

ABSTRAK

Narulita Anindya Wikaputri

HUBUNGAN KEJADIAN DISPEPSIA DAN TINGKAT STRES TERHADAP POLA MAKAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES SURABAYA

1x + 60 Halaman + 16 Tabel + 10 Lampiran

Dispepsia merupakan gangguan pada sistem pencernaan bagian atas yang sering dialami oleh mahasiswa. Stres berkepanjangan dapat memengaruhi pola makan dan memicu gangguan pencernaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kejadian dispepsia dan tingkat stres terhadap pola makan pada mahasiswa tingkat akhir Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya. Metode penelitian observasional analitik pendekatan *cross-sectional* dengan teknik *simple random sampling* 49 responden. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner yang mencakup gejala dispepsia, tingkat stres dan pola makan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 89,8% responden mengalami dispepsia, dan 71,4% berada pada tingkat stres sedang hingga berat. Sebanyak 89,8% responden memiliki pola makan yang kurang baik. Analisis *Chi-square* menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara kejadian dispepsia dengan pola makan ($p = 0,107$), namun terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan pola makan ($p = 0,017$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah stres berperan penting dalam memengaruhi pola makan mahasiswa, sementara dispepsia tidak secara signifikan terkait secara statistik dengan pola makan. Upaya peningkatan manajemen stres dan edukasi gizi seimbang diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mahasiswa.

Kata kunci: dispepsia, stres, pola makan, mahasiswa

Daftar bacaan: 6 buku dan 60 jurnal (1995-2025)

ABSTRACT

Narulita Anindya Wikaputri

HUBUNGAN KEJADIAN DISPEPSIA DAN TINGKAT STRES TERHADAP POLA MAKAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR JURUSAN GIZI POLTEKKES KEMENKES SURABAYA

1x + 60 Pages + 16 Tables + 10 Appendices

Dyspepsia is a disorder of the upper digestive system that is often experienced by students. Prolonged stress can affect eating patterns and trigger digestive disorders. This study aims to determine the relationship between the incidence of dyspepsia and stress levels on eating patterns in final-year students majoring in Nutrition at the Surabaya Ministry of Health Polytechnic. The method used was an observational analytical study using a cross-sectional approach with simple random sampling of 49 respondents. Data were collected through interviews using a questionnaire covering dyspepsia symptoms, stress levels, and eating patterns. The results showed that 89.8% of respondents experienced dyspepsia, and 71.4% were at a moderate to severe stress levels. 89.8% of respondents had poor eating patterns. Chi-square analysis showed no significant association between dyspepsia and eating patterns ($p = 0.107$), but there was a significant association between stress levels and eating patterns ($p = 0.017$). The conclusion of this study is that stress plays an important role in influencing students' eating patterns, while dyspepsia is not significantly related to eating patterns. Efforts to improve stress management and education on balanced nutrition are needed to improve the quality of life and health of students.

Keywords: dyspepsia, stress, eating patterns, students

References: 6 books and 60 journal articles (1995-2025)