telah diterapkan oleh pihak sekolah, tentu akan berpengaruh secara langsung terhadap siswa/i nya.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan dalam latar belakang di atas, masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah gambaran derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020?
2. Bagaimanakah gambaran pola makan pada remaja putri di SMA N 3 Padang yang mengalami sindroma dispepsia tahun 2020?

3. Bagaimanakah gambaran tingkat stres pada remaja putri di SMA N 3 Padang yang mengalami sindroma dispepsia tahun 2020?
4. Bagaimanakah hubungan pola makan terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020?
5. Bagaimanakah hubungan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020?
6. Bagaimanakah hubungan pola makan terhadap tingkat stres pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan Umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri SMA N 3 Padang tahun 2020.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020.
2. Mengetahui gambaran pola makan pada remaja putri di SMA N 3 Padang yang mengalami sindroma dispepsia tahun 2020.
3. Mengetahui gambaran tingkat stres pada remaja putri di SMA N 3 Padang yang mengalami sindroma dispepsia tahun 2020.
4. Mengetahui hubungan pola makan terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020.
5. Mengetahui hubungan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020.
6. Mengetahui hubungan pola makan terhadap tingkat stres pada remaja putri di SMA N 3 Padang tahun 2020.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data tentang hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri.

#### **1.4.2 Manfaat Bagi Ilmu Pengetahuan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana untuk melatih berpikir secara logis dan sistematis serta mampu menyelenggarakan suatu penelitian berdasarkan metode yang baik dan benar. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya.

#### **1.4.3. Manfaat Bagi Peneliti Lain**

Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya tentang kejadian sindroma dispepsia dengan variabel penelitian yang lain nya.

#### **1.4.4. Manfaat Bagi Peneliti**

1. Mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang 2020.
2. Menambah pengetahuan dan wawasan penulis dalam penerapan ilmu yang diperoleh.

#### **1.4.5. Manfaat Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat tentang hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri, terutama bagi penderita atau keluarga penderita.

