

Hubungan Antara Kebiasaan Makan Pagi yang Tidak Teratur dengan Skor Skrining Dispepsia Pada Siswa SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta

Yara Ananda Anggraini¹, Oryzati Hilman²

1. Program Pendidikan Dokter, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta,

Email: nandaanggraini13@gmail.com

2. Dosen Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

INTISARI

Latar Belakang: Sebuah studi *systematic review* yang dilakukan oleh Ford tahun 2015 menunjukkan bahwa angka prevalensi dispepsia global mencapai 20,8%. Menurut Depkes (2009), dispepsia masuk kategori 10 penyakit terbesar pada pasien rawat jalan dan rawat inap diseluruh rumah sakit di Indonesia. Berdasarkan penelitian tentang gejala pada gastrointestinal, jeda antara jadwal makan yang lama dan ketidakteraturan makan berkaitan dengan gejala dispepsia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja pada usia 14-17 tahun, remaja perempuan lebih banyak menderita dispepsia dibandingkan remaja laki – laki, yaitu 27% dan 16%, aktivitas yang tinggi baik kegiatan di sekolah maupun di luar sekolah dapat menyebabkan makan menjadi tidak teratur (Reshetnikov dkk, 2011). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kebiasaan makan pagi yang teratur dengan dispepsia.

Metode: Studi *cross sectional* dilakukan terhadap 277 siswa di SMA Negeri 1 Bantul yang berusia antara 14 – 17 tahun dan telah menandatangani *informed consent*. Siswa yang sedang sakit tidak diikutsertakan dalam penelitian. Penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk menilai keteraturan makan yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas oleh Annisa pada tahun 2009 serta kuesioner untuk sindroma dispepsia fungsional berdasarkan kriteria *Rome Criteria III*. Pengujian hipotesis menggunakan metode *Chi Square*.

Hasil: Lima puluh satu responden (53,1%) dari kelompok yang tidak makan teratur mengalami dispepsia sedangkan 45 responden (46,9%) lainnya tidak mengalami dispepsia. Pada kelompok responden yang makan teratur, 73 responden (39,7%) mengalami dispepsia dan 111 responden (60,3%) tidak mengalami dispepsia. Didapatkan nilai OR 1,72 (95% CI 1,05-2,83) dan nilai $p = 0,031$.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi yang tidak teratur dengan skor skrining dispepsia pada siswa SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta.

Kata Kunci: Keteraturan Makan, Dispepsia, Remaja

Relation Between Irregular Breakfast Habits with Dyspepsia Score Screening on Students at Bantul 1 Senior High School Yogyakarta

ABSTRACT

Background: A systematic review by Ford in 2015 showed that dyspepsia global prevalence reach 20,8%. Based on Department of Health, dyspepsia included on Big Ten of the biggest outpatient and hospitalized care illness in Indonesia. A study about gastrointestinal symptoms showed that long period of meal time break and irregular eating habits related to dyspepsia. A study has done to 14 – 17 years old student and showed girls tend to have dyspepsia than boys (27% : 16%), high in school and non-formal activity can cause irregular eating habits (Reshetnikov et all, 2011). This study purpose is to know the relation between regular breakfast habits with dyspepsia.

Method: A cross sectional study has done to 277 students at Bantul 1 Senior High School who in their 14 – 17 years old and sign the informed consent. Student who sick did not include in the study. A Questionnaire was given to respondent to evaluate the eating habits, this questionnaire has been validated by Annisa in 2009. Dyspepsia examined by Rome Criteria III. Hypothesis tested using Chi Square method.

Result: Fifty one respondents (53,1%) from irregular eating habits group have dyspepsia meanwhile the others 45 respondents (46,9%) did not suffer from dyspepsia. On regular eating habits group, 73 respondents (39,7%) suffer from dyspepsia and 111 respondents (60,3%) did not. From this study obtained odd ratio 1,72 (95% CI 1,05-2,83) and p value = 0,031.

Conclusion: There was relation between iregular breakfast habits with dyspepsia score screening on students at Bantul 1 Senior High School.

Keyword: Eating Habits, Dyspepsia, Teenagers

Pendahuluan

Sebuah studi *systematic review* yang dilakukan oleh Ford tahun 2015 menunjukkan bahwa angka prevalensi dispepsia global mencapai 20,8%. Prevalensi ini bervariasi pada tiap belahan dunia. Prevalensi dispepsia tertinggi ada pada benua Afrika dan Amerika Selatan, diikuti oleh Eropa Selatan yang mencapai 24,3%, Amerika Utara 22,1%, Eropa Utara 21,7%, Australia 20,6%, Timur Tengah 15,6%, Asia Tenggara 14,6% dan Amerika Tengah 7% (Ford, 2015). Di daerah Asia Pasifik, dispepsia juga merupakan keluhan yang banyak dijumpai dengan prevalensinya sekitar 10 – 20% (Kusmubroto, 2003). Menurut Depkes (2009), dispepsia berada pada peringkat ke 6 untuk kategori 10 penyakit terbesar pada pasien rawat jalan diseluruh rumah sakit di Indonesia dengan jumlah kasus mencapai 133.168. Pada tahun 2009 dispepsia menempati urutan ke 5 dari 10 penyakit dengan pasien rawat inap terbanyak di Indonesia dengan jumlah kasus mencapai

47.304 dan kasus meninggal mencapai 520 jiwa (Kemenkes, 2010).

Berdasarkan penelitian tentang gejala pada gastrointestinal, jeda antara jadwal makan yang lama dan ketidakteraturan makan berkaitan dengan gejala dispepsia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja pada usia 14-17 tahun, remaja perempuan lebih banyak menderita dispepsia dibandingkan remaja laki – laki, yaitu 27% dan 16%. Pola makan yang tidak teratur umumnya menjadi masalah yang sering timbul pada remaja perempuan. Aktivitas yang tinggi baik kegiatan disekolah maupun di luar sekolah dapat menyebabkan makan menjadi tidak teratur (Reshetnikov dkk, 2011). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara kebiasaan makan pagi yang tidak teratur dengan skor skrining dyspepsia.

Metode

Studi *cross sectional* dilakukan terhadap 277 siswa di SMA Negeri 1 Bantul yang berusia antara 14 – 17 tahun

dan telah menandatangani *informed consent*. Siswa yang sedang sakit tidak diikutsertakan dalam penelitian. Penelitian dilakukan dengan menggunakan kuesioner untuk menilai keteraturan makan yang telah dilakukan uji validitas dan reabilitas oleh Annisa pada tahun 2009 serta kuesioner untuk sindroma dispepsia fungsional berdasarkan kriteria *Rome Criteria III*. Setelah responden mengisi kuesioner keteraturan makan, dilakukan penilaian dengan melakukan skoring per poin pertanyaan. Jumlah skor yang mencapai 22 hingga 28 dikategorikan sebagai “Baik”, skor 15 hingga 21 dinilai sebagai “Sedang” dan bagi yang mendapat skor 7 hingga 14 dikategorikan sebagai “Buruk”. Setelah dilakukan penilaian pada kuesioner, selanjutnya dilakukan pengelompokan yaitu responden dengan kategori “Baik” masuk ke kelompok “Makan Teratur” sedangkan responden dengan kategori “Sedang” maupun “Buruk” masuk ke kelompok “Tidak

Makan Teratur”. Pengujian hipotesis menggunakan metode *Chi Square*.

Hasil penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara kebiasaan makan pagi yang teratur dengan dispepsia pada siswa SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta telah dilaksanakan dengan cara mengambil data melalui kuesioner yang telah diisi oleh 280 responden. Pelaksanaan penelitian berlangsung sejak Juli hingga Agustus 2018. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Kelas

Karakteristik	Jumlah	Persentase
Jenis Kelamin		
Perempuan	175	62,5
Laki-laki	105	37,5
Total	280	100
Usia		
14	2	0,7
15	91	32,5
16	84	30
17	93	33,2
18	10	3,6
Total	280	100
Kelas		
X	100	35,7
XI	87	31,1
XII	93	33,2
Total	280	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa 175 dari 280 responden berjenis kelamin perempuan (62,5%) dan selebihnya 105 responden berjenis kelamin laki-laki (37,5%). Responden penelitian didominasi oleh siswa berusia 15 dan 17 tahun yang masing-masing berjumlah 91 (32,5%) dan 93 (33,2%) siswa sedangkan jumlah paling sedikit berasal dari kelompok siswa yang berusia 14 tahun yaitu 2 orang (0,7%). Penelitian ini mengikutsertakan siswa kelas X, XI, dan XII di SMA Negeri 1 Bantul dengan responden terbanyak berasal dari kelas X yang berjumlah 100 siswa (35,7%).

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Skor Kuesioner

	Jumlah	Persentase
Kategori berdasar skor kuesioner keteraturan makan		
Baik	181	64,6
Sedang	99	35,4
Buruk	0	0
Total	280	100
Keteraturan Makan		
Teratur	184	65,7
Tidak Teratur	96	34,3
Total	280	100
Dispepsia		
Dispepsia	124	44,3
Tidak Dispepsia	156	55,7
Total	280	100

Tabel 2 Analisis Hubungan Keteraturan Makan dengan Kejadian Dispepsia

Faktor Risiko	Dispepsia	Tidak Dispepsia	Total	Nilai p	OR (95% CI)
Makan Teratur	73 39,70%	111 60,30%	184 100%	0,031	0,58 (0,35-0,95)
Tidak Makan Teratur	51 53,10%	45 46,90%	96 100%		

Sesuai tabel 2 dapat diketahui bahwa kategori “Baik” mendominasi dengan total responden sebanyak 181 (64,6%) dan tidak ditemukan responden dengan kategori “Buruk”.

Kelompok responden yang makan teratur mendominasi dengan jumlah 184 (65,7%) dari keseluruhan 280 responden. Berdasarkan tabel 2 juga dapat diketahui jumlah responden yang tidak mengalami dispepsia lebih banyak yaitu 156 (55,7%)

dari 280 responden dibandingkan dengan responden yang mengalami dispepsia yaitu 124 (44,3%).

Tabel 3 menunjukkan dari total 184 responden yang makan teratur hanya 73 (39,7%) yang mengalami dispepsia dibandingkan dengan 111 (60,3%) responden yang tidak mengalami dispepsia. Pada kelompok responden yang tidak makan teratur, 51 (53,1%) responden mengalami dispepsia dan 45 (46,9%) tidak mengalami dispepsia.

Setelah dilakukan uji analisis didapatkan nilai nilai OR 1,72 (95% CI 1,05-2,83) yang berarti bahwa siswa yang tidak rutin makan pagi 1,7 kali lebih besar kemungkinannya untuk mengalami dispepsia. Dengan metode *Chi Square* didapatkan nilai $p = 0,031$. Karena nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi yang teratur dengan dispepsia pada siswa SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta.

Pembahasan

Terbukti bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi yang teratur dengan dispepsia pada siswa SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta dengan nilai $p = 0,031$ ($p < 0,05$) dan nilai OR 1,72 (95% CI 1,05-2,83). Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia yang dilakukan oleh Inri tahun 2013 menunjukkan perbandingan 36,4% : 25% antara responden yang memiliki pola makan tidak teratur mengalami dispepsia dan tidak mengalami dispepsia dengan nilai $p = 0,009$. Hasil serupa juga ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Ammar dkk pada tahun 2013 tentang pola kebiasaan makan yang dihubungkan dengan kejadian dispepsia kronik. Berdasarkan penelitian tersebut kebiasaan makan yang tidak teratur dapat meningkatkan kejadian dispepsia dengan *odd ratio* 1,41 (95% CI 1,15-1,73).

Lima puluh satu responden (53,1%) yang tidak makan teratur

mengalami dispepsia. Aktivitas responden yang tinggi baik kegiatan di sekolah maupun di luar sekolah menyebabkan makan menjadi tidak teratur Pola makan yang tidak teratur dapat memicu ketidakaturan produksi hormon-hormon gastrointestinal sehingga akan mengakibatkan terganggunya mobilitas gastrointestinal (Yuriko, 2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Reshetnikov pada tahun 2007, jeda makan yang lama dan ketidakaturan makan berkaitan dengan gejala dispepsia. Jika proses ini berlangsung lama, produksi asam lambung akan berlebihan sehingga mengiritasi mukosa lambung yang akhirnya menyebabkan rasa perih dan mual. (Inri, 2013). Selain itu kebiasaan melewati sarapan pagi juga berpengaruh terhadap kejadian dispepsia, sesuai dengan penelitian yang dilakukam oleh Ji-Hao dkk pada tahun 2016 di China yang meneliti tentang jenis kebiasaan makan tertentu yang mempengaruhi dispepsia, kebiasaan melewati sarapan pagi cenderung

meningkatkan kejadian nyeri epigastrik (OR 3,2, 95% CI 1,40-7,30 dan $p = 0,006$). Walaupun dispepsia bukan penyakit fatal, tetapi berhubungan dengan penurunan kualitas hidup penderita dan menimbulkan beban pada aspek sosial, penderita dispepsia cenderung lebih sering ijin sekolah, bolos kerja, menurun produktivitasnya, dan ketergantungan terhadap pelayanan kesehatan yang tinggi dibandingkan dengan populasi umum. Untuk pelajar, gejala dispepsia berpengaruh terhadap proses belajar siswa, kemampuan berkonsentrasi dan kehadiran dikelas, serta kemampuan dalam mengerjakan ujian.

Kesimpulan

1. Prevalensi siswa SMA Negeri 1 Bantul yang mengalami dispepsia lebih kecil dibandingkan dengan siswa yang tidak mengalami dispepsia yaitu 124 (44,3%) : 156 (55,7%).

2. Siswa SMA Negeri 1 Bantul yang teratur melakukan makan pagi sebanyak 184 siswa (65,7%) dan yang tidak teratur makan pagi sebanyak 96 siswa (34,3%).
3. Terdapat hubungan antara kebiasaan makan pagi yang tidak teratur dengan skor skrining dispepsia pada siswa SMA Negeri 1 Bantul Yogyakarta.
7. Djojoningrat, D. (2006). *Dispepsia Fungsional*. In: Suyono, S.H., Buku Ajar: Ilmu Penyakit Dalam . Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
8. Ford, A. M. (2015). Global Prevalence of, and Risk Factor for, uninvestigated dyspepsia: a meta-analysis. *White Rose*, 1 - 44.
9. Goshal, U. G. (2015). Development, Translation and Validation of Enhanced Asian Rome II Questionnaires for Diagnosis of Functional Bowel Disease in Major Asian Languages: A Rome Foundation- Asian Neurogastroenterology and Motility Association Working Team Report. *J Neurogastroenterol Motil*, 83 - 92.

Daftar Pustaka

3. Andre, Y., Machmud, R., Murni, A.W. (2013). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Depresi pada Penderita Dispepsia Fungsional. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(2). 73-75.
4. Annisa. (2009). *Hubungan ketidakteraturan makan dengan sindroma dispepsia di SMA Plus Al-Azhar Medan*. Medan.
5. Arif, S. (2011). *Metodeologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kencana .
6. Chang, L. (2006). The Rome Criteria for the Functional GI Disorders. *Medscape*.
10. Hardani, R. (2002). Pola Makan Sehat.
11. Hyuk, L. H.-k. (2014). Current Status Dyspepsia in Korea. *Korean J Intern Med*, 156 - 165.
12. Ikhsanuddin. (2012). *Defisi Dispepsia*.
13. Jaber, N., Oudah, M., Kowatli, A., Jibril, J., Baig, I., Mathew, E., et al. (2016). Dietary and Lifestyle Factors Associated with Dyspepsia Among Pre-clinical Medical Student in Ajman, United Arab Emirates. *Central Asian Journal of Global Health*.
14. Kusmubroto, H. (2003). *Ilmu Keperawatan "care with love" asuhan keperawatan klien dengan Dispepsia*.

15. Li, M., Lu, B., Zhou, H., & Chen, M. (2014). Prevalence and Characteristic of Dyspepsia Among College Students in Zhejiang Province. *World Journal of Gastroenterology*.
16. Mahadeva, S., & Goh, K. (2012). Epidemiology of Functional Dyspepsia: A Global Perspective. *World J Gastroenterol*, 2661 - 2666.
17. Oreontz. (2011). Dyspepsia. *KTI Dyspepsia*.
18. Palar, S., Waleleng, B., & Susilawati, S. (2013). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian SIndroma Dispepsia Fungsional Pada Remaja di Madrasah Aliyah Negeri Model Manado. *Bagian Interna Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi*.
19. Reshetnikov, O., Kurilovich, S., Denisova, D., Zavylova, L., & Tereshonok, I. (2011). Prevalence of of Dyspepsia and Irritable Bowel Syndroe Among Aloescent of Novosibirsk. *Institute of Internal Medicine Rusia . Int.J Circumpolar Health* .
20. Setyono, J. (2006). Karakteristik Penderita Dispepsia di RSUD Prof.dr. Margono Soekarjo Purwokerto.
21. Soehardi, S. (2004). Memelihara Kesehatan Jasmani Melalui Makanan. In *Memelihara Kesehatan Jasmani Melalui Makanan*. ITB.
22. Sorongan, I., Pangemanan, D., & Untu, F. (2013). Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Pada Siswa - Siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Manado. *Ejournal Keperawatan*, 1 - 6.
23. Sudoyo, A., Djodjoningrat, D., Setyohadi, B., Simadibrata, M., & Setiati, S. (2006). Dispepsia fungsional. In *Buku ajar ilmu penyakit dalam. Edisi ke-4* (pp. p. 354-6.). Jakarta: Pusat Penerbitan Departemen.
24. Susilawati. (2013). *Hubungan pola makan dengan kejadian sindroma dispepsia fungsional pada remaja di Madrasah Aliyah Negri Model Manado*. Manado.
25. Syam, A., Simadibarata, M., Makmun, D., Abdullah, M., Fauzi, A., Renaldi, K., et al. (2017). National Consensus on Management of Dyspepsia and Helicobacter Pylori Infection. *Indones J Intern Med*, 279 - 287.
26. Xu, J., Lai, Y., Zhuang, L., Huang, C., Li, C., Chen, Q., et al. (2017). Certain Dietary Habits Contribute to the Functional Dyspepsia in South China Rural Area. *Medical Science Monitor*, 3942 - 3951.