



Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama

Desi Jayusbar^{1*}, Suriatu Laila¹, Iziddin Fadhil¹

¹ Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Banda Aceh, Indonesia

*Corresponding author : desijayusbar@gmail.com

Info Artikel : Diterima 24 Juni 2023 ; Direvisi 4 Agustus 2023; Disetujui 3 Oktober 2023 ; Publikasi 1 Maret 2024



ABSTRAK

Latar belakang: Dispepsia adalah istilah yang digunakan dalam suatu sindrom atau kumpulan gejala yang terdiri dari nyeri, atau rasa tidak enak di epigastrium (perut bagian atas), cepat kenyang, perut terasa penuh, sendawa, dan perut kembung. Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang beresiko terjadinya dispepsia. Hampir semua mahasiswa memiliki kesibukan dan aktivitas kampus yang beraneka ragam, sehingga berdampak pada waktu makan, jam makan yang tertunda atau lupa untuk makan.

Metode: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis adakah hubungan pola makan terhadap kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2022 sampai bulan Maret 2023 Cara pengumpulan sampel dengan menggunakan kuesioner yang akan diberikan kepada responden. Sampel pada penelitian berjumlah 150 responden.

Hasil: Hasil penelitian ini yaitu Pola makan terdiri dari frekuensi makan, jumlah makan dan jenis makanan. Terdapat 75 (46,9%) mahasiswa frekuensi makan baik dan 85 (53,1%) mahasiswa frekuensi makan kurang. Terdapat 68 (42,5%) mahasiswa jumlah makan porsi baik dan 92 (57,5%) mahasiswa jumlah makan porsi kurang. Terdapat 65 (40,6%) mahasiswa dengan jenis makanan tidak mengiritasi dan 95 (59,4%) mahasiswa dengan jenis makanan mengiritasi. Terdapat 131 (81,9%) mahasiswa dengan status positif kejadian sindrom dispepsia dan 29 (18,1%) mahasiswa dengan status negatif kejadian sindrom dispepsia.

Simpulan: Terdapat hubungan signifikan pola makan yang terdiri dari frekuensi makan ($P=0,00$), jumlah makan ($P=0,00$), dan jenis makanan ($P=0,00$) terhadap kejadian sindrom dispepsia Mahasiswa Prodi Pendidikan dokter Universitas Abulyatama.

Kata kunci: COVID-19; Pola Makan; Sindrom Dispepsia; Mahasiswa.

ABSTRACT

Title: *The Relationship Between Diet and the Incidence of Dyspepsia Syndrome in Medical Education Students at Abulyatama University*

Background: *Dyspepsia is a term used in a syndrome or a collection of symptoms consisting of pain or discomfort in the epigastrium (upper abdomen), early satiety, stomach feeling full, belching, and flatulence. College students are one of the groups at risk for dyspepsia. Almost all students have various campus activities, so that it has an impact on meal times, delayed meal times or forgetting to eat.*

Method: *This study aims to analyze whether there is a relationship between eating patterns and the incidence of dyspepsia syndrome in medical students at Abulyatama University. This research is an analytic descriptive study using a cross sectional design. The research was conducted from December 2022 to March 2023. The sample collection method uses a questionnaire that will be given to respondents. The sample in the study amounted to 150 respondents.*

Result: *The results of this study are eating patterns consisting of eating frequency, number of meals and types of food. The results of this study are dietary habit consisting of meal frequency, number of meals and types of food. There were 75 (46.9%) students who ate with good meal frequency and 85 (53.1%) students who ate with bad meal frequency. There were 68 (42.5%) students eating good portions and 92 (57.5%) students eating less portion. There were 65 (40.6%) students with non-irritating food types and 95 (59.4%) students with irritating*



food types. There were 131 (81.9%) students with positive status of dyspepsia syndrome and 29 (18.1%) students with negative status of dyspepsia syndrome.

Conclusion: There was a significant relationship between eating patterns consisting of meal frequency ($P=0.00$), number of meals ($P=0.00$), and type of food ($P=0.00$) to the incidence of dyspepsia syndrome in students of the Medical Education Study Program, Abulyatama University.

Keywords: Dietary Habit; Dyspepsia Syndrome; College Student

PENDAHULUAN

Gangguan pada saluran pencernaan merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi dan banyak dikeluhkan oleh kalangan masyarakat. Salah satu dari sekian banyak gangguan yang cukup sering diderita adalah sindrom dispepsia. Dispepsia adalah istilah yang digunakan dalam suatu sindrom atau kumpulan gejala yang terdiri dari nyeri, atau rasa tidak enak di epigastrium (perut bagian atas), cepat kenyang, perut terasa penuh, sendawa, dan perut kembung. Keluhan dispepsia adalah salah satu keadaan klinik yang sering dijumpai pada praktek sehari-hari. Diperkirakan sekitar 30% kasus dipraktek umum dan 60% kasus di praktek gastroenterologist adalah kasus dispepsia.¹

Dispepsia adalah salah satu dari penyakit yang tidak menular. Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyebab kematian hampir 70% di dunia.² WHO (world health organization) memprediksi pada tahun 2020 angka kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular adalah 73% dan angka kesakitan menjadi 60% di dunia. Sedangkan dinegara SEARO (South East Asian Regional Office) pada tahun 2020 diprediksi angka kematian dan kesakitan karena penyakit tidak menular meningkat menjadi 50% dan 42%.³

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kejadian dispepsia di dunia sebanyak 13-40% dari total populasi setiap tahun. Hasil studi yang dilakukan di Eropa, Amerika serikat dan Oseania didapatkan angka kejadian dispepsia adalah 5-43%.⁴ Data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018 dilaporkan bahwa dispepsia menempati posisi ke-10 dalam kategori penyakit terbanyak pasien rawat jalan sebanyak 11.797 kasus.⁵ Angka kejadian dispepsia dikota-kota besar di Indonesia juga tinggi yaitu di Surabaya 31,2%, Bandung 32,5%, Jakarta 50%, Denpasar 46%, Palembang 35,5%, Pontianak 31,2%, Medan 9,6% dan termasuk Aceh 31,7%. Di provinsi Aceh ditemukan angka kejadian dispepsia di Aceh Besar 21,8%, Sabang 24,9%, Bireun 35,5%, Aceh Utara 43,2%, Aceh Selatan 41,7%, Langsa 41,2% dan Aceh Tenggara 32,5%.^{6,7}

Faktor pemicu yang dapat menyebabkan dispepsia adalah pola makan yang tidak teratur. Pola makan yang tidak teratur dapat menimbulkan berbagai penyakit karena terjadinya ketidakseimbangan dalam tubuh. Ketidakteraturan ini biasanya berhubungan dengan waktu makan. Seperti seseorang yang berada di keadaan yang sangat lapar namun terkadang terlalu kenyang. Sehingga menyebabkan kondisi lambung dan

sistem pencernaan menjadi terganggu. Selain itu mengkonsumsi makanan dan minuman yang memicu produksi asam lambung yang berlebih juga menjadi faktor terjadinya dispepsia. seperti makanan dan minuman yang bersifat asam dan makanan yang berlemak. Kebiasaan makan yang tidak teratur dan kebiasaan mengkonsumsi makanan asam dan pedas inilah yang akan mengakibatkan mukosa lambung rusak dan meningkatnya asam lambung sehingga timbul rasa nyeri, kembung atau rasa penuh pada bagian hypogastrium.⁸

Pola makan merupakan cara atau usaha dalam mengatur jumlah serta jenis makanan dengan tujuan untuk mencegah atau membantu kesembuhan penyakit, mempertahankan Kesehatan dan status nutrisi. Konsumsi makanan merupakan salah satu kebiasaan yang dimakan oleh seorang pada jenis, jumlah serta makanan setiap orang dalam sehari-hari yang dikonsumsi atau dimakan dalam waktu tertentu.⁹

Mahasiswa merupakan salah satu kelompok yang beresiko terjadinya dispepsia. Hampir semua mahasiswa memiliki kesibukan dan aktivitas kampus yang beraneka ragam, sehingga berdampak pada waktu makan, jam makan yang tertunda atau lupa untuk makan. Pola makan yang tidak teratur akan rentan terjadinya dispepsia. Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan pada 97 mahasiswa, di dapatkan 56 mahasiswa pernah mengalami dispepsia fungsional. Dari 56 mahasiswa didapatkan 42 orang (79,2%) dengan pola makan yang tidak teratur dan 14 orang (31,8%) dengan pola makan yang teratur.¹⁰

Berdasarkan uraian diatas, angka kejadian sindrom dispepsia terjadi sangat banyak di kalangan masyarakat. Salah satunya juga pada mahasiswa dengan pola makan yang tidak teratur. Oleh sebab itu peneliti tertarik dan perlu untuk melakukan pembaharuan dan penelitian kembali pada tempat dan waktu yang berbeda mengenai "Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama".

MATERI DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah Deskriptif Analitik dengan menggunakan desain cross sectional, dimana variable independent dan variable dependent dinilai secara simultan pada satu waktu. Metode ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap kejadian sindrom dispepsia pada mahasiswa Pendidikan dokter Universitas Abulyatama.

Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama, kab.Aceh Besar, Prov.Aceh dan dilaksanakan pada bulan Desember-Maret tahun 2022/2023.

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa prodi Pendidikan dokter Angkatan 2019 dan 2020 Universitas Abulyatama. Cara pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan data primer yaitu dengan memberikan kuesioner kepada responden berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditentukan oleh peneliti. Kriteria inklusi pada

penelitian ini adalah Mahasiswa program studi Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama Angkatan 2019 dan 2020, mahasiswa yang kooperatif,, bersedia menjadi responden dan menyetujui informed consent

Dalam penelitian ini menggunakan data primer, dimana pengumpulan data diperoleh secara langsung melalui pengisian kuisisioner oleh responden yang sebelumnya diberikan pengarahan oleh peneliti. Data primer didapat dari responden dengan melakukan pengisian kuisisioner data demografi, kuisisioner tentang pola makan dan kuisisioner tentang sindrom dispepsia.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Identitas Responden

No.	Identitas Responden	n	persentase
1	Usia		
	19 Tahun	1	1%
	20 Tahun	25	16%
	21 tahun	82	51%
	22 Tahun	40	25%
	23 Tahun	12	8%
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	46	29%
	Perempuan	114	71%
3	Angkatan		
	2019	94	59%
	2020	66	41%
4	Riwayat Penyakit Sekarang		
	Tidak Ada	155	97%
	Alergi	1	1%
	Asam Lambung	1	1%
	Maag	1	1%
	Nyeri Ulu Hati	1	1%
	Sesak Nafas	1	1%
5	Riwayat Penyakit Terdahulu		
	Tidak Ada	149	93%
	Asam Lambung	3	2%
	Asma	2	1%
	Demam	1	1%
	Dispepsia	1	1%
	Hirschsprug	1	1%
	Maag	1	1%
	Tipes	1	1%
	Tonsilitis	1	1%

Berdasarkan tabel 1 diatas yang merupakan distribusi frekuensi identitas responden, diperoleh usia responden penelitian berkisar antara 19 tahun sampai

23 tahun. Mayoritas responden berusia 21 tahun sebanyak 82 (51%) mahasiswa, sedangkan paling sedikit responden berusia 19 tahun sebanyak 1 (1%)

mahasiswa. Jenis kelamin diperoleh mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 114 (71%) mahasiswa, sedangkan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 46 (29%) mahasiswa.

Angkatan responden diperoleh mayoritas responden angkatan 2019 sebanyak 94 (59%) mahasiswa, sedangkan angkatan 2020 diperoleh sebanyak 46 (29%) mahasiswa. Riwayat penyakit sekarang diperoleh mayoritas responden tidak ada riwayat penyakit sekarang sebanyak 155 (97%) mahasiswa, sedangkan riwayat penyakit sekarang yaitu alergi, asam lambung, maag, nyeri ulu hati dan sesak nafas diperoleh masing-masing penyakit sebanyak 1 (1%) mahasiswa. Riwayat penyakit terdahulu diperoleh mayoritas responden tidak ada riwayat penyakit terdahulu sebanyak 149 (93%) mahasiswa, sedangkan riwayat penyakit terdahulu yaitu asam lambung diperoleh sebanyak 3 (2%) mahasiswa, riwayat penyakit terdahulu yaitu asma diperoleh sebanyak 2 (1%) mahasiswa, sedangkan riwayat penyakit terdahulu yaitu demam, dispepsia, hirchsprung, maag, tipes, dan tonsilitis diperoleh masing-masing penyakit sebanyak 1 (1%) mahasiswa.

Serupa dengan identitas responden, variabel penelitian ditampilkan dalam tabel distribusi frekuensi. Adapun variabel penelitian terdiri dari frekuensi makan, jumlah makan, jenis makanan dan sindrom dispepsia. Tabel berikut merupakan distribusi frekuensi variabel penelitian.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

No	Variabel Penelitian	n	Persentase
1	Frekuensi Makan		
	Baik	75	46.9%
	Kurang	85	53.1%
2	Jumlah Makan		
	Porsi Baik	68	42.5%
	Porsi Kurang	92	57.5%
3	Jenis Makanan		
	Tidak Mengiritasi	65	40.6%
	Mengiritasi	95	59.4%
4	Sindrom Dispepsia		
	Negatif	29	18.1%
	Positif	131	81.9%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa variabel frekuensi makan terdiri dari responden frekuensi makan berkategori baik sebanyak 75 (46,9%) mahasiswa dan responden frekuensi makan berkategori kurang sebanyak 85 (53,1%) mahasiswa. Variabel jumlah makan terdiri dari responden jumlah makan berkategori porsi baik sebanyak 68 (42,5%) mahasiswa, sedangkan responden jumlah makan

berkategori porsi kurang sebanyak 92 (57,5%) mahasiswa. Variabel jenis makanan terdiri dari responden jenis makanan berkategori tidak mengiritasi sebanyak 65 (40,6%) mahasiswa, sedangkan responden jenis makanan berkategori mengiritasi sebanyak 95 (59,4%) mahasiswa. Variabel sindrom dispepsia terdiri dari responden sindrom dispepsia berkategori negatif sebanyak 29 (18,1%) mahasiswa, sedangkan responden sindrom dispepsia berkategori positif sebanyak 131 (81,9%) mahasiswa.

Tabel 3. Hubungan Variabel Frekuensi Terhadap Variabel Sindrom Dispepsia

Frekuensi Makan	Sindrom Dispepsia				P-value
	Negatif		Positif		
	f	%	f	%	
Baik	25	15,6%	50	31,3%	0,00
Tidak	4	2,5%	81	53,1%	

Berdasarkan tabel 3 diperoleh responden dengan frekuensi makan berkategori baik dan sindrom dispepsia berkategori negatif sebanyak 25 (15,6%) mahasiswa. Sedangkan responden dengan frekuensi makan berkategori tidak dan sindrom dispepsia berkategori positif sebanyak 81 (53,1%) mahasiswa. Diperoleh nilai *P-value* hubungan variabel frekuensi makan terhadap variabel sindrom dispepsia sebesar 0,00. Hal ini bermakna bahwa nilai *P-value* sebesar $0,00 < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan variabel frekuensi makan terhadap variabel sindrom dispepsia.

Tabel 4. Hubungan Jumlah Makan Terhadap Sindrom Dispepsia

Jumlah Makan	Sindrom Dispepsia				P-value
	Negatif		Positif		
	f	%	f	%	
Porsi Baik	25	15,6%	43	26,9%	0,00
Porsi Kurang	4	2,5%	88	55,0%	

Tabel 4 diperoleh responden dengan jumlah makan berkategori porsi baik dan sindrom dispepsia berkategori negatif sebanyak 25 (15,6%) mahasiswa. Sedangkan responden dengan jumlah makan berkategori porsi kurang dan sindrom dispepsia berkategori positif sebanyak 88 (55,0%) mahasiswa. Diperoleh nilai *P-value* hubungan variabel jumlah makan terhadap variabel sindrom dispepsia sebesar 0,00. Hal ini bermakna bahwa nilai *P-value* sebesar $0,00 < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan variabel jumlah makan terhadap variabel sindrom dispepsia.

Tabel 5. Hubungan Jenis Makanan Terhadap Sindrom Dispepsia

Jenis Makanan	Sindrom Dispepsia				P-value
	Negatif		Positif		
	f	%	f	%	
Tidak Mengiritasi	24	15,0%	41	25,6%	0,00
Mengiritasi	5	3,1%	90	56,3%	

Tabel 5 diperoleh responden dengan jenis makanan berkategori tidak mengiritasi dan sindrom dispepsia berkategori negatif sebanyak 24 (15,0%) mahasiswa. Sedangkan responden dengan jenis makanan berkategori mengiritasi dan sindrom dispepsia berkategori positif sebanyak 90 (56,3%) mahasiswa. Diperoleh nilai *P-value* hubungan variabel jenis makanan terhadap variabel sindrom dispepsia sebesar 0,00. Hal ini bermakna bahwa nilai *P-value* sebesar $0,00 < 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan variabel jenis makanan terhadap variabel sindrom dispepsia.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan frekuensi makan terhadap sindrom dispepsia. Hal ini dibuktikan dari nilai *P-value* sebesar $0,00 < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 25 mahasiswa dari 29 mahasiswa yang tidak mengalami sindrom dispepsia dengan frekuensi makan yang baik. Sedangkan, responden yang mengalami sindrom dispepsia dengan frekuensi makan kurang diperoleh sebanyak 81 mahasiswa dari 131 mahasiswa.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Giovani, dkk. Tujuan penelitian tersebut yaitu untuk menganalisis adanya hubungan pola makan dengan sindrom dispepsia pada mahasiswa pre klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa pola makan berhubungan signifikan terhadap sindroma dispepsia, dalam hal ini pola makan ditinjau melalui frekuensi dan jadwal makan.¹¹

Kebiasaan makan yang tidak teratur sangat berpengaruh terhadap lambung. Seharusnya kebiasaan makan harus teratur sehingga lambung dapat mengenali dan beradaptasi terhadap waktu makan dan memproduksi asam lambung yang sesuai. Apabila seseorang tidak teratur kebiasaannya makannya maka lambung akan memproduksi asam lambung secara berlebihan. Produksi asam lambung yang berlebihan tersebut akan mengakibatkan mengiritasi dinding lambung dan menimbulkan rasa nyeri pada bagian perut.¹¹

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan jumlah makan terhadap sindrom

dispepsia. Hal ini dibuktikan dari nilai *P-value* sebesar $0,00 < 0,05$. Jumlah makan yang diteliti pada penelitian diukur berdasarkan kandungan gizi yang terdapat dalam makanan yang dikonsumsi serta jumlah air yang dikonsumsi dalam sehari. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 25 mahasiswa dari 29 mahasiswa yang tidak mengalami sindrom dispepsia dan jumlah makan dengan porsi baik. Sedangkan, responden yang mengalami sindrom dispepsia dan jumlah makan dengan porsi kurang diperoleh sebanyak 88 mahasiswa dari 131 mahasiswa.

Penelitian memberikan hasil yang serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Muflih & Najamuddin di tahun 2020. Penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stres terhadap kejadian dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan. Pola makan yang diamati pada penelitian tersebut meliputi frekuensi makan, jenis makanan dan porsi makan.¹²

Menu seimbang melalui jumlah makan yang dikonsumsi sehari-hari perlu diperhatikan. Hal demikian diperlukan agar tercipta kebiasaan mengonsumsi makanan yang baik di kemudian hari. Jumlah makanan yang masuk tidak seimbang dengan aktivitas sehari-hari akan mengakibatkan kekosongan lambung lebih awal. Kekosongan lambung tersebut akan menyebabkan erosi pada lambung, dimana terjadi gesekan antar dinding-dinding lambung saat kondisi lambung kosong. Kondisi demikian juga dapat mengakibatkan produksi HCL secara berlebihan yang dapat merangsang terjadinya kondisi asam pada lambung.¹²

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan jenis makanan terhadap sindrom dispepsia. Hal ini dibuktikan dari nilai *P-value* sebesar $0,00 < 0,05$. Jenis makanan yang diteliti pada penelitian diukur berdasarkan jenis makanan yang dapat mengiritasi lambung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 24 mahasiswa dari 29 mahasiswa yang tidak mengalami sindrom dispepsia dan jenis makan tidak mengiritasi. Sedangkan, responden yang mengalami sindrom dispepsia dan jenis makanan mengiritasi diperoleh sebanyak 90 mahasiswa dari 131 mahasiswa.

Penelitian ini memperoleh hasil yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan Astri Dewi di tahun 2017. Penelitian tersebut memberikan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antara makanan dan minuman iritatif terhadap sindrom dispepsia. Adapun yang menjadi sampel pada penelitian tersebut adalah Mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, dengan jumlah sampel sebanyak 612 mahasiswa.¹³

Mengonsumsi makanan pedas, makanan atau minuman asam, kebiasaan minum yang mengandung kafein seperti teh dan kopi, dan minuman berkarbonasi dapat mengakibatkan peningkatan risiko munculnya gejala dispepsia. Mengonsumsi makanan pedas secara

berlebihan akan merangsang sistem pencernaan, terutama lambung dan usus yang berkontraksi. Hal ini akan menimbulkan rasa panas dan nyeri di ulu hati yang disertai dengan mual dan muntah. Bila kebiasaan mengonsumsi makanan lebih dari satu kali dalam seminggu selama minimal enam bulan dibiarkan terus menerus dapat menyebabkan iritasi pada lambung.¹³

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan hasil penelitian, adapun simpulan yang diperoleh sebagai berikut.

1. Pola makan terdiri dari frekuensi makan, jumlah makan dan jenis makanan. Terdapat 75 (46,9%) mahasiswa dengan frekuensi makan baik dan 85 (53,1%) mahasiswa dengan frekuensi makan kurang pada Mahasiswa Prodi Pendidikan dokter Universitas Abulyatama. Terdapat 68 (42,5%) mahasiswa dengan jumlah makan porsi baik dan 92 (57,5%) mahasiswa dengan jumlah makan porsi kurang pada Mahasiswa Prodi Pendidikan dokter Universitas Abulyatama. Terdapat 65 (40,6%) mahasiswa dengan jenis makanan tidak mengiritasi dan 95 (59,4%) mahasiswa dengan jenis makanan mengiritasi pada Mahasiswa Prodi Pendidikan dokter Universitas Abulyatama.
2. Terdapat 131 (81,9%) mahasiswa dengan status positif kejadian sindrom dispepsia dan 29 (18,1%) mahasiswa dengan status negatif kejadian sindrom dispepsia pada Mahasiswa Prodi Pendidikan dokter Universitas Abulyatama.
3. Terdapat hubungan signifikan pola makan yang terdiri dari frekuensi makan, jumlah makan, dan jenis makanan terhadap kejadian sindrom dispepsia Mahasiswa Prodi Pendidikan dokter Universitas Abulyatama.

SARAN

Adapun saran yang dapat diberikan dari penelitian ini sebagai berikut.

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan khususnya bagi mahasiswa yang dapat menambah wawasan dan informasi terkait sindrom dispepsia. Sehingga mampu membentuk pola makan yang baik pada mahasiswa agar tidak mengalami sindrom dispepsia.
2. Bagi penelitian berikutnya, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan acuan atau rujukan dan diharapkan dapat melakukan penelitian serupa dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan terhadap sindrom dispepsia.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan khususnya bagi masyarakat yang dapat memberikan informasi terkait sindrom dispepsia. Sehingga masyarakat mampu memilih jenis makanan dan membentuk pola makan yang baik agar dapat mencegah terjadinya sindrom dispepsia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arsyad RP, Irmayani, Hidayaturrani. Hubungan Sindroma Dispepsia dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas XI SMAN 4 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Biomedis*. 2019;4(1):36-42.
2. Dinas Kesehatan Aceh. Profil Kesehatan Aceh 2020. *Aceh* Published online 2020.
3. Jurnal P, Masyarakat K, Dii D, Universitas K, Tambusai PT. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Rinda Fithriyana. *Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2018;2(2).
4. Halimatusyadia nasyifah salma, supriyanto. Sikap Penderita Dispepsia Terhadap Pola Makan Di Puskesmas Ibrahim Adje Kota Bandung. *jurnal kesehatan Aeromedika*. 2017;volume III-N0. 1.
5. Kementrian Kesehatan RI. Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017. *Kementrian Kesehatan RI*. Published online 2018.
6. Depkes RI. profil kesehatan Indonesia. *jakarta*. Published online 2015.
7. Sumarni S, Andriani D. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*. 2019;2(1):61-66. doi:10.35451/jkf.v2i1.282
8. Pesce M, Cargioli M, Cassarano S, et al. Diet and functional dyspepsia: Clinical correlates and therapeutic perspectives. *World J Gastroenterol*. 2020;26(8):456-465. doi:10.3748/wjg.v26.i5.456
9. Bestari IP, Rizal F, Lubis SY. Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *KANDIDAT: jurnal riset dan inovasi pendidikan*. 2020;2(1):66-73.
10. Tiana A, Susanto S, Maria Elena I, et al. *Hubungan Antara Sindroma Dispepsia Dengan Pola Makan Dan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wancana Angkatan 2013*. Vol 23.; 2017.
11. Giovani C, Kefi B, Artawan M, Agnes M, Dedy E, Lada CO. *Hubungan Pola Makan Dengan Sindroma Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana*. Vol 23.; 2022.
12. Muflih, Najamuddin. Hubungan Pola Makan gan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan Tahun 2019. *Indonesian Trust Health Journal* . 2020;3(2):326-336.
13. Dewi A. *Hubungan Pola Makan dan Karakteristik Individu Terhadap Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Angkatan 2015 dan 2016 Fakultas Kedokteran Univeritas Hasanuddin*. Universitas Hassanudin; 2017.

