

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN POLA MAKAN DENGAN  
KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA DI SMP PERJUANGAN  
INFORMATIKA TERPADU DEPOK**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**MERRIN**

**204201516067**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NASIONAL**

**JAKARTA**

**2024**

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN POLA MAKAN DENGAN  
KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA DI SMP PERJUANGAN  
INFORMATIKA TERPADU DEPOK**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



**Oleh:**

**MERRIN**

**204201516067**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA**

**2024**

## SKRIPSI

# HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA DI SMP PERJUANGAN INFORMATIKA TERPADU DEPOK

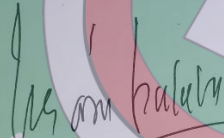
Oleh :

MERRIN

204201516067

Telah dipertahankan dihadapan penguji skripsi  
Program Studi Keperawatan  
Fakultas Kesehatan  
Universitas Nasional  
Pada tanggal, 15 Februari 2024

Pembimbing 1,



dr. Cholisah Suralaga, M.Kes.

Pembimbing 2,



Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



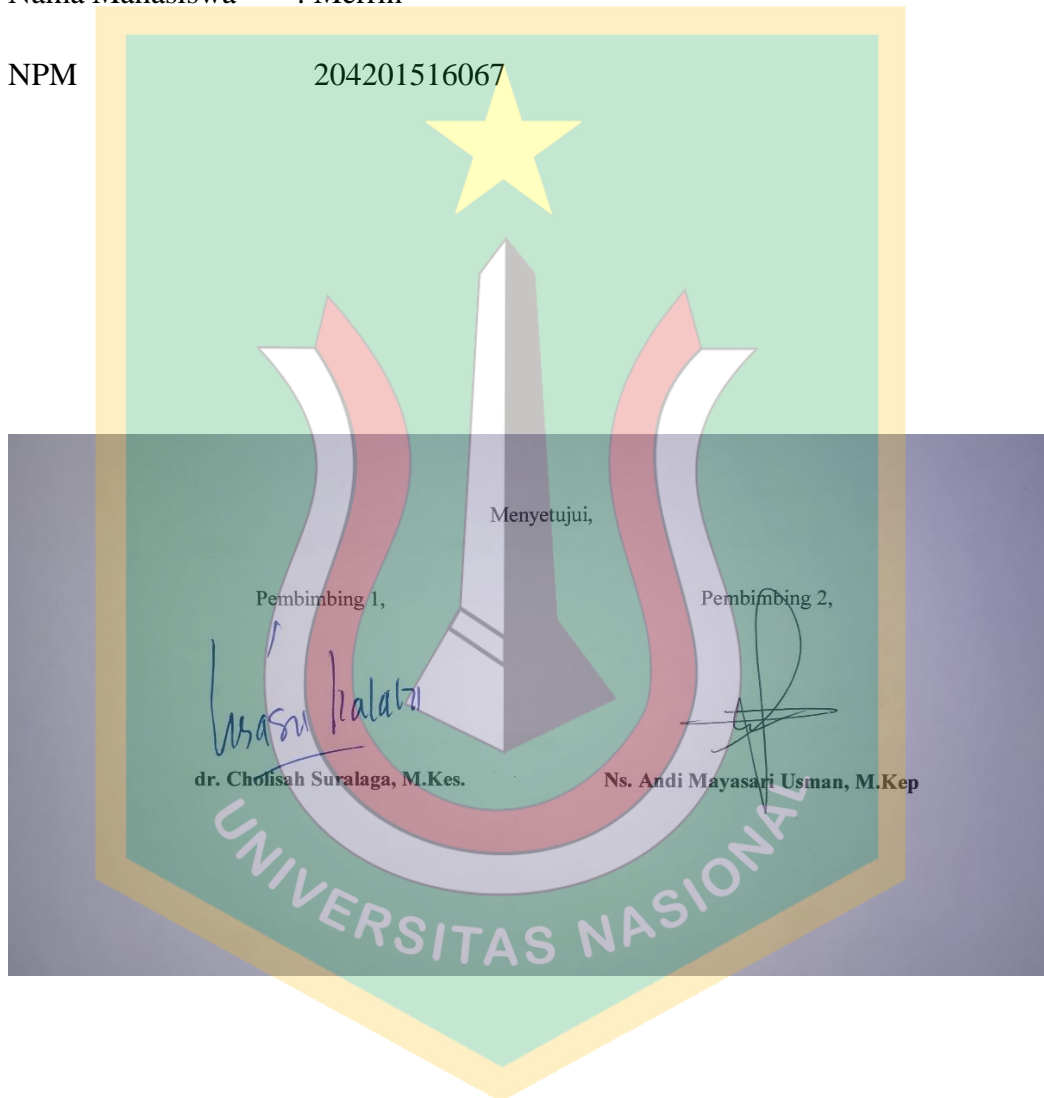
Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

## HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stress Dan Pola Makan Dengan  
Kejadian Gastritis Pada Remaja di SMP Perjuangan  
Informatika Terpadu Depok

Nama Mahasiswa : Merrin

NPM 204201516067

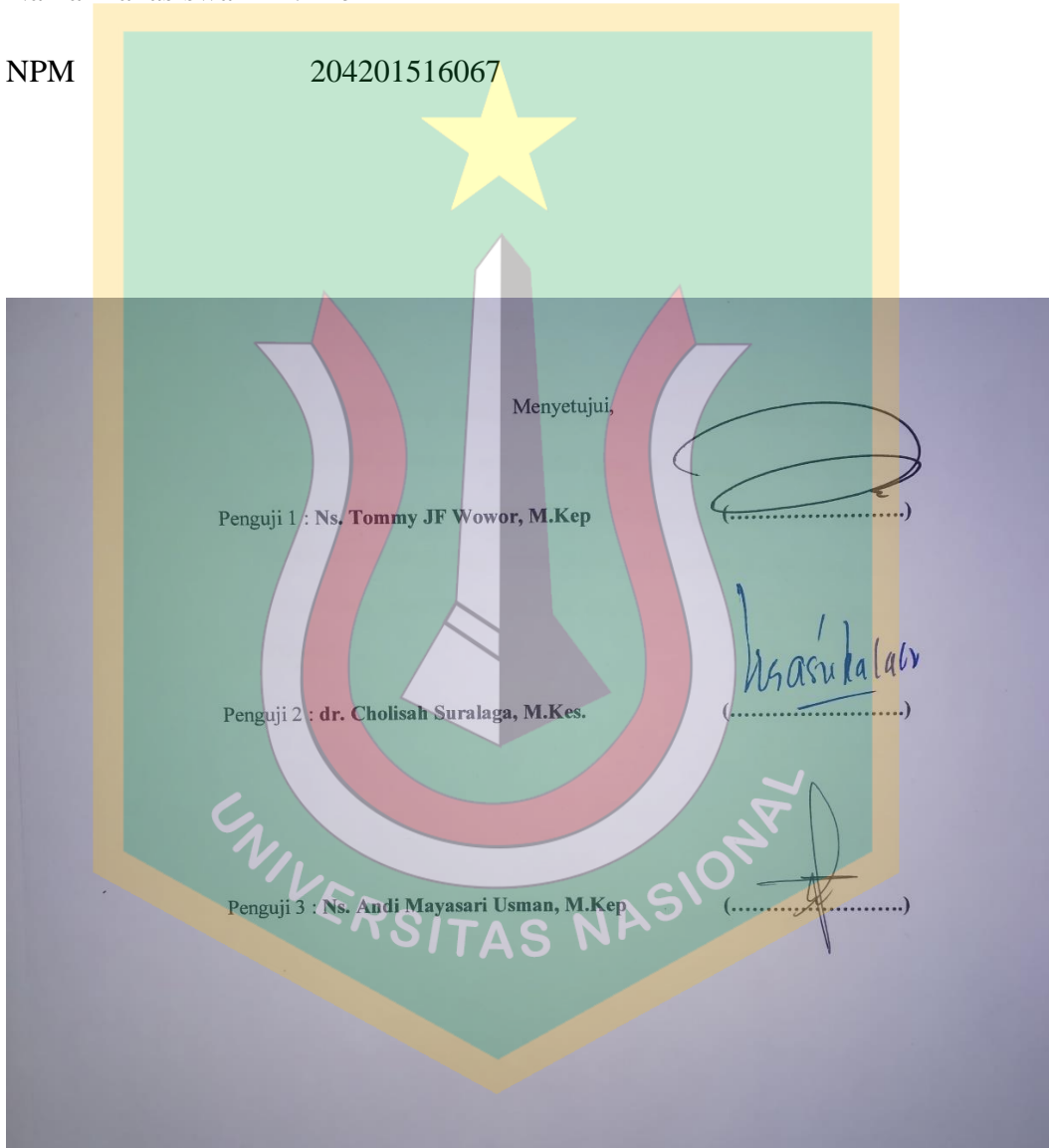


**HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI**

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stress Dan Pola Makan Dengan  
Kejadian Gastritis Pada Remaja di SMP Perjuangan  
Informatika Terpadu Depok

Nama Mahasiswa : Merrin

NPM 204201516067



## PERNYATAAN ORISINALITAS

### PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Merrin

NPM : 204201516067

Judul Penelitian : Hubungan Tingkat Stress Dan Pola Makan Dengan  
Kejadian Gastritis Pada Remaja di SMP Perjuangan  
Informatika Terpadu Depok

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau diperguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar Pustaka.

UNIVERSITAS NASIONAL

Jakarta, 15 Februari 2024



Merrin

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan dari segala hal yang telah memberi rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stress Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok”.

Penulis menyadari bahwa penulisan proposal penelitian ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya *Ridho Illahi*, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada beberapa pihak yang terkait :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy J. F. Wowor, S.Kep.,MM.
3. Ibu dr. Cholisah Suralaga, M.Kes., selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dorongan, saran, dan ilmu dalam proses pembuatan skripsi
4. Ibu Ns. Andi Mayasari Usman, M.Kep., selaku pembimbing 2 yang telah memberi masukan dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi saya.
5. Ibu Ns. Nita Sukamti, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
7. Kepada sekolah, guru, dan staf SMP Perjuangan Informatika Terpadu yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti melakukan penelitian
8. Kepada alm. Ari wandi dan Gouw Lie Tju selaku orang tua peneliti yang telah memberikan kesempatan dan meyakinkan peneliti untuk melanjutkan Pendidikan sarjana keperawatan.
9. Sudiro, David, Juven selaku kakak dan adik yang selalu mendukung peneliti.
10. Asty Meiana selaku sahabat yang selalu memberi motivasi dan dukungan bagi peneliti.
11. Amanda Sarah Putri, Salsabila Auliati, Chairunnisah, Sinta Prihatini, Rizqy Ananty Handaya, Nafa alfia Rahma, Selvi Indri Astuti, Siti Aisyah, Sikka Widya Ningrum, Syaharany Putri Alawiah selaku sahabat seperjuangan pada masa perkuliahan.

Akhirnya saya sebagai makhluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara teknik, format ataupun isi dari skripsi saya. Harapan saya semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

Jakarta, 15 Februari 2024



Merrin



## ABSTRAK

### HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA DI SMP PERJUANGAN INFORMATIKA TERPADU DEPOK

*Merrin, Cholisah Suralaga, Andi Mayasari Usman*

**Latar Belakang:** Gastritis dapat menyerang segala usia, namun pada kasus gastritis lebih sering terjadi pada remaja. Ini dikarenakan banyaknya aktivitas pada usia produktif ini membuat remaja kurang memperhatikan pola makan dan gaya hidup. Tercatat bahwa terdapat persentase kejadian gastritis di Indonesia adalah 40,8% dan mencapai prevalensi sebanyak 274.396 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk di Indonesia.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dan pola makan dengan kejadian gastritis pada remaja di SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok.

**Metodologi:** Desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasinya adalah remaja di SMP Perjuangan Informatika Terpadu. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan hasil hitung rumus slovin didapatkan 150 sampel dari 240 populasi. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner PSS-10 dan kuesioner pola makan dan gastritis dengan hasil uji validitas dan reliabilitas dengan nilai koefisiensi *cronbach's alpha* dengan nilai  $r = 0,863$  dan  $r = 0.928$ .

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi tingkat mayoritas stress sedang 96 (64%), pola makan tidak baik 84 (56%) dan gastritis 101 (67,3%). Hasil bivariat didapatkan ada hubungan antara Tingkat Stress (P Value = 0,002) dan pola makan (P Value = 0,000) dengan kejadian gastritis.

**Kesimpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan pola makan dengan kejadian gastritis.

**Saran:** Siswa diharapkan menjaga kesehatan dengan menjaga pola makan yang teratur di tengah kesibukan sekolah, dan manajemen stress dengan baik.

**Kata Kunci:** Gastritis, Pola Makan, Remaja, Tingkat Stress

**Kepustakaan:** 56 Pustaka (2011-2023)

## ABSTRACT

### RELATIONSHIP BETWEEN STRESSES LEVEL AND EATING PATTERN WITH GASTRITIS IN ADOLESCENTS AT PERJUANGAN INFORMATIKA TERPADU JUNIOR HIGH SCHOOL DEPOK

*Merrin, Cholisah Suralaga, Andi Mayasari Usman*

**Background:** Gastritis can affect all ages, but gastritis cases are more common in adolescents. This is because many activities at this productive age make teenagers pay less attention to diet and lifestyle. It is recorded that there is a percentage of gastritis incidence in Indonesia is 40.8% and reaches a prevalence of 274,396 cases out of 238,452,952 people in Indonesia.

**Aim:** determine the relationship between stress levels and diet with the incidence of gastritis in adolescents at SMP Perjuangan Informatika Terpadu Depok.

**Methods:** Correlational research design with cross sectional approach. The population was adolescents at SMP Perjuangan Informatika Terpadu. The sampling technique used simple random sampling with the results of calculating the slovin formula obtained 150 samples from 240 population. The instruments used were PSS-10 questionnaire and diet and gastritis questionnaire with validity and reliability test results with Cronbach's alpha coefficient value with  $r = 0.863$  and  $r = 0.928$ .

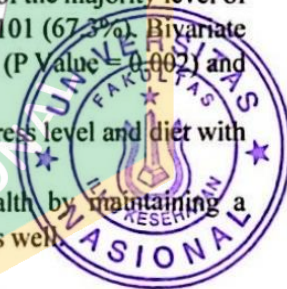
**Results:** The results showed that the frequency distribution of the majority level of moderate stress 96 (64%), poor diet 84 (56%) and gastritis 101 (67.3%). Bivariate results obtained there is a relationship between Stress Level (P Value = 0.002) and diet (P Value = 0.000) with the incidence of gastritis.

**Conclusion:** There was a significant association between stress level and diet with the incidence of gastritis.

**Recommendation:** Students are expected to maintain health by maintaining a regular diet in the midst of busy school, and managing stress well.

**Key words:** Gastritis, eating pattern, adolescent, stress level.

**Bibliography:** 56 references (2011-2023)



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1 Stress .....	7
2.1.1 Definisi Stress .....	7
2.1.2 Gejala Stress.....	7
2.1.3 Klasifikasi Stress .....	9
2.1.4 Dampak Stress.....	9
2.1.5 Tingkat Stress.....	11
2.2 Pola Makan.....	12
2.2.1 Definisi .....	12

2.2.2	Klasifikasi Pola Makan.....	13
2.2.3	Faktor Yang Mempengaruhi .....	14
2.3	Gastritis .....	16
2.3.1	Definisi Gastritis.....	16
2.3.2	Etiologi .....	16
2.3.3	Patofisiologi.....	17
2.3.4	Manifestasi Klinis.....	17
2.3.5	Klasifikasi.....	18
2.3.6	Faktor Resiko.....	19
2.3.7	Penatalaksanaan.....	22
2.3.8	Komplikasi .....	22
2.4	Kerangka Teori.....	24
2.5	Kerangka Konsep .....	25
2.6	Hipotesis Penelitian.....	25
<b>BAB III.</b>	<b>METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
3.1	Desain Penelitian.....	26
3.2	Populasi dan Sampel .....	26
3.2.1	Populasi .....	26
3.2.2	Sampel .....	26
3.3	Lokasi Penelitian .....	27
3.4	Waktu Penelitian .....	27
3.5	Variabel Penelitian .....	28
3.6	Definisi Operasional Penelitian.....	28
3.7	Instrumen Penelitian.....	30
3.7.1	Kuesioner Tingkat Stress.....	30
3.7.2	Kuesioner Pola Makan .....	30
3.7.3	Kuesioner Gastritis .....	31
3.8	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	31
3.9	Prosedur Pengumpulan Data .....	32
3.10	Analisis Data .....	33
3.10.1	Persiapan.....	33
3.10.2	Tabulasi .....	33

3.11 Etika Penelitian.....	34
3.11.1 Prinsip Manfaat ( <i>Beneficence</i> ) .....	34
3.11.2 Prinsip Menghormati Hak Responden.....	35
3.11.3 Prinsip Keadilan ( <i>justice</i> ) .....	35
<b>BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>36</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	36
4.1.1 Analisis Univariat.....	36
4.1.2 Analisis Bivariat .....	39
4.2 Pembahasan.....	41
4.2.1 Pembahasan Uji Univariat .....	41
4.2.2 Pembahasan Uji Bivariat .....	44
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	49
<b>BAB V. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
5.1 Simpulan.....	50
5.1 Saran.....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>57</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Definisi Operasional .....	28
4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia .....	36
4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin .....	37
4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stress .....	37
4.4 Distribusi Frekuensi Pola Makan .....	38
4.5 Distribusi Frekuensi Gastritis .....	38
4.6 Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Gastritis .....	39
4.7 Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis .....	40



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Teori .....	24
2.2 Kerangka Konsep .....	25



## DAFTAR SINGKATAN

<i>WHO</i>	: <i>World Health Organization</i>
Kemkes RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
NSAID	: <i>Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
OAINS	: Obat Anti Inflamasi NonSteroid
<i>PSS-10</i>	: <i>Preceived Stress Scale</i>





## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan SMP Perjuangan Informatika Terpadu
- Lampiran 4 Uji Kesamaan / Similaritas Naskah
- Lampiran 5 Lembar Informend Consent
- Lampiran 6 Instrumen Penelitian
- Lampiran 7 Master Tabel
- Lampiran 8 Hasil Output Analisis Data
- Lampiran 9 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 10 Biodata Penulis

