



**UNIVERSITAS ANDALAS**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, STRES AKADEMIK, DAN POLA TIDUR  
DENGAN GEJALA GASTRITIS PADA MAHASISWI BARU  
ASRAMA PUTRI UNIVERSITAS ANDALAS  
TAHUN 2025**

**Oleh:**

**DINI SURYANI  
NIM. 2211222002**

**Dosen Pembimbing:**

**Ice Yolanda Puri, S.SiT, M.Kes, Ph.D**

**Dr. Denas Symond, MCN**

**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Gizi**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG, 2026**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi , Maret 2026**

**DINI SURYANI, NIM. 2211222002**

**HUBUNGAN POLA MAKAN, STRES AKADEMIK, DAN POLA TIDUR  
DENGAN GEJALA GASTRITIS PADA MAHASISWI BARU ASRAMA PUTRI  
UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2025**

xi + 96 halaman, 14 tabel, 3 gambar, 7 lampiran

**ABSTRAK**

**Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan, stres akademik, dan pola tidur dengan gejala gastritis pada mahasiswa baru asrama putri Universitas Andalas Tahun 2025.

**Metode**

Penelitian ini menggunakan desain studi *cross sectional* yang dilakukan di Asrama Putri Universitas Andalas pada bulan Januari-Februari 2026. Sampel dalam penelitian ini adalah 95 mahasiswa asrama putri yang diambil dengan teknik *proportional random sampling*. Data dikumpulkan dengan pengisian kuesioner melalui *g-form*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji chi-square.

**Hasil**

Hasil penelitian menunjukkan 52,6% mahasiswa asrama putri Universitas Andalas mengalami gejala gastritis, 52,6% dengan pola makan buruk, 51,6% mengalami stres akademik tinggi, dan 88,4% mahasiswa baru asrama putri memiliki pola tidur buruk. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan ( $p$ -value 0,085 dan stres akademik  $p$ -value 1,000) dengan gejala gastritis. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola tidur dengan gejala gastritis ( $p$ -value 0,006) pada mahasiswa baru asrama putri Universitas Andalas.

**Kesimpulan**

Pola tidur memiliki hubungan yang signifikan dengan gejala gastritis. Pola makan dan stres akademik tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan gejala gastritis pada mahasiswa baru asrama putri Universitas Andalas.

**Daftar Pustaka** : 87 (2006-2025)

**Kata Kunci** : Gejala gastritis, Pola makan, Stres akademik, Pola Tidur,  
Mahasiswa baru

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
ANDALAS UNIVERSITY**

**Undergraduate Thesis, March 2026**

**DINI SURYANI, NIM 2211222002**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DIETARY PATTERNS, ACADEMIC STRESS, AND SLEEP PATTERNS WITH GASTRITIS SYMPTOMS IN NEW FEMALE STUDENTS AT THE ANDALAS UNIVERSITY WOMEN'S DORMITORY IN 2025**

xi + 96 pages, 14 tables, 3 pictures, 7 appendices



**ABSTRACT**

**Objective**

This study aims to determine the relationship between diet, academic stress, and sleep patterns with gastritis symptoms in new female students at the University of Andalas in 2025.

**Method**

This study used a cross-sectional design conducted at the Andalas University Women's Dormitory in January-February 2026. The sample in this study consisted of 95 female dormitory students selected using proportional random sampling. Data were collected by filling out a questionnaire via g-form. Data were analyzed univariately and bivariate using the chi-square test.

**Result**

The results showed that 52.6% of female students at Andalas University experienced symptoms of gastritis, 52.6% had poor eating habits, 51.6% experienced high academic stress, and 88.4% of new female students had poor sleeping habits. There was no significant relationship between eating habits (p-value 0.085 and academic stress p-value 1.000) with gastritis symptoms. There was a significant relationship between sleep patterns and gastritis symptoms (p-value 0.006) to the new female students at the University of Andalas women's dormitory.

**Conclusion**

Sleep patterns have a significant relationship with gastritis symptoms. Diet and academic stress do not have a significant relationship with gastritis symptoms in new female students at the University of Andalas dormitory.

**References** : 87 (2006-2025)

**Keywords** : Gastritis symptoms, Diet, Academic stress, Sleep patterns,  
New female students