



**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN DAN MINUMAN
IRITATIF, KEBIASAAN SARAPAN PAGI, DAN TINGKAT
STRES DENGAN KEJADIAN SINDROM DISPEPSIA PADA
SISWA/I SMAS ISLAM TERPADU RAFLESIA DEPOK**

SKRIPSI

FATIMA AZZAHRA AGUSTIN

2010714101

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2024**



**HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN DAN MINUMAN
IRITATIF, KEBIASAAN SARAPAN PAGI, DAN TINGKAT
STRES DENGAN KEJADIAN SINDROM DISPEPSIA PADA
SISWA/I SMAS ISLAM TERPADU RAFLESIA DEPOK**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Gizi**

FATIMA AZZAHRA AGUSTIN

2010714101

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Fatima Azzahra Agustin

NRP : 2010714101

Tanggal : 25 Juni 2024

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 25 Juni 2024

Yang Menyatakan,



(Fatima Azzahra Agustin)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fatima Azzahra Agustin
NRP : 2010714101
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Konsumsi Makanan dan Minuman Iritatif, Kebiasaan Sarapan Pagi, dan Tingkat Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Siswa/I SMAS IT Rafflesia Depok

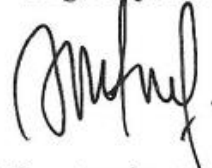
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 25 Juni 2024

Yang menyatakan,



(Fatima Azzahra Agustin)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Fatima Azzahra Agustin
NRP : 2010714101
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Konsumsi Makanan dan Minuman Iritatif,
Kebiasaan Sarapan Pagi, dan Tingkat Stres dengan
Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Siswa/I SMAS IT
Rafflesia Depok

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH
Ketua Penguji

Iin Fatmawati, S.Gz., MPH
Penguji I (Pembimbing)



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp Mat., PhD
Dekan FIKES UPN “Veteran” Jakarta

Dr. Nur Intania Sofianita, S.I Kom., MKM
Koor. Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 25 Juni 2024

HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN DAN MINUMAN IRRITATIF, KEBIASAAN SARAPAN PAGI, DAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN SINDROM DISPEPSIA PADA SISWA/I SMAS IT RAFLESIA DEPOK

Fatima Azzahra Agustin

Abstrak

Dispepsia memiliki kemungkinan dialami oleh remaja 8-17 tahun dengan prevalensi 39% pasien. Kondisi ini dapat mengurangi produktivitas remaja, dan dapat beresiko terhadap peningkatan kanker lambung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi makanan dan minuman iritatif, kebiasaan sarapan pagi, dan tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia. Penelitian dilakukan di SMAS Islam Terpadu Raflesia Depok menggunakan desain studi *cross-sectional* dari Maret 2024 hingga Juni 2024. Sampel penelitian terdiri dari 129 siswa kelas X dan XI, dipilih melalui metode *stratified random sampling*. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*. Sindrom dispepsia, kebiasaan sarapan pagi, dan tingkat stres diukur dengan menggunakan kuesioner *The Napean Dyspepsia Index*, frekuensi sarapan selama seminggu dan *Perceived Stress Scale* (PSS). Frekuensi konsumsi makanan dan minuman iritatif diukur melalui wawancara *Food Frequency Questionnaire*. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan kejadian sindrom dispepsia pada siswa SMA IT Raflesia Depok ($p\text{-value } 0,041 < 0,05$). Namun, konsumsi makanan dan minuman iritatif serta kebiasaan sarapan pagi tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan kejadian sindrom dispepsia, dengan $p\text{-value}$ masing-masing 0,770 dan 0,451 ($p\text{-value} > 0,05$). Remaja disarankan lebih peduli terhadap kondisi tubuh mereka, terutama kesehatan lambung, dengan menjaga pola makan yang sehat dan mengelola stres guna mengurangi risiko dispepsia.

Kata kunci : Dispepsia, kebiasaan sarapan pagi, konsumsi makanan dan minuman iritatif, remaja, dan tingkat stres

THE RELATIONSHIP BETWEEN IRRITATING FOOD AND DRINK CONSUMPTION, BREAKFAST HABITS, AND STRESS LEVELS WITH THE INCIDENCE OF DYSPEPSIA SYNDROME IN STUDENTS OF SMAS IT RAFLESIA DEPOK

Fatima Azzahra Agustin

Abstract

Dyspepsia is likely to affect adolescents aged 8-17 years, with a prevalence of 39%. This condition can reduce their productivity and increase the risk of gastric cancer. This study aims to determine the relationship between the consumption of irritating foods and drinks, breakfast habits, and stress levels with the incidence of dyspepsia syndrome. The research was conducted at Rafflesia Integrated Islamic High School Depok using a cross-sectional study design from March 2024 to June 2024. The research sample consisted of 129 students in grades X and XI, selected through the stratified random sampling method. Data analysis was carried out using the Chi-Square test. Dyspepsia syndrome, breakfast habits, and stress levels were measured using The Napean Dyspepsia Index questionnaire, the frequency of breakfast during the week, and the Perceived Stress Scale (PSS). The frequency of consumption of irritating foods and beverages was measured through the Food Frequency Questionnaire interview. The results of statistical analysis showed a significant relationship between stress levels and the incidence of dyspepsia syndrome in students of IT Rafflesia High School Depok (p -value $0.041 < 0.05$). However, the consumption of irritating foods and drinks and breakfast habits did not show a significant relationship with the incidence of dyspepsia syndrome, with p -values of 0.770 and 0.451 (p -value > 0.05). Adolescents are advised to maintain a healthy diet and manage stress to reduce the risk of dyspepsia.

Keyword : Dyspepsia, adolescents, stress levels, irritating food and drink consumption breakfast habits

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Konsumsi Makanan Dan Minuman Iritatif, Kebiasaan Sarapan Pagi, Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Siswa/I SMAS Islam Terpadu Rafflesia Depok”. Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, S.Ikom., MKM. selaku Kepala Program Studi Gizi Program Sarjana UPN “Veteran” Jakarta
2. Ibu In Fatmawati, S.Gz., MPH selaku dosen pembimbing, dan Dr. dr. Yessi Crosita Octaria, MIH selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing, memberikan masukan, dukungan, serta motivasi kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
3. Keluarga saya, Bapak Aap Arief Faturrahman (Alm) dan Ibu Pratiwi Lesmanawati, Bapak Kasdi Pirngadi dan Ibu Fenty Rohayati, serta Bapak Subekti, kaka dan adik saya, Dani dan Fanny serta seluruh keluarga besar yang senantiasa mendoakan, memberikan motivasi, kasih sayang, serta dukungan moril dan finansial.
4. Terima kasih juga untuk Nesa, Monic, Kirana, Zalfa, Syafila dan teman-teman lainnya yang telah memberikan doa dan semangat.

Semua dukungan ini menjadi motivasi tersendiri bagi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan guna perbaikan di masa mendatang.

Jakarta, 25 Juni 2024

Penulis,

Fatima Azzahra Agustin

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Remaja	7
II.2 Dispepsia	9
II.3 Faktor yang Berhubungan dengan Sindrom Dispepsia	14
II.4 Tabel Penelitian Terdahulu	26
II.5 Kerangka Teori	38
II.6 Kerangka Konsep	39
II.7 Hipotesis Penelitian	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
III.1 Lokasi dan Waktu Penelitian	40
III.2 Desain Penelitian	40
III.3 Populasi dan Sampel	40
III.4 Instrumen Penelitian	43
III.5 Metode Pengumpulan Data	45
III.6 Etika Penelitian	45
III.7 Definisi Operasional	47
III.8 Analisis Data	49
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	54
IV.2 Analisis Univariat	55
IV.3 Analisis Bivariat	61
IV.4 Keterbatasan Penelitian	66

BAB V PENUTUP	67
V.1 Kesimpulan.....	67
V.2 Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	69
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kriteria Diagnostik Dispesia Fungsional Menurut Roma IV.....	10
Tabel 2	Klasifikasi Dispepsia Fungsional Menurut Roma IV	10
Tabel 3	Perhitungan Besar Sampel	42
Tabel 4	Jumlah Sampel Menurut Tingkatan	43
Tabel 5	Definisi Operasional Variabel.....	47
Tabel 6	Uji Validitas Kuesioner Kebiasaan Sarapan Pagi.....	51
Tabel 7	Hasil Analisis Univariat Karakteristik Responden	55
Tabel 8	Hasil Analisis Univariat Variabel Penelitian	57
Tabel 9	Konsumsi Makanan Asam, Pedas, dan Tinggi Lemak	58
Tabel 10	Hasil Analisis Bivariat Variabel Penelitian.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	38
Gambar 2	Kerangka Konsep	39
Gambar 3	Metode Pengumpulan Data	45
Gambar 4	Lokasi Penelitian	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Etik Penelitian
Lampiran 2	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Pengambilan Data
Lampiran 4	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner
Lampiran 5	Penjelasan Setelah Persetujuan (PSP)
Lampiran 6	Lembar <i>Informed Consent</i>
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Dokumentasi Kegiatan
Lampiran 9	Hasil Uji Statistik
Lampiran 10	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 11	Hasil Turnitin