JOURNAL OF EXCELLENT HEALTH ISSN 2775- 6610 (online)

Available online at https://ojs.stikesassyifa.ac.id/

HUBUNGAN FREKUENSI KONSUMSI MAKANAN PEDAS BERBAHAN CABAI DENGAN TINGKAT KEPARAHAN PASIEN DYSPESIA PADA DEWASA DI PUSKESMAS KECAMATAN PALMERAH

Naura Syahira Sugiarto[1], Yani Sriyani[2], Satriani[3]
[1,2,3]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan RSPAD Gatot Soebroto
E-mail: naurasyahira20@gmail.com

Abstract

Background: *Dyspepsia is a common digestive disorder in the community and is influenced by various factors, one of which is the consumption of spicy foods made with chili peppers. In the Palmerah District Community Health Center area, a relatively high habit of eating spicy food was observed, while the severity of dyspepsia varied among individuals. This indicates the need for research to determine the relationship between the frequency of spicy food consumption and the severity of dyspepsia in adults. Methods: This study used a quantitative analytical design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 87 respondents selected based on inclusion and exclusion criteria. The research instruments included the FFQ (Food Frequency Questionnaire) to assess the frequency of spicy food consumption and the NDI questionnaire to determine the severity of dyspepsia. Data were analyzed using the Chi-Square test. Results: The majority of respondents were categorized as frequently consuming spicy food, with 44 individuals (50.6%), while 43 individuals (49.4%) were categorized as infrequently consuming spicy food. Regarding dyspepsia severity, 45 respondents (51.7%) had mild dyspepsia, 34 respondents (39.1%) had moderate dyspepsia, and 8 respondents (9.2%) had severe dyspepsia. The Chi-Square test yielded a p-value of 0.003. Conclusion: There is a relationship between the frequency of consuming chili-based spicy foods and the severity of dyspepsia among adult patients at the Palmerah District Community Health Center.*

Keywords: *Chili Peppers, Consumption Frequency, Spicy Food, Dyspepsia Severity*

Abstrak: Dispepsia merupakan gangguan pencernaan yang sering terjadi pada masyarakat dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya konsumsi makanan pedas berbahan cabai. Di wilayah Puskesmas Kecamatan Palmerah ditemukan kebiasaan makan pedas yang cukup tinggi, sementara tingkat keparahan dispepsia bervariasi pada setiap individu. Hal ini menunjukkan perlunya penelitian untuk mengetahui hubungan antara frekuensi konsumsi makanan pedas dan tingkat keparahan dispepsia pada orang dewasa. Metode : Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Sampel berjumlah 87 responden yang dipilih melalui kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian meliputi *FFQ (Food Frequency Questionnaire)* untuk menilai frekuensi konsumsi pedas serta kuesioner *NDI* untuk menentukan tingkat keparahan dispepsia. Data dianalisis menggunakan *uji ChiSquare*. Hasil : Mayoritas responden termasuk kategori sering makan pedas yaitu 44 orang (50,6%), sedangkan 43 orang (49,4%) jarang. Tingkat keparahan dispepsia menunjukkan 45 responden (51,7%) mengalami dyspepsia ringan, 34 responden (39,1%) dyspepsia sedang, dan 8 responden (9,2%) dyspepsia

berat. Hasil uji Chi-Square memperoleh *p value* = 0,003. Kesimpulan : Terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi makanan pedas berbahan cabai dengan tingkat keparahan dispepsia pada pasien dewasa di Puskesmas Kecamatan Palmerah.

Kata kunci : *Cabai, Frekuensi Konsumsi, Makanan Pedas, Tingkat Keparahan Dyspepsia*.

PENDAHULUAN

Nutrisi berupa makanan serta minuman yang diterima tubuh dalam waktu tertentu disebut sebagai asupan. Untuk mempertahankan kesehatan dan memastikan kondisi tubuh berada pada tingkat yang baik, mendapatkan gizi yang adekuat dan seimbang merupakan hal yang krusial [1]. Namun, masih banyak masyarakat yang memiliki kebiasaan makan yang tidak sesuai kebutuhan tubuh, misalnya ketidakteraturan waktu makan yang meningkatkan risiko sindrom dispepsia hingga 20 kali lipat [2]. Dispepsia adalah gangguan sistem pencernaan yang ditandai oleh ketidaknyamanan di daerah ulu hati dan gejala lain yang berlangsung setidaknya satu bulan [3]. Tingkat keparahan dispepsia dipengaruhi oleh faktor pola makan, salah satunya konsumsi pangan dengan kandungan capsaicin yang dapat meningkatkan sekresi asam lambung dan memperberat gejala [4]. Di seluruh dunia, kejadian dispepsia

tahunan mencapai 13–40% dari populasi umum (WHO, 2015). Berdasarkan data Dinkes DKI Jakarta periode Januari–Juni 2025, di Puskesmas

Kecamatan Palmerah tercatat 716 kasus dispepsia dengan mayoritas merupakan pasien dewasa. Penelitian ini berusaha untuk menyelidiki keterkaitan antara seberapa sering seseorang mengonsumsi makanan pedas dan tingkat keparahan dispepsia pada orang dewasa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan potong lintang (crosssectional) untuk menganalisis hubungan frekuensi konsumsi makanan pedas berbahan cabai dengan tingkat keparahan dispepsia pada pasien dewasa. Populasi penelitian adalah seluruh pasien dispepsia dewasa di Poli Umum Puskesmas Kecamatan Palmerah Jakarta Barat periode Januari–Juni 2025, dengan sampel sebanyak 87 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Instrumen penelitian meliputi Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan Nepean Dyspepsia Index (NDI). Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $p \leq 0{,}10$.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia & Jenis Kelamin

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia	21- 40 Tahun	43	49,4 %
	41-60 Tahun	32	36,8 %
	> 60 Tahun	12	13,8 %
Jenis Kelamin	Laki-laki	10	11,5 %
	Perempuan	77	88,5 %

Berdasarkan hasil penelitian, dari total 87 responden, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (69,3%), sedangkan responden laki-laki sebesar 30,7%. Ditinjau dari kelompok usia, responden terbanyak berada pada rentang 21–40 tahun (49,4%), diikuti kelompok usia 41–60 tahun (36,8%), dan paling sedikit pada usia di atas 60 tahun (13,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Makan Pedas

Kebiasaan Makan Pedas	Frekuensi (f)	Persentase(%)
Jarang	43	49,4 %
Sering	44	50,6 %
Total	87	100 %

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa 50,6% (44 orang) responden sering mengonsumsi makanan pedas, sedangkan 49,4% (43 orang) jarang. Nilai median konsumsi pedas sebesar 4,03, dengan kategori jarang pada nilai < median dan sering pada nilai ≥ median. Untuk nilai median nya yakni 4,03.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Keparahan Dyspepsia

Tingkat Keparahan Dyspepsia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak ada Dyspepsia	0	0 %
Dyspepsia Ringan	45	51,7 %
Dyspepsia Sedang	34	39,1 %
Dyspepsia Berat	8	9,2 %
Dyspepsia Sangat Berat	0	0 %
Total	87	100 %

Berdasarkan tingkat keparahan dispepsia, sebagian besar responden mengalami dispepsia ringan sebesar 51,7% (45 orang), diikuti dispepsia sedang sebesar 39,1% (34 orang), dan dispepsia berat sebesar 9,2% (8 orang). Tidak terdapat responden dengan dispepsia sangat berat maupun tanpa dispepsia.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hubungan frekuensi Konsumsi Makanan Pedas Dengan Tingkat Keparahan Dyspepsia Pada Dewasa di Puskesmas Kecamatan Palmerah

Konsumsi Makanan Pedas	Tingkat Keparahan Dyspepsia						Total		*P* Value
	Dyspepsia Ringan		Dyspepsia Sedang		Dyspepsia Berat				
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Jarang	30	69,8	11	25,6	2	4,7	43	49,4	0,003
Sering	15	34,1	23	52,3	6	13,6	44	50,6	
Total	45	51,7	34	39,1	8	9,2	87	100	

Hasil analisis memperlihatkan bahwa nilai p-value sebesar 0,003 ($p < 0,10$; H_1 diterima), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan pedas dengan tingkat keparahan dyspepsia.

PEMBAHASAN

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia 21–40 tahun (49,4%), sedangkan proporsi terendah pada usia >60 tahun (13,8%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang melaporkan bahwa dispepsia paling banyak terjadi pada usia dewasa [6]. Penelitian Penelitian lain juga menyatakan bahwa dispepsia umumnya dialami individu usia 20–60 tahun akibat pola makan tidak teratur, stres, dan kebiasaan mengonsumsi makanan pedas [5]. Menurut peneliti, aktivitas padat dan gaya hidup kurang sehat pada usia dewasa awal meningkatkan risiko dispepsia. Mayoritas responden pada penelitian ini adalah perempuan (88,5%). Temuan penelitian ini mendukung hasil telaah terdahulu terkait perempuan lebih rentan mengalami dispepsia karena pengaruh hormonal terhadap fungsi lambung [7]. Selain itu, temuan serupa juga dilaporkan pada penelitian sebelumnya kejadian

dispepsia lebih banyak pada perempuan [8]. Menurut peneliti, faktor hormonal, stres, dan pola makan tidak teratur meningkatkan risiko dispepsia pada perempuan.

Pada tabel 2, sebagian responden masih sering mengonsumsi makanan pedas (50,6%). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan tingginya konsumsi makanan pedas pada penderita dispepsia [9]. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi makanan pedas umum ditemukan pada responden dengan dispepsia [10]. Menurut peneliti, kebiasaan dan preferensi rasa menyebabkan konsumsi pedas tetap tinggi meskipun berisiko.

Pada tabel 3, sebagian besar responden mengalami dispepsia ringan hingga sedang. Temuan ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan dominasi dispepsia berat [11]. Menurut peneliti, perbedaan ini dipengaruhi oleh karakteristik responden, pola makan, dan toleransi terhadap makanan pedas. Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang sering mengonsumsi makanan pedas lebih banyak mengalami dispepsia sedang hingga berat. Uji Chi-Square menunjukkan nilai p = 0,003 (p < 0,10), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan pedas dan tingkat keparahan dispepsia. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan adanya hubungan antara konsumsi makanan pedas dan dispepsia [12]. Penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang konsisten terkait konsumsi makanan pemicu asam lambung berperan dalam meningkatkan keparahan dispepsia [11] [13].

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 21–40 tahun dan berjenis kelamin perempuan, serta sebagian besar masih sering mengonsumsi makanan pedas. Tingkat keparahan dispepsia pada responden umumnya berada pada kategori ringan hingga sedang. Hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi konsumsi makanan pedas dan tingkat keparahan dispepsia (p = 0,004).

DAFTAR PUSTAKA

[1] S. Rejeki, R. F. Faradilla, I. Elvira, and N. Nadila, “Analisis asupan energi, karbohidrat, dan serat dari pangan pokok di wilayah non pertanian di Kota Baubau 2022,” *Jurnal Gizi Ilmiah*, vol. 11, no. 1, pp. 35–41, 2024, doi: 10.46233/jgi.v11i1.1193.

[2] A. F. S. Mappeabang, “Hubungan pola makan, keterlambatan makan, dan jenis makanan minuman iritatif dengan sindroma dispepsia fungsional pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2020,” 2023.

[3] E. K. Sari, F. R. Hardy, U. Q. Karima, and T. Y. R. Pristya, “Faktor risiko sindrom dispepsia pada remaja wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah tahun 2020,” 2021.

[4] W. Andriyanti, “Hubungan antara ansietas dengan kejadian sindrom dispepsia di IGD RSUD Tarakan Jakarta,” Universitas Binawan, Jakarta, 2021.

[5] N. M. Saad, Irwan, and Z. F. Ahmad,

"Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kejadian dispepsia pada pasien rawat jalan di Poli Puskesmas Bangkinang Kota," *SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu*, vol. 1, no. 1, pp. 60–71, 2024, doi: 10.31004/s-jkt.v1i1.12023.

[6] F. Giringan, E. S. D. Prihanto, and E. Ambar, "Karakteristik penderita dispepsia di instalasi rawat inap penyakit dalam Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Chasan Boesoirie," *Kieraha Medical Journal*, vol. 3, no. 1, pp. 21–27, 2021.

[7] Y. S. Kim and N. Kim, "Functional dyspepsia: A narrative review with a focus on sex-gender differences," *Journal of Neurogastroenterology and Motility*, vol. 26, no. 3, pp. 322–334, 2020.

[8] E. A. Wibawani, Y. Faturahman, and A. Purwanto, "Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia pada pasien rawat jalan poli penyakit dalam di RSUD Koja," *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, vol. 17, no. 1, pp. 257–266, 2021, doi: 10.37058/jkki.v17i1.3605.

[9] K. Amelia, "Factors associated with dyspepsia among final year university students," vol. 8, no. 1, pp. 1–8, 2023.

[10] A. C. Putra, L. B. F. Utama, F. Azmi, and I. K. A. Santosa, "The relationship between academic stress, irritating food and beverage consumption and dietary regularity to incidence of functional dyspepsia," *Biologi Tropis*, vol. 25, pp. 273–283, 2025, doi: 10.29303/jbt.v25i1.8425.

[11] S. Sukmayanti, J. M. Tebisi, and M. F. D. Masikki, "Hubungan gaya hidup dan tingkat stres dengan tingkat keparahan dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi," 2025.

[12] I. Wijaya, N. Hamdani, and H. Sari, "Hubungan gaya hidup dan pola makan terhadap kejadian sindrom dispepsia di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar," 2020.

[13] L. Lonah, M. D. A. S. Suryadi, A. Arieselia, Z. Sandy, V. K. Kurniawan, L. H. Setiawan, J. Surjono, and E. Edward, "Assessing the correlation between spicy food consumption and dyspepsia symptoms in medical and health students at Atma Jaya Catholic University of Indonesia," 2024.