



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN DENGAN
KEJADIAN DISPEPSIA PADA REMAJA DI SMA SEJAHTERA 1
DEPOK**

SKRIPSI

ADELIA PUTRI FITRIANSYAH

1610711098

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
2020**



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN DENGAN
KEJADIAN DISPEPSIA PADA REMAJA DI SMA SEJAHTERA 1
DEPOK**

SKRIPSI

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

ADELIA PUTRI FITRIANSYAH

1610711098

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

2020

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Adelia Putri Fitriansyah

NRP : 1610711098

Tanggal : 7 Juli 2020

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

Jakarta, 7 Juli 2020



Yang Menyatakan,

Adelia Putri Fitriansyah

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Adelia Putri Fitriansyah

NIM : 1610711098

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Keperawatan 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 Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di SMA Sejahtera 1 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 : 7 Juli 2020

Yang menyatakan,



(Adelia Putri Fitriansyah)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Adelia Putri Fitriansyah

NIM : 1610711098

Program Studi : Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Judul Skripsi : "Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di SMA Sejahtera I Depok".

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Ns. Ritanti, M.Kep.,Sp.Kep.Kom

Penguji I



Ns. Evin Novianti, M.Kep.,Sp.Kep.J

Penguji II (Pembimbing II)



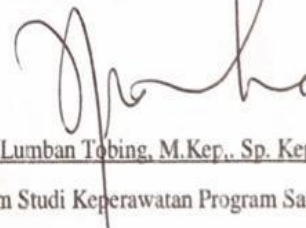
Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom

Penguji III (Pembimbing I)



Dr. Irig. Waluya Sufistiadi, MARS

Dekan FIKES UPNV



Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp. Kep.J

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Dilakukan di : Jakarta

Tanggal ujian : 07 Juli 2020

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN DISPEPSIA PADA REMAJA DI SMA SEJAHTERA 1 DEPOK

Adelia Putri Fitriansyah

Abstrak

Dispepsia merupakan salah satu masalah pencernaan yang terjadi di populasi remaja. Dispepsia terjadi akibat beberapa faktor pencetus, seperti stres yang dirasakan dan pola makan yang dimiliki. Dispepsia memiliki gejala seperti mual, muntah, mudah kenyang, sering bersendawa, nyeri perut, berat badan turun, sampai pendarahan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kejadian dispepsia pada remaja di SMA Sejahtera 1 Depok. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional* menggunakan *probability sampling* dan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini menggunakan analisa univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi serta rata-rata dan analisa bivariat menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia memiliki nilai *p-value* 0,000 yang menunjukkan ada hubungan, sedangkan antara pola makan dengan kejadian dispepsia memiliki nilai *p-value* 1,000 yang menunjukkan tidak ada hubungan. Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi bagi remaja agar menerapkan pola hidup sehat dengan meminimalisir terjadinya stres dan melakukan pola makan baik sesuai pedoman gizi seimbang sehingga terhindar dari kejadian dispepsia.

Kata Kunci: Dispepsia, Remaja, Pola Makan, Tingkat Stres

RELATIONSHIP OF LEVEL STRESS AND EATING PATTERNS WITH EVENTS OF DYSPEPSIA IN ADOLESCENTS IN SEJAHTERA 1 DEPOK HIGH SCHOOL

Adelia Putri Fitriansyah

Abstract

Dyspepsia is one of the digestive problems that occurs in the adolescent population. Dyspepsia occurs due to several trigger factors, such as stress and eating patterns. Dyspepsia has symptoms such as nausea, vomiting, satiety, frequent belching, abdominal pain, weight loss, to bleeding. The purpose of this study was to determine the relationship of stress levels and eating patterns with the incidence of dyspepsia in adolescents at SMA Sejahtera 1 Depok. The method used in this research is descriptive analytic with cross-sectional approach using probability sampling and simple random sampling techniques. This study uses univariate analysis to determine the frequency distribution and the average and bivariate analysis using the chi square test. The results of the study between the level of stress with the occurrence of dyspepsia have a p-value of 0,000 which indicates there is a relationship, while between eating patterns with the occurrence of dyspepsia have a p-value of 1,000 which indicates no relationship. The results of this study are expected to be a source of information for adolescents to implement healthy lifestyles by minimizing the occurrence of stress and eating well according to balanced nutrition guidelines so as to avoid the incidence of dyspepsia.

Keywords : Adolescent, Diet, Dyspepsia, Stress Level

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya serta memberikan kesehatan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok”. Dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari hambatan dan kesulitan, namun berkat bimbingan dan kerjasama penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada Dr.Erna Hernawati, Ak, CPMA, CA selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Dr.drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Wiwin Winarti, M.Epid, MN selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep.,Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep.,Sp.Kep.Kom dan Ns. Evin Novianti, M.Kep,Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan yang bermanfaat demi berjalannya penyusunan skripsi ini.

Disamping itu saya ingin mengucapkan terimakasih kepada ayah saya Ardiansyah, ibu saya Titin Novriza, adik saya Aditya Putra R, serta keluarga besar saya yang telah memberikan doa dan semangat. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada teman-teman Program Studi Keperawatan Program Sarjana angkatan 2016 terutama Anggryta, Miranti, Maya dan teman-teman lain seperti Refina, Difa, dan Isnia, serta teman dekat saya Wahyu yang telah membantu dan selalu memberikan dukungan serta semangat dalam penulisan skripsi ini.

Jakarta, Juli 2020

Penulis

Adelia Putri Fitriansyah

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	5
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1 Remaja.....	9
II.2 Dispepsia.....	14
II.3 Stres.....	20
II.4 Pola Makan	28
II.5 Kerangka Teori.....	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
III.1 Kerangka Konsep dan Variabel Penelitian	36
III.2 Hipotesis Penelitian.....	36
III.3 Definisi Operasional.....	37
III.4 Desain Penelitian.....	38
III.5 Populasi dan Sampel	39
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	44
III.7 Etika Penelitian	44
III.8 Instrumen Penelitian.....	46
III.9 Metode Pengumpulan Data.....	48
III.10 Pengelolaan Data dan Analisa Data	48
III.11 Uji Validitas dan Uji Reabilitas	49
III.12 Uji Reabilitas.....	53

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	59
IV.1 Gambaran Tempat Penelitian.....	58
IV.2 Analisa Data	60
IV.3 Keterbatasan Penelitian.....	78
BAB V PENUTUP.....	79
V.1 Kesimpulan	79
V.2 Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	82
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional.....	36
Tabel 2	Distribusi Perhitungan Sampel	41
Tabel 3	Reabilitas	54
Tabel 4	Analisa Univariat	56
Tabel 5	Analisa Bivariat	57
Tabel 6	Uji Normalitas Skewness	60
Tabel 7	Uji Normalitas Kurtosis	60
Tabel 8	Gambaran Karakteristik Remaja Berdasarkan Usia di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	61
Tabel 9	Gambaran Karakteristik Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	63
Tabel 10	Gambaran Tingkat Stres pada Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	64
Tabel 11	Gambaran Pola Makan pada Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	66
Tabel 12	Gmbaran Kejadian Dispepsia pada Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	68
Tabel 13	Analisa Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	71
Tabel 14	Analisa Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok Tahun 2020	74

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Konsep	33
Skema 2	Kerangka Teori.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Kartu Monitor
- Lampiran 2 Surat *Ethical Clearence*
- Lampiran 3 Surat Izin Validitas
- Lampiran 4 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 5 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 6 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 7 Hasil Uji Turnitin