

HUBUNGAN POLA MAKAN, TINGKAT STRES AKADEMIK, DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN DISPEPSIA FUNGSIONAL PADA SISWI SMAN 3 BOGOR

SALMA DZAKIYYAH DARAJAT



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University

PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres Akademik, dan Status Gizi dengan Kejadian Dispepsia Fungsional pada Siswi SMAN 3 Bogor” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2024

Salma Dzakiyyah Darajat
I1401201026

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

SALMA DZAKIYYAH DARAJAT. Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres Akademik, dan Status Gizi dengan Kejadian Dispepsia Fungsional pada Siswi SMAN 3 Bogor. Dibimbing oleh ZURAIDAH NASUTION dan KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Dispepsia fungsional merupakan gejala umum saluran pencernaan bagian atas yang dapat mengganggu kualitas hidup seseorang. Remaja putri mengalami perkembangan biologis yang lebih cepat, cenderung lebih mengutamakan bentuk tubuhnya, lebih emosional dan lebih peka terhadap lingkungannya, cenderung lebih rentan mengalami pola makan yang tidak teratur, stres akademik, dan status gizi tidak normal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola makan, tingkat stres akademik dan status gizi dengan kejadian dispepsia fungsional pada siswi SMAN 3 Bogor. Desain penelitian menggunakan studi *cross sectional* dengan *purposive sampling*. Sebanyak 92 siswi kelas X dan XI yang berusia antara 15-17 tahun diambil menjadi subjek penelitian yang dilakukan pada bulan Mei 2024. Pengumpulan data primer dilakukan melalui instrumen kuesioner pola makan, kuesioner diagnosis dispepsia fungsional kriteria Roma IV, wawancara *Food Frequency Quesstionary* (FFQ) dan pengukuran antropometri yang dilakukan secara langsung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 23,9% subjek mengalami dispepsia fungsional. Hasil analisis uji korelasi antara pola makan (frekuensi, keteraturan dan jeda antar waktu makan utama, kebiasaan sarapan), jenis makanan dan minuman iritatif, status gizi dan tingkat stres akademik dengan dispepsia fungsional tidak memiliki hubungan yang signifikan ($p > 0,05$). Namun, terdapat hubungan signifikan antara uang saku ($p=0,005$; $r=0,280$) dengan kejadian dispepsia fungsional.

Kata kunci: dispepsia fungsional, pola makan, remaja putri, status gizi, tingkat stres akademik

ABSTRACT

SALMA DZAKIYYAH DARAJAT. Correlation Between Eating Patterns, Academic Stress Levels, and Nutritional Status with The Incidence of Functional Dyspepsia in Female Student of SMAN 3 Bogor. Supervised by ZURAIDAH NASUTION and KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI.

Functional dyspepsia is a common upper gastrointestinal symptom that can impair an individual's quality of life. Adolescent girls, who experience faster biological development, body image concerns, more emotional, and more sensitive to their surroundings, making them more vulnerable to irregular eating patterns, academic stress, and abnormal nutritional status. This study aims to analyze the relationship between eating patterns, academic stress level, and nutritional status with the incidence of functional dyspepsia among female students at SMAN 3 Bogor. Using a cross-sectional design with purposive sampling, the study involved 92 female students from grades X and XI, aged 15-17 years, conducted in May 2024. Primary data was collected using eating pattern questionnaires, functional

Keywords: academic stress levels, adolescent girls, eating patterns, functional dyspepsia, nutritional status

HUBUNGAN POLA MAKAN, TINGKAT STRES AKADEMIK, DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN DISPEPSIA FUNGSIONAL PADA SISWI SMAN 3 BOGOR

SALMA DZAKIYYAH DARAJAT

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Gizi pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres Akademik, dan Status Gizi
dengan Kejadian Dispepsia Fungsional pada Siswi SMAN 3 Bogor
Nama : Salma Dzakiyyah Darajat
NIM : I1401201026

@Hak cipta milik IPB University

Disetujui oleh

Pembimbing 1:

Dr. Zuraidah Nasution, S.T.P., M.Sc.

Pembimbing 2:

dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi.

Diketahui oleh

Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, SP., M.Si.
NIP. 197102011999032001

Tanggal Ujian:
06 Agustus 2024

Tanggal Lulus: 12 1 AUG 2024



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pola Makan, Tingkat Stres Akademik, dan Status Gizi dengan Kejadian Dispepsia Fungsional pada Siswi SMAN 3 Bogor”. Penulis sadar bahwa skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat dukungan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan terima kasih dan rasa hormat kepada:

1. Dr. Zuraidah Nasution, S.TP., M.Sc. selaku dosen pembimbing akademik dan pembimbing skripsi, serta dr. Karina Rahmadia Ekawidnyani, M.Gizi. selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan, arahan dan motivasi sejak awal penyusunan hingga terselesaikannya skripsi ini;
2. Muhammad Aries, S.P., M.Si. selaku dosen pemandu seminar dan penguji yang telah memberi ulasan dan saran untuk perbaikan skripsi ini;
3. Keluarga terkasih: Ujang Abdurrohman (Ayah); Ernawati Syafei (Ibu); Sofiah (Nenek); David Akbar (Kakak); dan Wildan Mukhtar (Kakak) atas do'a, kasih sayang, dan dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan karya ilmiah ini;
4. Maulida dan Kayla yang telah membantu dalam proses pengiriman berkas perizinan dan kaji etik penelitian
5. Teman-teman seperjuangan penulis Adin, Nabila, Nur, Alfina, Prina, Rasmah, Jehan dan Adhin yang telah banyak memberikan dukungan dan semangat dalam penyusunan skripsi.
6. Aning Rinawati, A.Md. dan Ogi Yustianugraha, A.Md. yang telah membantu dalam proses administrasi dan penyusunan skripsi ini;
7. Ibu Isma, Ibu Wiwin, dan para pengajar di SMAN 3 Bogor yang telah banyak berbagi ilmu dan memberikan bantuan selama penelitian berlangsung.
8. Siswi SMA Negeri 3 Bogor yang telah bersedia menjadi subjek penelitian
9. Teman-teman Gizi Masyarakat IPB Angkatan 57 yang tidak sempat disebutkan satu persatu, atas bantuan, saran, motivasi, dan dukungan selama penulis berkuliah dan melakukan penelitian.

Tulisan ini terbuka untuk segala kritik dan saran yang membangun. Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu, tetapi tidak dapat disebutkan satu persatu. Penulis berharap tulisan ini dapat membawa manfaat dan sumbangsih kepada khazanah ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2024

Salma Dzakiyyah Darajat



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
1.5 Hipotesis	3
II KERANGKA PEMIKIRAN	4
III METODE	6
3.1 Desain, Lokasi, dan Waktu	6
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan Subjek	6
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	7
3.4 Uji Validitas dan Reliabilitas	8
3.5 Pengolahan dan Analisis Data	11
3.6 Definisi Operasional	14
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	15
4.1 Dispepsia Fungsional	15
4.2 Karakteristik Subjek	17
4.3 Pola Makan	19
4.4 Frekuensi Jenis Makanan atau Minuman Iritatif	23
4.5 Status Gizi	29
4.6 Tingkat Stres Akademik	31
4.7 Faktor Risiko Lainnya dari Dispepsia Fungsional	32
V SIMPULAN DAN SARAN	34
5.1 Simpulan	34
5.2 Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN	45
RIWAYAT HIDUP	64