

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN KETERATURAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN SINDROM DISPEPSIA PADA REMAJA DI MA MEKARWANGI

Nova Permatasari¹, Adi Nurapandi², Dedi Supriadi³

¹Mahasiswa STIKes Muhammadiyah Ciamis

²Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

*E-mail: novapermatas26@gmail.com

Intisari

Perilaku pola makan yang tidak dijaga menjadi salah satu penyebab timbulnya gangguan pencernaan, termasuk Dispepsia. Dispepsia dalam bahasa Yunani yaitu "dys" yang berarti buruk dan "pepsis" yang berarti pencernaan. Sejak akhir 1980-an, istilah dispepsia telah banyak digunakan untuk menggambarkan suatu kondisi sindrom atau serangkaian gejala. Gejala tersebut antara lain nyeri dan rasa tidak nyaman di daerah epigastrium seperti gas, mual dan muntah, kembung, cepat kembung, dan bersendawa. Dispepsia adalah penyakit yang ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut bagian atas atau ulu hati rasa seperti terbakar pada dada maupun kerongkongan, mual muntah, rasa penuh dan terasa kembung. Banyak faktor yang menyebabkan sindroma dispepsia, antara lain sekresi asam lambung, kebiasaan makan, penyakit tukak lambung dan psikologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapatnya hubungan keteraturan pola makan dengan sindrom dispepsia pada remaja di MA Mekarwangi. Metode: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif dan rancangan penelitian cross—sectional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 50 orang di MA Mekarwangi. Hasil: Hasil uji statistik dengan uji chi square didapatkan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dapat dijelaskan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengaruh keteraturan pola makan dengan kejadian Sindrom Dispepsia pada remaja di MA Mekarwangi. Untuk mencegah terjadinya Sindrom Dispepsia diharapkan agar menjaga pola makan dan makan teratur dengan frekuensi 3 kali sehari.

Kata Kunci: Sindrom Dispepsia, Pola Makan, Tingkat Pengetahuan.

**THE RELATIONSHIP LEVEL OF KNOWLEDGE OF EATING
REGULARITY WITH THE INCIDENCE OF DYSPEPSIA SYNDROME IN
ADOLESCENTS IN MA MEKARWANGI**

Nova Permatasari¹, Adi Nurapandi², Dedi Supriadi³

¹Mahasiswa STIKes Muhammadiyah Ciamis

²Dosen STIKes Muhammadiyah Ciamis

*E-mail: novapermatas26@gmail.com

Abstract

Uncontrolled eating behavior is one of the causes of digestive disorders, including dyspepsia. Dyspepsia is a Greek word, "dys" meaning bad and "pepsis" meaning digestion. Since the late 1980s, the term dyspepsia has been widely used to describe a syndromic condition or set of symptoms. These symptoms include pain and discomfort in the epigastric area such as gas, nausea and vomiting, bloating, fast bloating, and belching. Dyspepsia is a disease characterized by pain or discomfort in the upper abdomen or solar plexus, a burning feeling in the chest or esophagus, nausea, vomiting, feeling full and feeling bloated. Many factors cause dyspepsia syndrome, including gastric acid secretion, eating habits, peptic ulcer disease and psychology. This study aims to determine whether there is a relationship between dietary regularity and dyspepsia syndrome in adolescents at MA Mekarwangi. Method: The method used in this study is a quantitative method using a descriptive design and a cross-sectional research design. The sample in this study was 50 people at MA Mekarwangi. Results: The results of the statistical test using the chi square test obtained a p value of 0.000 ($p < 0.05$). It can be explained that there is a significant relationship between the influence of dietary regularity and the incidence of Dyspepsia Syndrome in adolescents at Mekarwangi Islamic Senior High School. To prevent dyspepsia syndrome, it is hoped that you will maintain your diet and eat regularly with a frequency of 3 times a day.

Keywords: Dyspepsia Syndrome, Diet, Knowledge Level.