

Hubungan Pola Makan dan Beban Kerja dengan Kejadian Dispepsia pada Perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah Tahun 2024

Amrun¹, Desi S²

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) IST Buton

Email : amrun70@yahoo.co.id

ABSTRAK

Dispepsia salah satu penyakit tidak menular yang dapat berdampak pada gangguan pada lambung yang sering terjadi dan menimbulkan keluhan pada perut bagian atas. Dispepsia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain peningkatan sekresi asam lambung, faktor makanan, lingkungan dan stress akibat beban kerja. dispepsia dapat menyerang siapapun termasuk pekerja khususnya perawat di rumah sakit. Berdasarkan data terdapat 17 perawat dari 28 kasus yang mengalami dispepsia di RSUD Kabupaten Buton Tengah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia pada perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024. Metode yang digunakan yaitu bersifat survey analitik kuantitatif dengan rancangan *cross sectional study* dengan menggunakan uji che square. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara purposif sampling. Adapun hasil sampel setelah penelitian ini adalah berjumlah 66 responden. Hasil dari penelitian ini yaitu ada hubungan terdapat hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia ($p\text{-value} = 0,004$), terdapat hubungan beban kerja dengan kejadian dispepsia ($p\text{-value} = 0,032$) pada perawat RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024. Saran pada penelitian ini yaitu perawat diharapkan mampu mengatur pola makan baik walaupun aktifitas pekerjaan tinggi dengan melakukan manajemen kerja, koordinasi antara tim yang baik serta pembagian waktu istirahat dan makan yang teratur pula, rumah sakit harus melakukan penambahan tenaga keperawatan seiring peningkatan kunjungan pasien sehingga dapat mengurangi beban kerja perawat, selain itu pengaturan shift kerja yang adil dan terdistribusi baik.

Kata kunci : *Dispepsia, Perawat, pola makan, beban kerja*

PENDAHULUAN

Dispepsia merupakan istilah yang digunakan untuk sindrom atau kumpulan gejala atau keluhan yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman pada ulu hati, kembung, sendawa, rasa cepat kenyang, mual, muntah, perut rasa penuh atau begah. (Siti Hamidah, dkk, 2022). Dispepsia menggambarkan keluhan atau kumpulan gejala (sindrom) yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di epigastrium, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa penuh, sendawa, regurgitasi, dan rasa panas yang menjalar di dada (Evalina Ayu Wibawani, dkk. 2021)

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam penelitian Widya, dkk. (2023) populasi penderita dispepsia di dunia mencapai 15 – 30% setiap tahun. Tingkat prevalensi dispepsia berkisar antara 7 dan 45%, tergantung pada definisi yang digunakan dan lokasi geografis. Menurut data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, dispepsia adalah salah satu dari lima penyakit utama yang menyebabkan rawat inap di rumah sakit pada tahun tersebut, 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. Pada tahun 2023 telah diperkirakan angka kejadian dispepsia terjadi peningkatan dari 10 juta jiwa menjadi 28 juta jiwa setara dengan 11,3% dari keseluruhan penduduk di Indonesia (Rosadi et al., 2023)

Berdasarkan data dari Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan bahwa penderita dispepsia pada tahun 2019 sebanyak 32.243 kasus (21,4%), pada tahun 2020 penderita penyakit dispepsia sebanyak 37,140 kasus (22,8%), dan pada tahun 2021 penderita dispepsia sebanyak 41, 250 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara, 2021). Sedangkan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Buton Tengah pada tahun 2023 jumlah penderita dispepsia yaitu berjumlah 1.242 kasus yang terdiri dari laki-laki 512 kasus dan perempuan 730 kasus. Jumlah kejadian dispepsia berada pada urutan ke 4 penyakit terbesar dalam wilayah Kabupaten Buton Tengah pada tahun 2023 (Profi Dinas Kesehatan Buton Tengah, 2023).

Dispepsia dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain peningkatan sekresi asam lambung, faktor makanan dan lingkungan. Perubahan gaya hidup dan pola makan masih menjadi salah satu penyebab paling umum dari gangguan pencernaan, termasuk dispepsia. Pola makan yang tidak teratur dengan tren makanan cepat saji dan makanan instan, gaya hidup, stres dan polusi telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Kebiasaan makan yang salah secara langsung mempengaruhi organ pencernaan dan memicu penyakit pencernaan (Wijaya et al., 2020).

Beban kerja merupakan faktor tidak langsung sebagai pemicu utama kejadian dispepsia. Beban kerja mempengaruhi tingkat stres kerja petugas kesehatan. Tingkat stress yang berlebihan dapat memicu lambung untuk mengeluarkan asam lambung secara berlebihan, reaksi ini dapat mengganggu aktivitas lambung bahkan dapat memicu kebocoran lambung. Beban kerja tersebut dapat berupa tuntutan tugas atau pekerjaan, organisasi dan lingkungan kerja (Evalina Ayu Wibawan, dkk. 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sela Aprilia, dkk (2023) menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian dispepsia dengan nilai p-value 0,011.

Stres dalam arti secara umum adalah perasaan tertekan, cemas, dan tegang akibat beban yang dijalannya.

Factor lain yang dapat menyebabkan terjadinya dyspepsia yaitu pola makan yang tidak teratur. Pola Makan yang tidak teratur dapat memicu berbagai penyakit akibat ketidakseimbangan dalam tubuh. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Stefanus Timah (2021) menjelaskan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit GMIM Pancaran Kasih Manado terlihat pada nilai $P = 0,02$ yaitu lebih kecil dari nilai $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa pola makan memiliki peran terbentuknya kejadian dispepsia. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Elsi Setiandari, dkk (2021) menjelaskan bahwa pola makan memberi makna terhadap kejadian dispepsia, Artinya terdapat hubungan antara pola makan yang tidak teratur dengan kejadian dispepsia $p = 0,001$ ($p < 0,05$).

Kejadian sindrom dispepsia dapat terjadi kepada siapapun termasuk perawat di rumah sakit. Perawat rumah sakit memiliki resiko menderita kejadian tersebut, hal ini karena perawat rumah sakit memiliki tingkat pekerjaan yang sangat kompleks. Banyaknya pekerjaan terkadang membuat pola makan tidak teratur seperti jadwal waktu makan, kebiasaan makan serta porsi makan. Selain itu beban kerja yang tinggi membuat perawat cenderung mengalami tekanan sehingga menimbulkan tingkat stress yang dapat memicu terjadinya dispepsia.

Terdapatnya kasus dispepsia tersebut, dapat menyebabkan tingkat kehadiran, motivasi kerja serta disiplin kerja menjadi menurun sehingga berefek terhadap kinerja individu perawat dan tentu berdampak pula terhadap kinerja organisasi (rumah sakit). Perawat yang mengalami dispepsia merasakan ketidaknyamanan dalam berkerja, kelelahan secara mental sehingga fokus kerja menjadi berkurang. Bila hal ini dibiarkan secara berkepanjangan maka dapat berdampak pada kinerja dan mutu layanan rumah sakit.

Berdasarkan survey data awal yang telah dilakukan kepada petugas kesehatan ditemukan sejumlah kasus dalam 3 bulan terakhir yang mengalami dispepsia yaitu 28 kasus. Dari jumlah itu dapat dirincikan yang mengalami sindrom dispepsia yaitu perawat sebanyak 17 kasus, bagian manajemen 7 kasus, bagian kebidanan 3 kasus dan 1 bagian umum. Berdasarkan hasil tersebut ditemukan bahwa kasus dispepsia yang terbanyak adalah perawat. Berkaitan dengan masalah yang diuraikan ini, maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Beban kerja dan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia pada Perawat di Rumah Sakit Umum (RSUD) Kabupaten Buton Tengah Tahun 2024.

METODE

Jenis penelitian ini bersifat survey analitik kuantitatif dengan rancangan *cross sectional study*. Pada prinsipnya penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara variabel independent dengan dependen yang dilakukan pada satu waktu tertentu (Sugiyono, 2016) Variabel independet terdiri dari beban kerja, pola makan sedangkan variabel dependent kejadian dyspepsia. Populasi penelitian yaitu seluruh perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah yang berjumlah 79 perawat tahun 2024. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 66 responden dengan teknik penarikan sampel dengan rumus Tarro Yamane.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Jenis kelamin

Tabel 1 Table Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	24	36,4
Perempuan	42	63,6
Total (n)	66	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 1 diperoleh informasi sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu 42 responden (63,6%) dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 24 responden (36,4%)

b. Kelompok Umur

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelompok Umur

Kelompok Umur	Jumlah (n)	Persentase (%)
25-35thn	55	83,3
36-45thn	9	13,6
46-55thn	2	3,0
Total (n)	66	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 dapat diperoleh informasi bahwa kelompok umur responden yang banyak adalah kelompok umur 25-35 tahun sebesar 55 responden (83,3%) sedangkan yang sedikit adalah kelompok umur 46-55 tahun yaitu 2 responden (3,0%).

c. Jenjang Pendidikan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenjang Pendidikan

Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
D-III	25	37,9
Profesi	41	62,1
Total	66	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 3 dapat diperoleh informasi bahwa tingkat pendidikan responden yang tertinggi adalah pendidikan profesi (Ners) sebesar 41 responden (62,1%) sedangkan yang paling terendah adalah pendidikan D-III perawat yaitu 25 responden (37,9%).

d. Kejadian Dispepsia

Tabel 4 . Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Dispepsia

Kejadian Dispepsia	Jumlah (n)	Persentase (%)
Dispepsia	26	39,4
Tidak Dispepsia	40	60,6
Total (n)	66	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4 dapat diperoleh informasi bahwa kejadian dispepsia yang sering ditemui pada perawat lebih besar pada kategori tidak mengalami dispepsia yaitu 40 responden (60,6%), sedangkan hanya sebagian kecil saja yang mengalami dispepsia yaitu 26 responden (39,4%).

e. Pola Makan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan

Pola makan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Teratur	24	36,4
Tidak Teratur	42	63,6
Total (n)	66	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 5 dapat diperoleh informasi bahwa pola makan pada perawat lebih besar pada kategori tidak teratur yaitu 42 responden (63,6%) dibandingkan dengan perawat yang pola makanya teratur yaitu 24 responden (36,4%).

f. Beban Kerja

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Beban Kerja

Beban Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
Berat	43	65,2
Ringan	23	34,8
Total (n)	66	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 6 dapat diperoleh informasi bahwa sebagian besar perawat mengatakan bahwa beban kerjanya berat yaitu 43 responden (65,2%), dibandingkan dengan perawat yang mengatakan beban kerjanya ringan yaitu 23 responden (34,8%).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia

Tabel 7 Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Perawat

Pola Makan	Dispepsia				Jumlah		Hasil Uji (<i>p</i>)
	Dispepsia		Tidak Dispepsia				
	n	%	n	%	n	%	
Ya, Teratur	4	16,7	20	83,3	24	100	<i>p</i> = 0.004
Tidak teratur	22	52,4	20	47,6	42	100	
Total	26	39,4	40	60,6	66	100	

Sumber : data primer, 2024

Berdasarkan tabel 7 tentang hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia pada perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah didapatkan bahwa responden dengan pola makan yang teratur cenderung lebih besar tidak mengalami dispepsia yaitu 83,3% dibandingkan dengan responden yang mengalami dispepsia yaitu 16,7%. Sedangkan responden dengan pola makan tidak teratur cenderung lebih besar mengalami dispepsia yaitu 52,4% dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami dispepsia yaitu 47,7%. Hal ini dapat berarti bahwa semakin baik pola makan yang dilakukan oleh perawat maka semakin besar terhindar dari kejadian dispepsia, sebaliknya bila pola makan tidak teratur maka semakin besar peluang untuk mengalami kejadian dispepsia.

Berdasarkan hasil uji statistik persoon *chi-square*, diperoleh nilai $X^2_{hitung} = 8,159$ dan nilai $p = 0,004$ dan dibandingkan dengan nilai X^2 tabel = 3,841 pada $\alpha = 0,05$ dan $df = 1$ diperoleh sebagai berikut $8,159 > 3,841$ maka H_0 di tolak. Sedangkan berdasarkan nilai $p < \alpha$ ($0,004 < 0,05$) maka H_0 di tolak. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024.

b. Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian Dispepsia

Tabel 8 Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian Dispepsia Pada Perawat

Beban Kerja	Dispepsia				Jumlah	Hasil uji <i>(p)</i>
	Dispepsia		Tidak Dispepsia			
	n	%	n	%	n	%
Berat	21	48,8	22	51,2	43	100
Ringan	5	21,7	18	78,3	23	100
Total	26	39,4	40	60,6	66	100

 $p = 0.032$ *Sumber : Data Primer, 2024*

Berdasarkan tabel 8 tentang hubungan beban kerja perawat dengan kejadian dispepsia dapat diperoleh informasi bahwa perawat dengan beban kerja yang ringan cenderung lebih besar tidak mengalami dispepsia yaitu 78,3% dibandingkan dengan yang mengalami dispepsia yaitu 21,7%. Sedangkan perawat yang dengan beban kerja berat ditemukan lebih sedikit besar tidak mengalami dispepsia yaitu 51,2% dibandingkan dengan yang mengalami dispepsia yaitu 48,8%. Hal ini berarti bahwa bila beban kerja ringan maka cenderung perawat tidak mengalami dispepsia namun apabila beban kerja berat maka resiko peluang mengalami kejadian dispepsia sangat terbuka.

Berdasarkan hasil uji statistik persoon *chi-square*, diperoleh nilai $X^2_{hitung} = 4.609$ dan nilai $p = 0,032$ dan dibandingkan dengan nilai X^2 tabel = 3,841 pada $\alpha = 0,05$ dan $df = 1$ diperoleh sebagai berikut $4,609 > 3,841$ maka H_0 di tolak. Sedangkan berdasarkan nilai $p < \alpha$ ($0,032 < 0,05$) maka H_0 di tolak. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan kejadian dispepsia pada perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024.

PEMBAHASAN

1. Hubungan pola makan dengan kejadian dispepsia

Pola makan merupakan siklus dari kebiasaan yang dilakukan oleh individu dalam mengkonsumsi makanan pada jadwal tertentu yang dapat bermakna teratur dan tidak teratur. Pola Makan tidak teratur seperti sering terlambat makan, menunda waktu makan, tidak sarapan pagi atau tidak makan siang atau tidak makan malam sehingga membuat perut mengalami kekosongan dalam waktu yang lama. Pola makan teratur yaitu sesuai waktu yang ditentukan dan memastikan lambung tidak mengalami kekosongan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh informasi bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada perawat yang ada

di RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024 yaitu dengan nilai $p\text{-value} = 0.004$. Hubungan tersebut mengidentifikasikan bahwa kejadian dispepsia yang dialami oleh perawat tersebut dapat disebabkan karena pola makan. Pola makan merupakan siklus makan yang seharusnya ditaati dengan baik agar lambung selalu terisi sehingga mengurangi resiko terjadinya mukosa pada lambung.

Hasil penelitian, didapatkan pula informasi bahwa sebagian besar perawat tidak teratur dalam hal pola makan. Kecenderungan perawat memiliki kebiasaan untuk menunda makan, terlambat makan dan bahkan tidak sarapan disebabkan banyaknya aktivitas dalam memberikan pelayanan. Perawat memiliki kebiasaan menuntaskan lebih dulu pekerjaan baru kemudian makan. Kebiasaan lain yaitu perawat lebih nyaman untuk makan di saat istirahat dan menjelang akhir jadwal tugasnya yang biasa disebut yaitu istirahat satu kali.

Hal lain yang diperoleh tentang pola makan perawat yaitu kecendrungan untuk tidak sarapan pagi (21,1%), terdapat ada perawat dalam sehari hanya makan 1kali (33,%) dan paling banyak hanya 2 kali (63,3%), pola makan dengan rentang waktu 6-9 jam sesudah makan pertama (12,1%) dan ada juga rentan waktu >10 jam yaitu sebesar 33%. Kondisi ini pula membuat resiko dispepsia besar akibat lambung yang cenderung kosong disela-sela lambung membutuhkan asupan makanan.

Terdapatnya hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada perawat karena kebiasaan makan perawat cenderung lebih besar tidak teratur, perawat lebih cenderung menunda makan dan bahkan jarang sarapan pagi. Kebiasaan tersebut dapat memicu kejadian dispepsia. Hasil pengamatan secara langsung saat penelitian didapatkan perawat kurang memperhatikan jadwal makan, terkadang lupa akibat kesibukannya, jarang membawa bekal dari rumah, serta tuntutan kerja dalam memberikan pelayanan pada pasien yang membuat perawat tidak mampu makan dengan baik atau terasa sangat tergesa-gesa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widya, dkk (2023) yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada pekerja di PT. Hamsina Jaya MPPG Cirebon dengan nilai odds ratio sebesar 4,971 (2,966-8,334) menunjukkan bahwa responden dengan pola makan yang tidak teratur memiliki risiko 4,9 kali untuk terkena dispepsia dibandingkan dengan responden yang memiliki pola makan yang teratur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh M.Adli Thoriqa dan Ani Ariati (2023) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan antara pola

makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa kedokteran UISU angkatan 2018. Hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa penyebab dispepsia salah satunya adalah perilaku pola makan yang buruk. Pola makan tidak teratur berisiko mengalami berbagai keluhan diantaranya nyeri bagian perut sampai ke ulu hati, mual, muntah dan bersendawa yang mengakibatkan timbulnya dispepsia. Frekuensi makan yang tidak teratur, jumlah makan yang tidak sesuai, dan jeda makan yang terlalu lama dapat mencetuskan dispepsia

Kebiasaan makan yang teratur sangat penting bagi sekresi asam lambung karena kondisi tersebut memudahkan lambung mengenali waktu makan sehingga produksi asam lambung terkontrol (Rahardiantini & Sartika, 2023). Jarang sarapan di pagi hari berisiko terkena kejadian dispepsia. Pada pagi hari tubuh memerlukan banyak kalori. Apabila tidak makan dapat menimbulkan produksi asam lambung (Harahap, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, apabila dibiarkan secara terus menerus maka berisiko penambahan kasus kejadian dispepsia. Bagi perawat yang telah menderita dispepsia akan semakin memperburuk keadaannya sehingga semuanya dapat berdampak pada kinerja individu dan berdampak pula pada kinerja rumah sakit dalam pelayanan keperawatan. Perawat merupakan ujung tombak dalam pelayanan di rumah sakit sehingga keselamatan dan kesehatan kerja perawat harus pula menjadi prioritas utama dalam mengatasi gangguan kesehatan seperti dispepsia.

2. Hubungan Beban Kerja dengan kejadian dispepsia

Beban kerja yang berlebih dapat memicu terjadinya stress kerja sehingga akan mempengaruhi terjadinya gangguan kesehatan termasuk dispepsia. Beban kerja mempengaruhi tingkat stres kerja petugas kesehatan. Tingkat stress yang berlebihan dapat memicu lambung untuk mengeluarkan asam lambung secara berlebihan, reaksi ini dapat mengganggu aktivitas lambung bahkan dapat memicu kebocoran lambung.

Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh informasi bahwa beban kerja berhubungan dengan kejadian dispepsia pada perawat di RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024 dengan nilai $p\text{-value} = 0,032$. Hasil penelitian ini mengidentifikasi bahwa faktor lain pemicu kejadian dispepsia yang dialami perawat adalah beban kerja. Beban kerja yang berlebih dapat membuat peningkatan stress kerja. Beban kerja yang berlebih membuat sebagian besar pola makan perawat tidak teratur seperti menunda waktu makan, porsi dan frekuensi makan semakin tidak teratur akibat tugas yang setiap saat harus dilakukan ketika ada pasien yang membutuhkan pertolongan atau layanan.

Terdapatnya hubungan antara beban kerja dengan kejadian dispepsia karena dari hasil penelitian menyimpulkan bahwa beban kerja perawat di RSUD Kabupaten Buton cenderung lebih besar pada kategori beban berat. Kondisi kerja dengan beban kerja yang berat ditandai dengan adanya perawat yang memiliki lebih dari satu tanggung jawab yaitu selain pemberi asuhan keperawatan juga melakukan pelayanan tambahan lain seperti administrasi. Besarnya beban kerja oleh perawat membuat tingkat stress tinggi sehingga membuat terjadinya dispepsia. Beban kerja yang berat akibat adanya beban tambahan tersebut membuat pola makan perawat terganggu pula dan lebih cenderung tidak teratur. Kedua kondisi ini yaitu pola makan dan beban kerja sangat memiliki resiko pemicu terjadinya dispepsia. Hasil pengamatan selama penelitian, disimpulkan bahwa rata-rata perawat merasa kelelahan akibat beban kerja tersebut. Perawat harus melayani pasien dan juga melakukan pekerjaan administrasi. Disisi lain kunjungan pasien setiap tahunnya meningkat yang tidak diikuti dengan penambahan tenaga keperawatan

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muflih (2019) mendapatkan hasil adanya hubungan antara tingkat stres dan kejadian dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan Tahun 2019. Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Widya, dkk (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan kejadian dispepsia pada pekerja di PT. Hamsina Jaya MPPG Cirebon 2023. Nilai Odds Ratio sebesar 5,123 (1,903 – 7,994) menunjukkan bahwa responden yang memiliki tingkat stress yang berat memiliki risiko 5,1 kali untuk terkena dispepsia dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat stress yang normal.

Stres yang dialami seseorang dapat akibat dari kelelahan kerja dan terlalu banyak pekerjaan sehingga mendorong gesekan antara makanan dan dinding lambung menjadi bertambah kuat. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya peradangan di lambung (Yunanda, 2023). Hal ini sesuai dengan teori Priyoto (2017) yang mengatakan makin sering dan makin lama situasi stres, makin tinggi resiko kesehatan yang ditimbulkan, seperti gangguan organ seperti organ pencernaan. Beberapa bentuk gangguan fisik yang sering muncul pada stres adalah nyeri dada, diare selama beberapa hari, sakit kepala, mual, jantung berdebar, lelah, sukar tidur, dan lain-lain.

Pada penelitian ini juga diperoleh informasi bahwa sebagian besar responden yang beban kerja berat masih ditemukan tidak mengalami dispepsia, hal ini dapat dikarenakan oleh perawat yang memahami konsekuensi dari pekerjaannya sehingga secara psikologis mereka matang dalam pengendalian stress kerja. Hasil wawancara diperoleh

bahwa perawat selalu mendapat pelatihan manajemen stress terhadap pekerjaan. Terdapatnya dispepsia pada perawat yang beban kerja berat dapat disebabkan oleh faktor lain yaitu ketidakmampuan mengatur pola makan dengan pekerjaannya. Perawat cenderung menyelesaikan pekerjaan terlebih dahulu ketimbang harus istirahat dan makan.

Tidak teraturnya pola makan akibat beban kerja yang berat seperti jadwal kerja yang padat, adanya tambahan pekerjaan lain, adanya penundaan jadwal makan akibat pekerjaan menyebabkan pemasukan makanan dalam perut menjadi berkurang sehingga lambung akan kosong sehingga hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kerja lambung terutama sekresi asam lambung sehingga akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi dengan waktu makan. Kekosongan pada lambung dapat mengakibatkan erosi pada lambung akibat gesekan antara dinding-dinding lambung kemudian mengiritasi dinding lambung. (Fithriyana, 2018).

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada perawat RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024 dengan nilai $p\text{-value} = 0,004$
2. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan kejadian dispepsia pada perawat RSUD Kabupaten Buton Tengah tahun 2024 dengan nilai $p\text{-value} = 0,032$

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Brastiyani, (2018). Pengaruh Beban Kerja dan Motivasi Terhadap Kinerja Perawat Di RSUD Dr. A. Dadi Tjokrodipo Bandar LAMPUNG. Skripsi. Institut Informatika DAN Bisnis Darmajaya. Bandar Lampung
- Ayang Tria Putri Barawa, Fitria Saftarina, Soraya Rahmanisa, Risti Graharti, (2019). Kejadian Sindrom Dispepsia pada Perawat di RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. *Jurnal Medula Volume 8 Nomor 2 Februari 2019*
- Diana, Y. (2019). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Di Housekeeping Departement Pada Hotel Bintan Lagoon Resort. *Jurnal Manajemen Tools*, 53(9), 193–205.
- Dinkes Propinsi Sultra, (2022). Profil Kesehatan Sulawesi Tenggara Tahun 2021. Kendari
- Elsi Setiandari, Lely Octaviana, Noorhidayah, Aulia Rachman, (2021). Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Siswa di SMP Negeri 2 Karang Intan. *Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health)*, Vol. XI, No. 2, Maret 2021
- Evalina Ayu Wibawani, Yuldan Faturahman, Anto Purwanto, (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Di RSUD Koja (Studi pada Pasien Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam di RSUD Koja). *Jurnal Kesehatan komunitas Indonesia Vol 17 no 1 Maret 2021*

- Fitriani Giringan, Eko Sudarmo D. Prihanto, Edwin Ambar, (2020), Karakteristik Penderita Dispepsia Di Instalasi Rawat Inap Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Daerah dr. H. Chasan Boesoirie. *Keiraha Medical Jurnal*. Volume 3, Nomor 1,
- Fithriyana, R. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 43–54
- Harahap. (2012). *Kecukupan Gizi yang Dianjurkan*. Jakarta: PT Gramedia
- Hidayah AN, Rahmah Y, Hasanah N. (2020). Perbedaan Tingkat Stres, Keteraturan Makan Dan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Siswa Asrama Dan Non Asrama Di Smk Kesehatan Samarinda. *Heal Sci J*. 2020;2(1):1-12.
- Hidayat, A.A.A, (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Indah Putri Bestari, Fakhrol Rizal, dan Silvia Yasmin Lubis, (2020). Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh. *Kandidat: Jurnal Riset dan Inovasi Pendidikan*. UniversitasAbulyatama
- Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan RI*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kemenkes. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang. Kemenkes RI. Jakarta
- M.Adli Thoriq, Ani Ariati, 2023. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Fungsional Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara (UISU) Angkatan 2018. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan- Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara* Volume 22 No.1Tahun 2023
- Muflin, & Najamuddin. (2020). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan tahun 2019
- Nainggolan, O., Hapsari, D., & Indrawati, L. (2016). Pengaruh Akses ke Fasilitas Kesehatan terhadap Kelengkapan Imunisasi Baduta (Analisis Riskesdas 2013). *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 26(1), 15–28. <https://doi.org/10.22435/mpk.v26i1.4900.15-28>
- Notoatmodjo, S. (2017). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2019). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Oetoro. (2018). *1000 Jurus Makan Pintar Dan Hidup Bugar*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, (2016). Permenkes No. 24 Tahun 2016 Tentang Persyaratan Teknis Bangunan Dan Prasarana Rumah Sakit. Jakarta: Kemenkes RI.
- PGI, & KSHPI. (2014). Konsensus Nasional Penatalaksanaan Dispepsia dan Infeksi *Helicobacter pylori*. In *Perkumpulan Gastroenterologi Indonesia (PGI) dan Kelompok Studi Helicobacter pylori Indonesia (KSHPI)*
- Rohman, & Ichsan. (2021). *Pengaruh Beban Kerja dan stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PT Honda Daya Anugrah Mandiri Cabang Sukabumi*. 2(1), 1–22.
- Rosadi, A. A., Janah, E. N., & Hediyo, W. (2023). Asuhan Keperawatan Pada An. R Dengan Gangguan Sistem Pencernaan: Dispepsia Di Ruang Dahlia RSUD dr. Soeselo Kabupaten Tegal. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(4), 194–205
- Ristianingsih, R. (2017). Analisis Asuhan Keperawatan Dengan Pemenuhan Kebutuhan Dasar Nutrisi: Ketidakseimbangan Nutrisi Kurang Dari Kebutuhan Tubuh Pada Kasus Dispepsia Di Ruang Mawar RSUD Prof Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. Universitas Muhammadiyah Gombong. Jawa Tengah
- Sela Aprilia, Anwar Arbi, Dedi Andria, (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien DI Wilayah Kerja Puskesmas Batoh Kota Banda Aceh. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, Volume 5, Nomor 1, Maret2024

- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta
- Stefanus Timah, (2021). Hubungan Pola Makan Pada Pasien Dispepsia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* Volume 16 Nomor 1 Tahun 2021
- Sugiyono, (2016). *Merode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta CV.
- Widya Widya, Dewi Laelatul Badriah, Lely Wahyuniar, Mamlukah Mamlukah. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia pada pekerja di PT. Hamsina Jaya MPGG. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Science Journal*. Vol 14 No 2
- Wijaya, I., K, K. R. N., & Haris, H. (2020). Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Towata Kabupaten Takalar. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 3(1), 5–11.