

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRES TERHADAP DERAJAT SINDROMA  
DISPEPSIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 3 PADANG



Nama Pembimbing :

Dr. dr. ARINA WIDYA MURNI, SpPD-KPsi, FINASIM

Dr. ELLY USMAN, Msi. Apt

FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG  
2021

# **CORRELATION BETWEEN DIETARY HABIT AND STRESS LEVELS ON THE DEGREE OF DYSPEPSIA SYNDROME IN ADOLESCENT GIRLS IN SMAN 3 PADANG**

by

Deani Paradila Sukirno

## **ABSTRACT**

*Dyspepsia is a complaint or a collection of symptoms (syndromes) consisting of epigastric pain, nausea, vomiting, bloating, fullness in the stomach, belching, regurgitation, and a burning sensation in the chest. Stress is one of the factors that influence the incidence of dyspepsia syndrome. Bad eating habits, irregular schedules, and in a hurry to finish food can be one of the causes of dyspepsia. The purpose of this research was to determine the relationship between dietary habit and stress levels on the degree of dyspepsia syndrome in adolescent girls at SMA N 3 Padang.*

*This research was an observational analytic study with a cross sectional design. Sampling was done by using total sampling technique. The population in this research were students of SMA N 3 Padang in the academic year 2020-2021 with a total sample of 85 people. The research instruments used were the NDI (The Napean Dyspepsia Index) questionnaire, the DASS 42 questionnaire, and the validated dietary questionnaire. Data were analyzed using chi square and fisher's exact test.*

*The results showed that respondents with dyspepsia syndrome had more mild dyspepsia syndrome, with a total of 73 people (85.9%). Respondents who experienced dyspepsia syndrome had more moderate-very severe stress levels with a total of 46 people (54.1%). 62 respondents who experience dyspepsia syndrome have more irregular eating patterns (72.9%). The results of statistical tests showed that there was no relationship between diet and the degree of dyspepsia syndrome ( $p = 0.167$ ) and there was no relationship between stress levels and the degree of dyspepsia syndrome ( $p = 0.286$ ).*

*The conclusion of this research is there is no significant relationship between dietary habit and stress levels on the degree of dyspepsia syndrome in young girls at SMA N 3 Padang.*

**Keywords :** *Dyspepsia syndrome, stress levels, dietary habit, adolescent girls.*

# HUBUNGAN POLA MAKAN DAN TINGKAT STRES TERHADAP DERAJAT SINDROMA DISPEPSIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 3 PADANG

oleh  
Deani Paradila Sukirno

## ABSTRAK

Dispepsia merupakan keluhan atau kumpulan gejala (sindrom) yang terdiri dari nyeri epigastrium, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa penuh diperut, sendawa, regurgitasi, dan rasa panas yang menjalar di dada. Stres merupakan salah satu faktor yang memengaruhi kejadian sindroma dispepsia. Kebiasaan makan yang buruk, jadwal yang tidak teratur, dan tergesa-gesa dalam menghabiskan makanan dapat menjadi salah satu penyebab terjadinya dispepsia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan tingkat stress terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang.

Penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMA N 3 Padang tahun ajaran 2020-2021 dengan jumlah sampel sebanyak 85 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner NDI (*The Napean Dyspepsia Index*), DASS 42, dan kuesioner pola makan yang telah divalidasi. Data dianalisis menggunakan *chi square* dan *fisher's exact test*.

Hasil penelitian menunjukkan pada responden penderita sindroma dispepsia lebih banyak mengalami sindroma dispepsia derajat ringan, dengan jumlah 73 orang (85,9%). Responden yang mengalami sindroma dispepsia lebih banyak mengalami tingkat stres sedang-sangat berat dengan jumlah 46 orang (54,1%). Responden yang mengalami sindroma dispepsia lebih banyak memiliki pola makan yang tidak teratur sebanyak 62 orang (72,9%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak ditemukan hubungan antara pola makan terhadap derajat sindroma dispepsia ( $p= 0,167$ ) dan tidak ditemukan hubungan antara tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia ( $p = 0,286$ ).

Pada penelitian ini disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dan tingkat stres terhadap derajat sindroma dispepsia pada remaja putri di SMA N 3 Padang.

Kata kunci : Sindroma Dispepsia, Tingkat Stres, Pola Makan, Remaja Putri.