

ABSTRAK

Dispepsi merupakan kumpulan dari gejala berupa nyeri atau rasa terbakar di epigastrium, rasa kembung, cepat merasa kenyang, perut terasa penuh bisa disertai mual. Ketidakteraturan pola makan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian sindroma dispepsia fungsional. DEPKES RI 2015 menyatakan bahwa dispepsia di Indonesia menempati urutan ke-15 dari 50 penyakit yang menyertai pasien rawat inap terbanyak. Sindroma Dispepsia masuk dalam 10 besar penyakit yang terdapat di Prov. Jawa Barat tepatnya di Kabupaten Bandung yang berada pada urutan Pertama pada Bulan Januari 2020 yaitu sebanyak 410 kasus. **Tujuan** : Untuk mengetahui hubungan antara keteraturan pola makan dengan kejadian dispepsia. **Metode** : Jenis penelitian menggunakan metode *Systematic Literature Review*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 244 jurnal yang didapatkan melalui situs *Google Scholar*, *Semantik Scholar* dan *Science Direct*, dengan sampel sebanyak 14 jurnal dengan rekomendasi kuat. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Evaluasi kelayakan data menggunakan *JBIC Critical Appraisal Checklist for Analytical Cross Sectional Studies*.

Hasil Penelitian (result) : Hasil penelitian dari 14 jurnal yang telah diuji, rata-rata terdapat hubungan atau keterkaitan antara pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional. **Analisa** : Penelitian ini menunjukkan bahwa yang termasuk kedalam faktor yang dapat memicu kejadian dispepsia adalah ketidakteraturan pola makan seperti jeda waktu makan yang lama, aktivitas yang padat atau jadwal yang tidak teratur, makanan yang tinggi akan lemak, memakan makanan yang pedas asam dan meminum minuman yang mengandung karbonisasi. **Kesimpulan & Saran** : Dapat disimpulkan bahwa terdapat keterkaitan antara pola makan dengan kejadian dispepsia fungsional pada remaja. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk melihat lebih jauh mengenai faktor risiko dispepsia seperti gaya hidup (aktivitas dan diet), menerapkan pola makan yang benar dan sehat, serta faktor social budaya dimana mereka hidup.

Keyword : keteraturan pola makan, dispepsia fungsional, remaja

Daftar Pustaka :

3 buku (2010-2020)

3 website (2010-2020)

14 jurnal (2010-2020)

ABSTRACT

*Dyspepsy is a collection of symptoms in the form of pain or burning sensation in the epigastrium, feeling of gas, feeling full quickly, feeling full stomach can be accompanied by nausea. Dietary irregularity is one of the factors that influence the incidence of functional dyspepsia syndrome. The 2015 Indonesian Ministry of Health stated that dyspepsia in Indonesia ranks 15th out of 50 diseases that accompany the most hospitalized patients. Dyspepsia syndrome is included in the top 10 diseases found in Prov. West Java, to be precise, in Bandung Regency, which is in the first place in January 2020, with a total of 410 cases. **Objective** : To determine the relationship between dietary regularity and the incidence of dyspepsia. **Methods**: This type of research uses the method Systematic Literature Review. The population in this study were 244 journals obtained through the Google websites Scholar, Semantic Scholar and Science Direct, with a sample of 14 journals with strong recommendations. The sample collection technique used purposive sampling. Evaluation of the feasibility of data using the JBI Critical Appraisal Checklist for Analytical Cross Sectional Studies.*

***Research results (result)** : The results of research from 14 journals that have been tested, on average there is a relationship or association between diet and the incidence of functional dyspepsia. **Analysis** : This study shows that factors that can trigger dyspepsia are dietary irregularities such as long eating breaks, busy activities or irregular schedules, foods that are high in fat, eating spicy and acidic foods and drinking healthy drinks. contains carbonization. **Conclusion & Suggestion**: It can be concluded that there is a relationship between diet and the incidence of functional dyspepsia in adolescents. Further research is needed to look further about the risk factors for dyspepsia such as lifestyle (activity and diet), adopting a correct and healthy diet, and socio-cultural factors in which they live.*

Keywords: dietary regularity, functional dyspepsia, teenagers

Bibliography :

3 books (2010-2020)

3 websites (2010-2020)

14 journals (2010-2020)