

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES,  
KETIDAKTERATURAN MAKAN, DAN DIET  
IRITATIF DENGAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA  
PSPD FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**



**M. Aldi Fariski**

**04011282025098**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**

## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES, KETIDAKTERATURAN MAKAN, DAN DIET IRITATIF DENGAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA PSPD FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran pada UNIVERSITAS SRIWIJAYA



**M. Aldi Fariski**

**04011282025098**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2023**

## HALAMAN PENGESAHAN

# HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES, KETIDAKTERATURAN MAKAN, DAN DIET IRITATIF DENGAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA PSPD FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA

## LAPORAN AKHIR SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana  
Kedokteran pada UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Oleh:

**M. Aldi Fariski**  
**04011282025098**

Palembang, 11 Desember 2023

**Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya**

Pembimbing I

dr. Budi Santoso, M.Kes  
NIP. 198410162014041003

Pembimbing II

dr. Alfian Hasbi, Sp.Rad,(K)RI  
NIP. 1989060420140401001

Penguji I

Arwan Bin Laeto, S.Pd., M.Kes  
NIP. 198701292019031004

Penguji II

dr. Subandrate, M.Biomed  
NIP. 198405162012121006

Koordinator Program Studi  
Pendidikan Dokter

dr. Susilawati, M.Kes  
NIP 197802272010122001

Mengetahui  
Wakil Dekan I

Prof. Dr. dr. Irfannuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked  
NIP 197306131999031001



## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa laporan akhir skripsi dengan judul “Hubungan antara Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia pada Mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya” telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal Desember 2023.

Palembang, 11 Desember 2023

Tim Penguji Karya Ilmiah berupa Laporan Akhir Skripsi

Pembimbing I

dr. Budi Santoso, M.Kes  
NIP. 198410162014041003

Pembimbing II

dr. Alfian Hasbi, Sp.Rad.(KORI)  
NIP. 1989060420140401001

Penguji I

Arwan Bin Laeto, S.Pd., M.Kes  
NIP. 198701292019031004

Penguji II

dr. Subandrate, M.Biomed  
NIP. 198405162012121006

Koordinator Program Studi  
Pendidikan Dokter

dr. Susilawati, M.Kes  
NIP 197802272010122001

Mengetahui  
Wakil Dekan I

Prof. Dr. dr. Irfannuddin, Sp.KO., M.Pd.Ked  
NIP 197306131999031001



## HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Aldi Fariski

NIM : 04011282025098

Judul : Hubungan antara Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia pada Mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Menyatakan bahwa skripsi saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.



Palembang, 11 Desember 2023



M. Aldi Fariski

## ABSTRAK

### **Hubungan antara Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia pada Mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya**

(M. Aldi Fariski, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, 11 Desember 2023)

**Latar belakang:** Dispepsia merupakan kumpulan gejala heterogen pada perut bagian atas seperti rasa penuh *postprandial*, anoreksia, mual, muntah, perasaan kembung pada perut bagian atas, perasaan terbakar, dan regurgitasi. Prevalensi dispepsia diseluruh dunia berkisar 15-40% dari seluruh penduduknya. Stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif merupakan faktor risiko yang dapat menyebabkan dispepsia. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan antara tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

**Metode:** penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain studi *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia. Sampel yang memenuhi kriteria inklusi sebesar 262 mahasiswa sedangkan yang memenuhi kriteria eksklusi sebesar 45 mahasiswa. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner melalui *google form* yang kemudian dilakukan uji analisis dengan *SPSS* menggunakan uji *Chi-square*.

**Hasil:** Hasil analisis univariat didapatkan jumlah responden terbanyak adalah responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebesar 63,4%. Pada penelitian ini didapatkan 60,3% mahasiswa mengalami stres, 31,7% mahasiswa dengan pola makan tidak teratur, 11,5% mahasiswa dengan diet iritatif, dan 63,7% mahasiswa mengalami dispepsia. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan dispepsia ( $p=0,003$ ), tidak terdapat hubungan antara keteraturan makan dengan dispepsia ( $p=0,563$ ), dan tidak terdapat hubungan antara diet iritatif dengan dispepsia ( $p=0,245$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan dispepsia dan tidak terdapat hubungan antara ketidakteraturan makan dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

**Kata Kunci:** *Dispepsia, Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, Diet Iritatif*

## ABSTRACT

### **The Relationship of Stress Level, Eating Irregularity, and Irritative Diet with Dyspepsia in Sriwijaya University Medical Student**

(M. Aldi Fariski, Faculty of Medicine University of Sriwijaya, 11 Desember 2023)

**Background:** Dyspepsia is a heterogeneous collection of symptoms in the upper abdomen such as postprandial fullness, anorexia, nausea, vomiting, bloating in the upper abdomen, burning sensation, and regurgitation. The prevalence of dyspepsia worldwide ranges from 15-40% of the population. Stress, irregular eating, and irritating diet are risk factors that can cause dyspepsia. The aim of this study is to examine the relationship between stress levels, irregular eating, and irritating diet with dyspepsia in PSPD student of the Faculty of Medicine, Sriwijaya University.

**Method:** This study is an observational analytic study with a cross-sectional study design. It was conducted at the Faculty of Medicine, Sriwijaya University, Palembang, South Sumatra, Indonesia. The sample size meeting the inclusion criteria was 262 students, while 45 students were excluded based on the criteria. Data was collected using a questionnaire through Google Forms which was the analyzed using SPSS with a chi-square test.

**Results:** The results of the univariate analysis revealed that the highest of respondents was female, which was 63,4% of the total. In this study, 60,3% of students experienced stress, 31,7% of students with irregular eating patterns, 11,5% of students with irritative diets, and 63,7% of students experienced dyspepsia. The bivariate analysis results indicated a relationship between stress levels and dyspepsia ( $p=0.003$ ). However, there was no relationship between irregular eating patterns and dyspepsia ( $p=0.563$ ), nor between an irritating diet and dyspepsia ( $p=0.245$ ).

**Conclusion:** there is a relationship between stress levels and dyspepsia, while no relationship was found between irregular eating patterns and an irritating diet with dyspepsia among students in the PSPD of the Faculty of Medicine, Sriwijaya University.

**Keywords:** *Dyspepsia, Stress Levels, Irregular Eating, Irritating Diet*

## RINGKASAN

### HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES, KETIDAKTERATURA MAKAN, DAN DIET IRITATIF DENGAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA PSPD FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Karya tulis ilmiah berupa skripsi, 11 Desember 2023

M. Aldi Fariski dibimbing oleh dr. Budi Santoso, M.Kes dan dr. Alfian Hasbi, Sp.Rad.(K)RI.

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya  
xvii + 92 halaman, 9 tabel, 3 bagan, 9 lampiran

Dispepsia merupakan kumpulan gejala heterogen pada perut bagian atas seperti rasa penuh pada bagian postprandial, anoreksia, mual, muntah, perasaan kembung pada perut bagian atas, perasaan terbakar, dan regurgitasi. Prevalensi dispepsia diseluruh dunia berkisar 15-40% dari seluruh penduduknya. Stres, pola makan tidak teratur, dan diet iritatif merupakan faktor risiko yang dapat menyebabkan dispepsia. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan antara tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain studi *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia. Sampel yang memenuhi kriteria inklusi sebesar 262 mahasiswa sedangkan yang memenuhi kriteria eksklusi sebesar 45 mahasiswa. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner melalui *google form* yang kemudian dilakukan uji analisis dengan SPSS menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisis univariat didapatkan jumlah responden terbanyak adalah responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebesar 63,4%. Pada penelitian ini didapatkan 60,3% mahasiswa mengalami stres, 31,7% mahasiswa dengan pola makan tidak teratur, 11,5% mahasiswa dengan diet iritatif, dan 63,7% mahasiswa mengalami dispepsia. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan dispepsia ( $p=0,003$ ), tidak terdapat hubungan antara keteraturan makan dengan dispepsia ( $p=0,563$ ), dan tidak terdapat hubungan antara diet iritatif dengan dispepsia ( $p=0,245$ ). Disimpulkan Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan dispepsia dan tidak terdapat hubungan antara ketidakteraturan makan dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

**Kata Kunci.** Dispepsia, Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, Diet Iritatif



## SUMMARY

### THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL, EATING IRREGULARITY, AND IRRITATIVE DIET WITH DYSPEPSIA IN SRIWIJAYA UNIVERSITY MEDICAL STUDENT

Scientific Paper in the form of Undergraduate Thesis, December 11, 2023

M. Aldi Fariski supervised by dr. Budi Santoso, M.Kes and dr. Alfian Hasbi, Sp.Rad,(K)RI

Undergraduate program of medicine, Faculty of Medicine, Sriwijaya University  
xvii + 92 pages, 9 tables, 3 chart, 9 attachments

Dyspepsia is a heterogeneous collection of symptoms in the upper abdomen such as postprandial fullness, anorexia, nausea, vomiting, bloating in the upper abdomen, burning sensation, and regurgitation. The prevalence of dyspepsia worldwide ranges from 15-40% of the population. Stress, irregular eating, and irritating diet are risk factors that can cause dyspepsia. The aim of this study is to examine the relationship between stress levels, irregular eating, and irritating diet with dyspepsia in PSPD student of the Faculty of Medicine, Sriwijaya University. This study is an observational analytic study with a cross-sectional study design. It was conducted at the Faculty of Medicine, Sriwijaya University, Palembang, South Sumatra, Indonesia. The sample size meeting the inclusion criteria was 262 students, while 45 students were excluded based on the criteria. Data was collected using a questionnaire through google forms which was analyzed using SPSS with a chi-square test. The results of the univariate analysis revealed that the highest of respondents was female, which was 63,4% of the total. In this study, 60,3% of students experienced stress, 31,7% of students with irregular eating patterns, 11,5% of students with irritative diets, and 63,7% of students experienced dyspepsia. The bivariate analysis results indicated a relationship between stress levels and dyspepsia ( $p=0.003$ ). However, there was no relationship between irregular eating patterns and dyspepsia ( $p=0.563$ ), nor between an irritating diet and dyspepsia ( $p=0.245$ ). It was concluded from this study there is a relationship between stress levels and dyspepsia, while no relationship was found between irregular eating patterns and an irritating diet with dyspepsia among students in the PSPD of the Faculty of Medicine, Sriwijaya University.

**Keywords:** Dyspepsia, Stress Levels, Irregular Eating, Irritating Diet

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : M. Aldi Fariski

NIM : 04011282025098

Judul : Hubungan antara Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia pada Mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Memberikan izin kepada Pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Dalam kasus ini saya setuju untuk menempatkan Pembimbing sebagai penulis korespondensi (*Corresponding author*).

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, 11 Desember 2023



M. Aldi Fariski

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah SWT karena berkat Rahmat dan karunia-Nya, skripsi berjudul “Hubungan antara Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia pada Mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya” dapat diselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Budi Santoso, M.Kes dan dr. Alfian Hasbi, Sp.Rad,(K)RI, sebagai pembimbing I dan II yang telah memberikan tenaga, waktu, serta ilmu yang bermanfaat bagi penulis terkait penyusunan skripsi.
2. Bapak Arwan Bin Laeto, M.Kes dan dr. Subandrate, M.Biomed selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik, saran, dan masukan yang membangun sehingga kedepannya penulis menjadi lebih baik.
3. Kedua orang tua penulis yaitu Bapak Abdul Karim Fauzi dan Ibu Maryani yang selalu mendoakan, memberikan motivasi, dan dukungan agar penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi ini.
4. MSG, Yuhuu, dan PASKIB sebagai teman-teman terdekat penulis yang selalu bersedia membantu dan menyemangati penulis selama perkuliahan.

Penulis menyadari bahwa proposal yang telah dibuat masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis terbuka untuk kritik dan saran yang bersifat membangun terhadap proposal ini. Akhir kata, penulis ucapkan terima kasih dan semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak di masa mendatang.

Palembang, 11 Desember 2023



M. Aldi Fariski

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS.....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT.....	vi
RINGKASAN .....	vii
SUMMARY .....	viii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN .....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Hipotesis.....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.5.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1 Dispepsia .....	6
2.1.1 Definisi .....	6
2.1.2 Epidemiologi.....	7
2.1.3 Klasifikasi.....	8
2.1.4 Faktor Risiko .....	8
2.1.5 Patofisiologi.....	9

2.1.6	Diagnosis .....	11
2.1.7	Prognosis .....	12
2.2	Tingkat Stres.....	13
2.2.1	Definisi .....	13
2.2.2	Epidemiologi.....	13
2.2.3	Etiologi .....	14
2.2.4	Mekanisme.....	15
2.2.5	Gejala .....	16
2.2.6	Tahapan.....	16
2.2.7	Dampak.....	17
2.2.8	Pengukuran .....	18
2.3	Pola Makan.....	19
2.3.1	Frekuensi Makan .....	19
2.3.2	Diet Iritatif .....	20
2.4	Hubungan Tingkat Stres dengan Dispepsia.....	21
2.5	Hubungan Ketidakteraturan Makan dan Diet Iritatif dengan Dispepsia ....	22
2.6	Kerangka Teori.....	24
2.7	Kerangka Konsep .....	25
<b>BAB 3</b>	<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>26</b>
3.1	Jenis Penelitian .....	26
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	26
3.2.1	Waktu Penelitian.....	26
3.2.2	Lokasi Penelitian .....	26
3.3	Populasi dan Sampel .....	26
3.3.1	Populasi .....	26
3.3.2	Sampel .....	26
3.3.3	Minimal Sampel.....	26
3.3.4	Cara Pengambilan Sampel.....	28
3.3.5	Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	28
3.4	Variabel Penelitian .....	29
3.4.1	Variabel Bebas.....	29
3.4.2	Variabel Terikat.....	29

3.5 Definisi Operasional.....	30
3.6 Rencana Pengumpulan Data.....	33
3.7 Rencana Pengolahan dan Analisis Data .....	35
3.7.1 Pengolahan Data .....	35
3.7.2 Analisis Data.....	35
3.8 Alur Kerja Penelitian.....	36
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil.....	37
4.1.1 Analisis Univariat .....	38
4.1.2 Analisis Bivariat .....	40
4.2 Pembahasan .....	43
4.2.1 Analisis Univariat .....	43
4.2.2 Analisis Bivariat .....	47
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	51
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN .....	52
5.1 Kesimpulan.....	52
5.2 Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	54
LAMPIRAN.....	60
RIWAYAT HIDUP.....	92

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3. 1 Definisi operasional .....	30
Tabel 4. 1 Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya (n = 262 orang).....	38
Tabel 4. 2 Distribusi responden berdasarkan tingkat stres pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya .....	39
Tabel 4. 3 Distribusi responden berdasarkan perilaku pola makan pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya .....	39
Tabel 4. 4 Distribusi responden berdasarkan diet iritatif pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya .....	40
Tabel 4. 5 Distribusi responden dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya .....	40
Tabel 4. 6 Tabulasi silang dan hasil uji <i>Chi square</i> hubungan tingkat stres dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya ....	41
Tabel 4. 7 Tabulasi silang dan hasil uji <i>Chi square</i> hubungan ketidakteraturan makan dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya .....	42
Tabel 4. 8 Tabulasi silang dan hasil uji <i>Chi square</i> hubungan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya ....	43

## DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2. 1 Kerangka Teori Hubungan Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia. ....	24
Bagan 2. 2 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Stres, Ketidakteraturan Makan, dan Diet Iritatif dengan Dispepsia.....	25
Bagan 3. 1 Alur Kerja Penelitian .....	36



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Konsultasi.....	60
Lampiran 2 Lembar Penjelasan dan <i>Informed Consent</i> .....	61
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian.....	63
Lampiran 4 Hasil Ouput SPSS.....	72
Lampiran 5 Sertifikat Etik.....	78
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	79
Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian .....	80
Lampiran 8 Hasil Turnitin.....	81
Lampiran 9 Hasil Pengisian Kuesioner.....	82

## DAFTAR SINGKATAN

1. GI : *Gastrointestinal*
2. RI : Republik Indonesia
3. WHO : World Health Organization
4. FD : *Functional Dyspepsia*
5. GERD : *Gastro Esophageal Reflux Disease*
6. OAINS : Obat Anti-inflamasi non Steroid
7. Riskesdas : Riset Kesehatan Dasar
8. HPA : *Hypothalamic Pituitary Adrenal*
9. CRH : *Corticotropin Releasing Hormone*
10. DASS : *Depression Anxiety Stress Scale*
11. Kemenkes : Kementerian Kesehatan

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dispepsia adalah suatu gangguan gastrointestinal yang dapat mempengaruhi kehidupan dan aktivitas seseorang.<sup>1</sup> Dispepsia merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan keluhan atau kumpulan (sindrom) berupa perasaan tidak nyaman atau rasa sakit yang terletak pada bagian tubuh di daerah epigastrium. Selain itu, gejala seperti rasa penuh pada bagian *postprandial*, anoreksia, mual, muntah, perasaan kembung pada perut bagian atas, perasaan terbakar, dan regurgitasi juga merupakan gejala yang sering dijumpai pada dispepsia.<sup>2</sup> Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dispepsia merupakan kumpulan gejala heterogen pada perut bagian atas.

Pada praktik klinis sehari-hari masih terdapat banyak kasus dispepsia. Prevalensi dari dispepsia sangat bervariasi di seluruh dunia. Penderita dispepsia di seluruh dunia berkisar 15-40% dari seluruh penduduknya dan 25% populasinya mengalami enam kali gejala dispepsia per tahun. Di kawasan Asia, dispepsia ditemukan mencapai 8-30%.<sup>3</sup> Pada praktek klinik sehari-hari di Indonesia, dispepsia masih sering dijumpai. Sekitar 30% pasien dengan dispepsia mengunjungi dokter umum, sementara 60% lainnya berkonsultasi dengan dokter spesialis gastroenterologi.<sup>4,5</sup> Departemen Kesehatan RI 2015 menyebutkan bahwa kejadian dispepsia di Indonesia masih tergolong tinggi di beberapa kota besar di Indonesia seperti Jakarta mencapai 50%, Denpasar 46%, Bandung 32,5%, Aceh 31,7%, Pontianak 31,2%, Medan 9,6% dan termasuk Palembang yang mencapai 35,5%.<sup>6</sup> Prevalensi sindrom dispepsia pada mahasiswa masih tergolong tinggi. Dari beberapa penelitian sebelumnya dengan menggunakan desain *cross sectional* didapatkan rentang penderita dispepsia pada mahasiswa di Indonesia berkisar 16,86% sampai dengan 66,6%.<sup>7</sup>

Banyak hal yang dapat menyebabkan terjadinya dispepsia. Produksi asam lambung, kebiasaan makan dan pola diet, gaya hidup, serta tingkat stres yang tinggi merupakan beberapa contoh penyebab dari dispepsia.<sup>8</sup> Penelitian lain juga

menyebutkan bahwa faktor diet dan lingkungan, sekresi cairan asam lambung, fungsi motorik lambung, persepsi visceral lambung, psikologi, dan infeksi *Helicobacter pylori* merupakan penyebab dari terjadinya dispepsia.<sup>9</sup> Tak hanya itu, munculnya dispepsia bisa dipengaruhi oleh sejumlah faktor risiko seperti usia, jenis kelamin, pola makan yang tidak teratur, jeda dan frekuensi makan, kebiasaan sarapan, diet iritatif (makanan pedas dan asam, minuman beralkohol, kopi, dan soda), aktivitas fisik, merokok, diet, dan interaksi sosial.<sup>10</sup>

Kejadian dispepsia jika tidak ditangani akan mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Dispepsia dapat mengenai berbagai usia tak terkecuali mahasiswa. Rasa nyeri pada ulu hati dan perasaan mual akan mengganggu aktivitas sehari-hari.<sup>10</sup> Mahasiswa khususnya mahasiswa kedokteran jika terkena dispepsia akan sangat mempengaruhi aktivitas kegiatan belajar. Kegiatan belajar yang terganggu akan menyebabkan menurunnya prestasi belajar pada mahasiswa. Jika hal ini terus berlanjut akan menurunkan kualitas sumber daya manusia sebagai generasi penerus bangsa.<sup>10</sup>

Mahasiswa merupakan usia dimana seseorang mulai beranjak menuju dewasa. Pada tahap ini, stres sangat sering ditemui disebabkan oleh konflik yang terjadi pada diri sendiri maupun orang lain.<sup>11</sup> Banyaknya tugas dan padatnya jadwal pada masa perkuliahan juga turut menimbulkan stres pada mahasiswa. Stres yang ditimbulkan akan menyebabkan sistem saraf simpatis memperlambat aktivitas sistem pencernaan. Ketika seseorang mengalami stres, tubuhnya akan meningkatkan produksi asam lambung sebagai hasil dari proses pencernaan yang melambat.<sup>11</sup> Tingginya tingkat produksi asam lambung dapat mengakibatkan sejumlah gejala seperti nyeri, sensasi terbakar, atau ketidaknyamanan di bagian atas perut. Selain itu, juga dapat menyebabkan perasaan cepat kenyang dan penuh yang tidak nyaman setelah makan.<sup>11</sup>

Peningkatan partisipasi sosial dan kehidupan dapat mempengaruhi pola makan dari mahasiswa. Kegiatan dan aktivitas yang padat akan menyebabkan ketidakteraturan makan pada mahasiswa. Mahasiswa sering menunda atau bahkan sering lupa untuk makan disebabkan oleh kesibukan atas kegiatan perkuliahan.<sup>3</sup> Selain itu, gaya hidup juga berpengaruh terhadap perubahan pola

diet terhadap mahasiswa. Kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas, berminyak, asam dan manis, serta minuman bersoda, kopi, dan alkohol tidak jarang ditemui pada mahasiswa zaman sekarang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang pada tahun 2019 dengan melibatkan 60 mahasiswa sebagai responden, disimpulkan bahwa kejadian dispepsia memiliki kaitan dengan tingkat stres dan pola makan yang teratur. Orang yang mengalami stres memiliki kemungkinan sebesar 9,694 kali lebih tinggi untuk mengalami dispepsia. Sementara itu, individu dengan pola makan yang tidak teratur memiliki kemungkinan sebesar 16,428 kali lebih tinggi untuk mengalami dispepsia. Namun, konsumsi bahan pangan yang bersifat iritatif tidak menunjukkan keterkaitan yang signifikan dengan kejadian dispepsia.<sup>3</sup> Pada penelitian yang dilakukan di Madrasah Aliyah Al-Aziziyah Putri Kapek Gunungsari Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat, tidak ditemukan hubungan antara diet iritatif dan pola makan yang tidak teratur dengan sindrom dispepsia.<sup>5</sup> Adapun penelitian yang dilakukan pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Palmerah menemukan bahwa tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif berpengaruh terhadap kejadian dispepsia.<sup>10</sup>

Berdasarkan pemaparan di atas, terlihat bahwa masih ada perdebatan tentang hubungan antara dispepsia dan faktor risiko seperti tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif. Oleh karena itu, penulis ingin menyelidiki hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui distribusi tingkat stres pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Untuk mengetahui distribusi ketidakteraturan makan pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Untuk mengetahui distribusi diet iritatif pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Untuk mengetahui angka kejadian dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
5. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
6. Untuk mengetahui hubungan antara ketidakteraturan makan dan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
7. Untuk mengetahui hubungan antara diet iritatif dan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

### **1.4 Hipotesis**

Terdapat hubungan antara tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan

dispepsia pada mahasiswa PSPD Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

2. Penelitian ini dapat menjadi referensi dalam penelitian-penelitian terkait hubungan tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai informasi dan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi instansi terkait untuk membentuk kebijakan kesehatan.
2. Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi masyarakat, khususnya mahasiswa, terkait hubungan antara tingkat stres, ketidakteraturan makan, dan diet iritatif dengan dispepsia. Diharapkan hasilnya dapat menjadi upaya preventif bagi masyarakat, terutama mahasiswa, untuk mengelola tingkat stres dan menjaga pola makan yang sehat guna mencegah terjadinya dispepsia.
3. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi subjek yang mengalami dispepsia untuk melakukan pemeriksaan lanjutan dan pengobatan yang tepat ke dokter spesialis. Selain itu, informasi yang diberikan oleh peneliti terkait saran pola makan yang baik, diharapkan dapat membantu dalam pencegahan atau pengurangan gejala dispepsia.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Steinsvik EK, Valeur J, Hausken T, Gilja OH. Postprandial symptoms in patients with functional dyspepsia and irritable bowel syndrome: Relations to ultrasound measurements and psychological factors. *J Neurogastroenterol Motil.* 2020;26(1):96–105.
2. Marciano ND, Chehter EZ. The role of endoscopy in dyspeptic syndrome in children and adolescents. *Arq Gastroenterol.* 2022;59(2):257–62.
3. Rusmanto AD, Nindya Maharani F, Setiawan M, Arofah AN, Sakit R, Daerah U, et al. Analisis Faktor Stress, Keteraturan Pola Makan dan Konsumsi Bahan Pangan Iritatif Terhadap Kejadian Dyspepsia. Vol. 3, *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal.*
4. Nugroho R, Nurchayati S. Gambaran Karakteristik Pasien dengan Sindrom Dispepsia di Puskesmas Rumbai. Vol. 5, *JOM FKp.* 2018.
5. Khair U, Asmara IGY, Cholidah R. Hubungan Diet Iritatif dan Ketidakteraturan Makan dengan Sindrom Dispepsia pada Remaja Santri Madrasah Aliyah Al-Aziziyah Putri Kapek Gunungsari Lombok Barat Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran.* 2019;8(2):34–8.
6. Depkes RI. Profil Kesehatan Indonesia. 2015.
7. Putri VJP, Izhar DoddyM, Sitanggung HD. Hubungan antara Gaya Hidup dan Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Terpadu (JITKT).* 2022;2(1).
8. Melina A, Nababan D, Rohana T. Faktor Risiko Terjadinya Sindroma Dispepsia pada Pasien di Poli Klinik Penyakit Dalam RSUD dr. Pirngadi Medan Tahun 2019. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic.* 2023;3(1).
9. Rumaolat Wiwi, & CS. Faktor Risiko Kejadian Dispepsia di Wilayah Kerja Puskesmas Amahai. 2021.
10. Sari KE, Hardy FR, Karima UQ, Pristya TYR. Faktor Risiko Sindrom Dispepsia pada Remaja Wilayah Kerja. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan.* 2021;Vol .9, No. 3:431–46.
11. Sari Putri I. Stres dan Gejala Dispepsia Fungsional pada Remaja. Vol. 7, *Jurnal Keperawatan Jiwa.* 2019.



12. Madisch A, Andresen V, Enck P, Labenz J, Frieling T, Schemann M. The diagnosis and treatment of functional dyspepsia. *Dtsch Arztebl Int*. 2018 Mar 30;115(13):222–32.
13. Yamamoto Y, Furukawa S, Watanabe J, Kato A, Kusumoto K, Takeshita E, et al. Association Between Body Mass Index and Functional Dyspepsia in Young Japanese People. *J Neurogastroenterol Motil*. 2022 Apr 1;28(2):276–82.
14. Widya Murni A, Widya Murni Divisi Psikosomatik A. Kadar Kortisol Plasma pada Dispepsia Fungsional dengan Gangguan Psikosomatik Level of Plasma Cortisol in Functional Dyspepsia with Psychosomatic Disorder. Vol. 7, *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia* |. 2020.
15. Oh JH, Kwon JG, Jung HK, Tae CH, Song KH, Kang SJ, et al. Clinical practice guidelines for functional dyspepsia in Korea. Vol. 26, *Journal of Neurogastroenterology and Motility*. Korean Society of Neurogastroenterology and Motility; 2020. p. 29–50.
16. Miwa H, Nagahara A, Asakawa A, Arai M, Oshima T, Kasugai K, et al. Evidence-based clinical practice guidelines for functional dyspepsia 2021. Vol. 57, *Journal of Gastroenterology*. Springer Japan; 2022. p. 47–61.
17. Popa SL, Dumitrascu DI, Pop C, Surdea-Blaga T, Ismaiel A, Chiarioni G, et al. Exclusion Diets in Functional Dyspepsia. Vol. 14, *Nutrients*. MDPI; 2022.
18. Pittayanon R, Vilaichone RK, Rojborwonwitaya J, Treeprasertsuk S, Mairiang P, Chirnakorn S, et al. Thailand dyspepsia guidelines: 2018. Vol. 25, *Journal of Neurogastroenterology and Motility*. Korean Society of Neurogastroenterology and Motility; 2019. p. 15–26.
19. Sud R, Pebbili KK, Desai SA, Bhagat S, Rathod R, Mane A, et al. Dyspepsia - The Indian perspective: A cross sectional study on demographics and treatment patterns of Dyspepsia from across India (Power 1.0 study). *J Assoc Physicians India*. 2023 Apr 1;71(4):11–2.
20. Putri AN, Maria I, Mulyadi D. Hubungan Karakteristik Individu, Pola Makan, dan Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi Angkatan 2018. *Journal of Medical Studies*. 2022;Volume 2, Nomor 1.
21. Hu N, Wang K, Zhang L, Liu ZJ, Jin Z, Cui RL, et al. Epidemiological and clinical features of functional dyspepsia in a region with a high incidence of esophageal cancer in China. *Chin Med J (Engl)*. 2021 Jun 20;134(12):1422–30.

22. Talley NJ, Cook DR. Functional Dyspepsia. *Essential Medical Disorders of the Stomach and Small Intestine: A Clinical Casebook* [Internet]. 2020 Mar 3 [cited 2023 Jul 24];155–72. Available from: <http://europepmc.org/books/NBK554563>
23. Zakiyah W, Agustin AE, Fauziah A, Sa'diyah N, Mukti GI. Definisi, Penyebab, Klasifikasi, dan Terapi Sindrom Dispepsia. *Journal Health Sains*. 2021;2(7).
24. Nam Y, Kwon SC, Lee YJ, Jang EC, Ahn SH. Relationship between job stress and functional dyspepsia in display manufacturing sector workers: A cross-sectional study. *Ann Occup Environ Med*. 2018 Oct 19;30(1).
25. Muflih N. Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan Tahun 2019. *Indonesian Trust Health Journal*. 2020;volume 3(nomor 2).
26. Syahputra R, Siregar NP. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional pada Mahasiswa FK UISU Tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Ibnu Hafis*. 2021 Dec;10(2).
27. Simadibrata M, Dadang K, Murdaniabdullah M, Fahrialsyam A, Fauzi A, Renaldi K, et al. *Konsensus Nasional Penatalaksanaan Dispepsia dan Infeksi Helicobacter pylori* Editor. In 2014.
28. Purnamasari L. Faktor Risiko, Klasifikasi, dan Terapi Sindrom Dispepsia. *Continuing Medical Education*. 2017;44(12).
29. Aryahi F. *Stres Belajar Suatu Pendekatan dan Intervensi Konseling*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika; 2016.
30. Andriyani J. Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis [Internet]. Vol. 2. 2019. Available from: <http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih>
31. Badrianto YD. *Perilaku Organisasi*. Ningrum HF, editor. Bandung: CV. Media Sains Indonesia; 2021. 179–196 p.
32. Widayati RW, Syafitri N, Wiyani C. *Managemen Stress Sebagai Upaya Meminimalkan Resiko Bencana Sosial pada Siswa di SMP Negeri 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta*. 2019.
33. El-Azis KM, Rahayu PP. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stres Remaja pada Tahun Pertama di Pondok Pesantren Al-Munawwir Krapyak Yogyakarta*. Yogyakarta; 2017.
34. Putri SI, Widyatuti. Stres dan Gejala Dispepsia Fungsional pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 2019;7(2):203–14.

35. Aulia S, Panjaitan RU. Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Vol. 7, Jurnal Keperawatan Jiwa. 2019.
36. Ashari AN, Yuniati, Mukti IS. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dispepsia Fungsional pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. Jurnal Kesehatan Tambusai. 2021;2(2).
37. Kusumadewi S, Wahyuningsih H. Model Sistem Pendukung Keputusan Kelompok untuk Penilaian Gangguan Depresi, Kecemasan dan Stress Berdasarkan DASS-42. Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer (JTIK). 2020;7(2).
38. Bestari IP, Rizal F, Lubis SY. Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Dispepsia di RSUD Meuraxa Kota Banda Aceh [Internet]. Vol. 2, Februari. 2020. Available from: <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/kandidat>
39. Kadir S. Pola Makan dan Kejadian Hipertensi. Jambura Health and Sport Journal. 2019;1(2).
40. Fithriyana R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2018;Volume 2(Nomer 2).
41. Irfan W. Hubungan Pola Makan dan Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2019. [Jakarta]: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah; 2019.
42. Wibawani EA, Faturahman Y, Purwanto A. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dispepsia pada Pasien Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam di RSUD KOJA. Jurnal Kesehatan komunitas Indonesia. 2021 Mar;17(1).
43. roflin eddy, Liberty IA, Pariyana. Populasi, Sampel, Variabel dalam penelitian kedokteran. Nasrudin M, editor. 2021. 34 p.
44. Parawansa N. Hubungan Keteraturan Makan dan Diet Iritatif dengan Dispepsia pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya [Skripsi pada Jurusan Pendidikan Dokter Unsri yang tidak dipublikasikan]. 2020.
45. Octaviana , Elsi Lely Setiandari, Khairul A. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Upaya Keluarga Dalam Pencegahan Penyakit Dispepsia di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkatip Kabupaten Barito Selatan. Jurnal Langsung. 2018;5(1).
46. Gamayanti W, Mahardianisa M, Syaferi I. Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2018 Jun 30;5(1):115–30.

47. Muttaqin D, Ripa S. Psychometric properties of the Indonesian version of the Depression Anxiety Stress Scale: Factor structure, reliability, gender, and age measurement invariance. *Jurnal Penelitian Psikologi*. 2021;6(1).
48. Natu DL, Artawan IM, Trisno I, Rante SDT. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang. *Cendana Medical Journal*. 2022;23(1).
49. Syahputra R, Siregar NP. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional pada Mahasiswa FK UISU Tahun 2020. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*. 2021;10(1).
50. Welas Asih T, Zahro Romas M, Rohyati E, Studi Psikologi Umum P. Hubungan Antara Kesetaraan Gender Terhadap Sikap Memilih Jurusan pada Siswa SMA X di Kabupaten Klaten. *Jurnal Psikologi*. 2019;15(1):39–47.
51. Hamidah S, Karim A, Vanchapo AR. Hubungan antara Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Mahasiswa Stikes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022. *Jurnal Penelitian Keperawatan*. 2023 Aug;3(2).
52. Hediatty S, Herlambang, Shafira NNA. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa Kedokteran Berdasarkan Medical Student Stresor Questionnaire di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *JOMS*. 2022;2(2).
53. Maresa T, Salmiyati S. Hubungan Tingkat Stres dan Keteraturan Pola Makan dengan Terjadinya Dispepsia pada Usia Produktif di Puskesmas Depok III Sleman Yogyakarta. 2019.
54. Naziyah N, Hidayat R, Nugroho FR. Hubungan Perilaku Pola Makan Terhadap Kejadian Sindrome Dispepsia Pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2018 Universitas Nasional. *Malahayati Nursing Journal*. 2022 Jan 3;1(1):180–8.
55. Adam A, Mustamin, Zakaria, Mas'ud H, Nurkhairunnisa. Hubungan Faktor Stres, Keteraturan Makan dan Konsumsi Makanan atau Minuman Iritatif terhadap Kejadian Sindrom Dispepsia. *Media Gizi Pangan*. 2023;30(1).
56. Sesrianty V, Hamzah NA. Hubungan Pola Makan dan Makanan Iritatif dengan Kejadian Sindrom Dispepsia di Puskesmas X Kota Payakumbuh. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2022;3(2).
57. Putri VJP, Izhar MD, Sitanggung HD. Hubungan antara Gaya Hidup dan Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan Terpadu (JITKT)*. 2022;2(1).

58. Prasetyo AV, Yuliana, Karmaya INM, Wardana ING. Hubungan antara Pola Makan dan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dispepsia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Angkatan 2019. *Jurnal Medika Udayana (JMU)*. 2023;12(7).
59. Fikrinnisa R. Hubungan antara Ketidakteraturan Makan dan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Lemak dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Fungsional pada Remaja Putri di SMA Kota Yogyakarta. 2018;7(2).
60. Rilahayu, Bastian F, Salami. Hubungan Diet Iritatif dan Pola Makan dengan Sindrom Dispepsia pada Siswa SMA. *Jurnal Sains Riset [Internet]*. 2023;13(2):590. Available from: <http://journal.unigha.ac.id/index.php/JSR>
61. Kurniawan ME. Hubungan antara Pola Makan dengan Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Angkatan 2019-2021 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang [Skripsi pada Jurusan Pendidikan Dokter Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang tidak dipublikasikan]. [Malang]: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang; 2022.
62. Rahardianti I, Sartika L. Tampilan Pola Makan dan Karakteristik Mahasiswa Terhadap Gangguan Dispepsia. *Jurnal Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang*. 2023;13(1).