

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERNS AND FUNCTIONAL DYSPEPSIA SYNDROME IN FINAL-YEAR STUDENTS AT STIKES CATHOLIC ST. VINCENTIUS A PAULO SURABAYA

M. INDIRA VIDYA JANITA

202102002

Final-year students often experienced changes in eating patterns due to academic demands and tight schedules. Unhealthy eating habits, such as irregular meal times and consumption of spicy, acidic, caffeinated, carbonated, and low-nutrient foods, potentially triggered functional dyspepsia syndrome, characterized by epigastric pain, belching, early satiety, difficulty swallowing, nausea, and vomiting. Observations showed that 7 out of 10 students had unhealthy eating patterns and reported dyspeptic symptoms. This study aimed to examine the relationship between eating patterns and functional dyspepsia syndrome among final-year students. A correlational study with a cross-sectional approach was conducted involving 71 final-year students of STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya, selected through simple random sampling. Data were collected using the Eating Behavior Pattern Questionnaire (EBPQ) and the Leeds Dyspepsia Questionnaire (LDQ), and analyzed using the Spearman Rank test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that 52% of respondents had healthy eating patterns, while 32% experienced severe dyspeptic symptoms. The analysis indicated a strong, positive, and significant correlation between eating patterns and functional dyspepsia syndrome ($p = 0.000$; $r = +0.872$). Unhealthy eating patterns contributed to gastric dysfunction by increasing gastric acid secretion. Students were advised to maintain healthy eating habits to prevent functional dyspepsia.

Keywords: *Eating pattern, functional dyspepsia syndrome, student*

ABSTRAK

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN SINDROM DISPEPSIA FUNGSIONAL PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR STIKES KATOLIK ST. VINCENTIUS A PAULO SURABAYA

M. INDIRA VIDYA JANITA

202102002

Mahasiswa tingkat akhir sering mengalami perubahan pola makan akibat tuntutan akademik dan aktivitas perkuliahan yang padat. Pola makan yang tidak sehat, seperti makan tidak teratur, konsumsi makanan pedas, asam, berkafein, dan bersoda serta makanan rendah gizi, dapat memicu terjadinya sindrom dispepsia fungsional yang ditandai dengan gejala nyeri ulu hati, bersendawa, merasa cepat kenyang, kesulitan menelan, mual, dan muntah. Fenomena yang ditemukan menunjukkan bahwa 7 dari 10 mahasiswa memiliki pola makan tidak sehat dan mengalami gejala dispepsia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 71 mahasiswa tingkat akhir STIKES Katolik St. Vincentius A Paulo Surabaya yang dipilih secara *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Eating Behavior Pattern Questionnaire (EBPQ)* dan *Leeds Dyspepsia Questionnaire (LDQ)*. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil menunjukkan bahwa 52% responden memiliki pola makan sehat, dan 32% mengalami gejala dispepsia berat. Hasil uji diperoleh $p = 0,000$ dan $r = +0,872$, menunjukkan hubungan yang signifikan dan kuat dengan arah positif antara pola makan dan sindrom dispepsia fungsional. Pola makan tidak sehat berkontribusi terhadap gangguan fungsi lambung melalui peningkatan sekresi asam lambung. Oleh karena itu, mahasiswa dapat menerapkan pola makan yang sehat seperti makan 3x sehari dan tidak mengonsumsi makanan dan minuman iritatif supaya terhindar dari sindrom dispepsia fungsional

Kata Kunci: Pola makan, sindrom dispepsia fungsional, mahasiswa