

Hubungan Gaya Hidup Dan Tingkat Stres Dengan Tingkat Keparahan Dispepsia Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi

Sukmayanti, Juwita Meldasari Tebisi, Maharani Farah Dhifa Dg.Masikki
Ilmu keperawatan, Universitas Widyia Nusantara
sukmayantipawening2@gmail.com

ABSTRAK

Dispepsia adalah istilah yang umum digunakan untuk sindrom atau kumpulan gejala yang dimanifestasikan oleh rasa sakit atau ketidak nyamanan di daerah xifoideus, atau sensasi terbakar, mual, muntah, bersendawa, rasa penuh, dan perut terasa penuh. Dispepsia dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti gaya hidup dan stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara gaya hidup dan stres terhadap tingkat keparahan dispepsia. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain analitik dan menggunakan pendekatan cross sectional, jumlah populasi penelitian ini adalah 145 responden yang mengalami dispepsia dalam 5 bulan terakhir. Dan jumlah sampel sebanyak 59 responden yang diambil dengan menggunakan teknik rumus slovin. Hasil penelitian terhadap 59 responden menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara gaya hidup dengan tingkat keparahan dispepsia dengan nilai statistik chi-square diperoleh nilai p-value = 0,001 dan terdapat hubungan antara stres dengan tingkat keparahan dispepsia dengan nilai statistik chi-square diperoleh nilai p-value = 0,004. Hal ini berarti secara statistik terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dan stres terhadap keparahan dispepsia. Terdapat hubungan antara gaya hidup dan stres terhadap derajat keparahan dispepsia di RSUD Tora Belo Kabupaten Sigi. Bagi pihak manajemen Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo, Kabupaten Sigi, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi petugas kesehatan untuk memberikan informasi mengenai pencegahan dispepsia dan cara mengelola stresor dengan baik. Diharapkan kepada seluruh responden untuk tetap menjaga pola hidup yang baik dan mampu mengelola stres dengan baik.

Kata kunci: Gaya Hidup, Stres, Dispepsia.

ABSTRACT

Dyspepsia is a commonly used term for a syndrome or collection of symptoms that manifested by pain or discomfort in xiphoid area, or a burning sensation, nausea, vomiting, belching, a sense of fullness, and a full stomach. Dyspepsia could be caused by several factors such as lifestyle and stress. The purpose of this study was to analyze the correlation between lifestyle and stress toward dyspepsia severity. The type of research is quantitative with an analytical design and used a cross-sectional approach, the total of population of this study were 145 respondents with dyspepsia experiences in the last 5 months. And total of sample was 59 respondents that taken by using the Slovin formula technique. The results of the 59 respondents showed that there is a correlation between lifestyle and dyspepsia severity by chi-square statistical value obtained p-value = 0.001 and there is a correlation between stress and dyspepsia severity by chi-square statistical value obtained p-value = 0.004. It means that statistically there is a significant correlation between lifestyle and stress toward dyspepsia severity. There is a correlation between lifestyle and stress toward dyspepsia severity in Tora Belo General Hospital, Sigi Regency. For the Tora Belo General Hospital management, Sigi Regency, the results of this study can be used as a reference for health workers to provide such of information about dyspepsia prevention and how to manage stressors properly. It is expected that all respondents should maintain a good lifestyle and be able to manage stress properly.

Keywords: Lifestyle, Stress, Dyspepsia.

1. PENDAHULUAN

Dispepsia merupakan istilah yang umum dipakai untuk suatu sindroma atau kumpulan gejala atau keluhan berupa nyeri atau rasa tidak nyaman pada ulu hati, atau rasa seperti sensasi terbakar, mual, dan kembung, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, dan perut terasa penuh/begah. Keluhan tersebut dapat secara bergantian dirasakan pasien dengan bervariasi baik dari segi jenis keluhan ataupun kualitas nyeri nya. Dispepsia diartikan sebagai rasa sakit atau ketidak nyamanan yang berpusat pada perut bagian atas ditandai dengan rasa panas atau sensasi seperti terbakar. Ketidak nyamanan tersebut dapat berkaitan dengan masalah organik pada saluran pencernaan bagian atas, seperti *gastroesophageal reflux disease* (GERD), gastritis, tukak peptik, gangguan kandung empedu (kolesistitis), atau patologi teridentifikasi lainnya (Elsi *et al.*, 2021).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), memprediksi pada tahun 2020 jumlah angka kematian penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 73% dan jumlah kesakitan menjadi 60% di dunia, dispepsia merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 50% dan 42%. Dispepsia merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang terjadi tidak hanya di Indonesia tetapi juga terjadi di dunia, kasus dispepsia di dunia mencapai 13-40% dari total populasi setiap tahun WHO (2020).

Menurut data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, dispepsia merupakan salah satu dari lima penyakit utama yang menyebabkan rawat inap di Rumah Sakit Medika Citra, dengan angka kejadian 18.807 kasus (39,8%) pada pria dan 60,2% pada Wanita. Penyakit dispepsia pada tahun 2022 terjadi sekitar 10 juta jiwa atau 6,5% dari total populasi penduduk dan Pada tahun 2023 penyakit dispepsia mengalami peningkatan dari 10 juta jiwa menjadi 28 jiwa setara dengan 11,3% dari keseluruhan penduduk di Indonesia Depkes RI (2021).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah mencatat jumlah penyakit dispepsia terdapat 9.591 kasus, di beberapa kabupaten diantaranya di Kab.Poso terdapat 541 kasus, Donggala sebanyak 350 kasus dispepsia, Palusebanyak 260 kasus dispepsia dan khususnya Kab.Sigi sebanyak 470 Dinkes Sulawesi Tengah (2023).

Berdasarkan data di Rumah Sakit Tora Belo mencatat peningkatan angka kejadian

penyakit dispepsia setiap tahunnya. Pada tahun 2022 jumlah penyakit dispepsia sebanyak 340 kasus, sementara di tahun 2023 penyakit dispepsia mengalami peningkatan sebanyak 377 kasus, kemudian di tahun 2024 pada bulan januari-mei data pasien dengan kasus dispepsia berjumlah 145 kasus.

Tingginya tingkat sindrom dispepsia seringkali di sebabkan oleh faktor gaya hidup adanya perubahan pada gaya hidup dan perubahan pada pola makan masih menjadi salah satu penyebab tersering terjadinya gangguan pencernaan, termasuk dispepsia. Pola makan yang tidak teratur dan gaya hidup yang cenderung mudah terbawa arus umumnya menjadi masalah yang timbul pada masyarakat, kecenderungan mengkonsumsi makanan cepat saji dan makanan instan, stres juga mengakibatkan seseorang menjadi murung untuk makan hal ini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Gaya hidup dan kebiasaan makan yang salah akan secara langsung dapat mempengaruhi organ-organ pencernaan dan menjadi pencetus penyakit pencernaan seperti dispepsia (Lestari dan Arbi, 2022).

Gaya hidup merupakan faktor penting timbulnya dispepsia pada seseorang. Gaya hidup dapat memicu terjadinya dispepsia hal ini dikarenakan gaya hidup menggambarkan pola perilaku sehari-hari yang mengarah pada upaya dalam menjaga kondisi fisik, mental dan sosial yang meliputi kebiasaan tidur, mengkonsumsi makanan yang tidak sehat, merokok dan meminum-minuman beralkohol. Gaya hidup juga disering dikaitkan dengan masalah seperti masalah pencernaan (Hidayat *et al.*, 2023).

Secara umum stres merupakan suatu kondisi dimana individu merespon terhadap perubahan dalam status keseimbangan normal. Stres dapat memiliki konsekuensi fisik, emosi, intelektual, sosial, dan spiritual. Secara fisik, stres dapat menimbulkan perasaan negatif atau non konstruktif terhadap diri sendiri, Banyak penyakit yang dikaitkan atau bisa di sebabkan oleh stress salah satu nya yaitu masalah pencernaan, stres bisa saja mempengaruhi masalah pencernaan hal ini di karenakan perubahan emosi dan menimbulkan perasaan yang tidak nyaman sehingga seseorang akan kehilangan nafsu makan hal ini yang dapat memicu terjadinya penyakit dispepsia, Stres yang berkepanjangan yang dialami oleh individu dapat mengakibatkan penurunan kemampuan untuk beradaptasi dan mengakibatkan hilangnya

nafsu makan dikarenakan stres. Kondisi tersebut dapat memicu timbulnya masalah-masalah kesehatan seperti dispepsia (Natu *et al.*, 2022).

Julia, *et al.*, (2022) dalam penelitian tentang Hubungan Gaya Hidup Dan Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Jambi. Menggunakan uji *chi-square*, menunjukkan bahwa dari 366 responden, sebanyak 197 atau sekitar 53,8% mengalami dispepsia. Selain itu, sebagian besar responden memiliki pola makan yang baik (50,8%), tidak merokok (95,9%), dan mengalami stres (74,6%), yaitu didapatkan nilai *p* sebesar 0,006 yang Dimana artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian n sindrom dispepsia.

Pada penelitian tentang Hubungan Pola Makan Dengan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, didapatkan 171 responden, 99 responden (85,3%) mahasiswa FK Undana mempunyai perilaku pola makan yang baik, dan 17 responden (14,7%) mahasiswa Fakultas Kedokteran Undana mempunyai perilaku pola makan yang kurang baik, 30 responden (25,9%) mahasiswa FK Undana jarang makan makanan iritatif dan tidak mengalami sindroma dispepsia dan yang mengalami sindroma dispepsia ringan, yakni 25 responden (21,6%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan, yang dibuktikan dengan nilai $p < 0,05$ (Putu dan Ananda, 2022). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Rumah Sakit Umum Tora Belo Peneliti melakukan wawancara dengan 5 orang pascin dispepsia didapatkan 3 orang mengatakan pola hidup yang kurang baik seperti, kebiasaan istirahat tidur, pola makan yang tidak teratur (makan 1 kali sehari, 2 kali sehari dengan waktu yang tidak menentu), sering mengkonsumsi minuman yang tinggi kafein seperti kopi dan teh, dan sering mengkonsumsi makanan yang cepat saji dan 2 diantaranya mengatakan mengalami stres dikarenakan tidak bisa beraktivitas seperti biasanya serta penyakit yang tak kunjung sembuh.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat kuantitatif, yaitu penelitian yang data-datanya berhubungan dengan angka-angka baik yang di peroleh dari pengukuran maupun dari nilai suatu data. Metode penelitian yang digunakan adalah survei analitik yaitu survei atau penelitian

yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah *cross sectional* dan *Retrospektif*. Pendekatan *cross sectional* adalah pengukuran yang hanya dilakukan sekali pada saat waktu yang sama yang telah ditentukan oleh peneliti dan melihat jika ada hubungan antara dua variable. Pendekatan *Retrospektif* adalah pendekatan berupa pengamatan peristiwa yang telah terjadi yang bertujuan untuk mencari faktor yang berhubungan dengan penyebab.

Variabel yang akan diteliti tentang hubungan gaya hidup dan stres dengan tingkat keparahan dispepsia pada pasien di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo.

Penelitian ini telah mendapat persetujuan Komite Etik Penelitian Fakultas Kesehatan Makasar pada tanggal 10 juli 2024 dengan nomor 1737/UN4.14.1/TP.01.02/2024.

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data univariat dan bivariat, analisis bivariat menggunakan Penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* dengan nilai kemaknaan 0,05 dan tingkat kepercayaan 95%.

3. HASIL

Berdasarkan hasil analisis univariat, karakteristik responden dilihat dari tabel berikut ini.

Tabel 1.1 Distribusi karakteristik pasien berdasarkan usia, Pendidikan, jenis kelamin dan pekerjaan. di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo tahun 2024 ($f = 59$)^a.

Karakteristik subjek	Frekuensi (f)	Persentase (%)
usia		
Remaja akhir (17-25 tahun)	1	1,7
Dewasa awal (26-35 tahun)	23	39,0
Dewasa akhir (36-45 tahun)	34	57,6
Lansia awal (46-55 tahun)	1	1,7
Pendidikan		
SD	25	42,4
SMP	22	37,3
SMA	4	6,8
Perguruan tinggi	8	13,6
Jenis kelamin		
Laki-laki	27	45,8
Perempuan	32	54,2
Pekerjaan		
Guru	6	10,2
Pegawai swasta	5	8,5
IRT	24	40,7
Petani	24	40,7

Berdasarkan tabel 1.1 menunjukkan bahwa dari 59 responden usia yang paling banyak adalah usia dewasa akhir (36-45 tahun) yakni berjumlah 34 responden (57,6%), dan usia yang paling sedikit adalah usia remaja akhir (17-25 tahun) berjumlah 1 responden (1,7%), dan lansia awal (46-55 tahun) berjumlah 1 responden (1,7%). Tingkat Pendidikan paling banyak adalah responden dengan Tingkat Pendidikan SD sebanyak 25 responden (42,4%), dan Tingkat Pendidikan paling sedikit yaitu responden dengan Pendidikan SMA sebanyak 4 responden (6,8%), jenis kelamin responden yang paling banyak adalah Perempuan yaitu 32 responden (54,2), sedangkan jenis kelamin laki-laki berjumlah 27 responden (45,8%) dan pekerjaan yang paling banyak adalah IRT dan Petani masing-masing 24 responden (40,7%). Sedangkan pekerjaan yang paling sedikit yaitu pegawai swasta sebanyak 5 responden (8,5%).

Tabel 1.2 Distribusi Gaya hidup responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Gaya hidup	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	26	44,1
Buruk	33	55,9

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan dari 59 responden yang memiliki gaya hidup baik sebanyak 26 responden (44,1%) dan yang memiliki gaya hidup buruk sebanyak 33 responden (55,9%).

Tabel 1.3 Distribusi Tingkat stres responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Stres	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sedang	17	28,8
Berat	42	71,2

Berdasarkan tabel 1.3 menunjukkan hasil tingkat pengetahuan responden tentang alkohol, mayoritas responden berada pada tingkat Pengetahuan kurang yang berjumlah 23 siswa dengan presentase 38,3%, serta yang paling sedikit adalah responden yang berada pada tingkat pengetahuan baik berjumlah 16 siswa dengan presentase 26,7%.

Tabel 1.4 Distribusi tingkat keparahan dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi

Dispepsia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Parah	36	61,0
Tidak parah	24	39,0

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 59 responden yang mengalami tingkat Dispepsia parah

sebanyak 36 responden (61,0%) dan yang mengalami sindrom dispepsia tidak parah sebanyak 23 responden (39,0%).

Tabel 1.5 Hubungan Gaya Hidup Dengan Tingkat Keparahannya Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi (f=59)^a

Gaya hidup	Tingkat Keparahannya Dispepsia				Total	P-value	
	Parah		Tidak Parah				
	f ^c	d%	f	%	f	%	
Baik	9	15,9	17	10,1	26	26,0	0,001 ^b
Buruk	27	20,1	6	12,9	33	33,0	

^aTotal sampel keseluruhan. ^bUji Chi-Square, signifikan bila p<0,05. ^cf= frekuensi. ^d%=persentase Sumber: Data primer 2024.

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 59 responden sebagian besar responden dengan Gaya hidup buruk yang mengalami tingkat keparahan Dispepsia parah berjumlah 27 responden (20,1%) dan mengalami tingkat kejadian dispepsia tidak parah berjumlah 6 responden (12,9%). Dan responden yang memiliki Gaya hidup baik yang mengalami tingkat keparahan Dispepsia parah berjumlah 9 responden (15,9%) dan Gaya hidup baik yang mengalami tingkat keparahan dispepsia tidak parah berjumlah 17 responden (10,1%). Hasil uji statistik Chi-Square yang diambil dari nilai continuity correction diperoleh p=0.001<0.05 yang berarti ada hubungan Gaya hidup dengan tingkat keparahan Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Tabel 1.6 Hubungan Stres Dengan Tingkat Keparahannya Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi (f=59)^a

Stres	Tingkat Keparahannya Dispepsia				Total	P-value	
	Parah		Tidak parah				
	f ^c	%	f ^c	%	f	%	
Sedang	5	10,	1	6,6	1	17,	0,00
g	4	2			7	0	
Berat	3	25,	1	16,	4	42,	4 ^b
	1	6	1	4	2	0	

Berdasarkan Tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 59 responden yang mengalami stres berat yang mengalami sindrom Dispepsia parah

berjumlah 31 responden (25,6%) dan yang mengalami sindrom dispepsia tidak parah 11 responden (16,4%). Sedangkan stres sedang yang mengalami sindrom dispepsia parah berjumlah 5 responden (10,4%) dan yang mengalami sindrom dispepsia tidak parah sebanyak 12 responden (6,6%). Hasil uji statistik *Chi-Square* yang diambil dari nilai *continuity correction* diperoleh $p=0.004<0.05$ yang berarti ada hubungan Stres dengan tingkat keparahan Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

4. PEMBAHASAN

Gaya Hidup Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Menurut asumsi peneliti sebagian besar responden memiliki gaya hidup buruk hal ini karena kebiasaan responden sebelum dirawat sebagian responden memiliki aktifitas yang padat sehingga mempengaruhi pola makan yang tidak teratur dan jenis makanan yang dikonsumsi seperti sering mengonsumsi makanan cepat saji, makanan berlemak dan pedas, selain itu pengamatan yang dilakukan selama proses penelitian terhadap Gaya hidup responden Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi juga banyak yang memiliki kebiasaan menunda waktu makan ketika sudah diantar makanan responden tidak segera makan tetapi menunggu sampai benar-benar responden berkeinginan untuk makan, makan makanan dalam porsi sedikit dan tidak dihabiskan, hal inilah yang dapat memperburuk keadaan penderita dispepsia. Dan hasil dari penelitian yang didapatkan selama penelitian juga mendapatkan hasil gaya hidup baik dari beberapa responden hal ini dapat dipengaruhi dari faktor makanan, dan kebiasaan merokok tak jarang dari mereka tidak memiliki kebiasaan merokok.

Asumsi penelitian diatas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wijaya *et al.*, (2020). Pada hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p value* 0,000 dimana nilai $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dan kebiasaan mengonsumsi makanan pedas dengan kejadian dispepsia. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Riau Angkatan 2014 dimana responden yang sering mengonsumsi makanan pedas lebih banyak berjumlah 91 orang (65,9%) di bandingkan dengan responden yang tidak mengonsumsi makanan pedas. Hasil penelitian

ini menunjukkan bahwa berdasarkan konsumsi makanan pedas responden, dari 58 responden yang mengonsumsi makanan pedas, terdapat 20 (25,3%) responden yang tidak menderita sindrom dispepsia, hal ini dikarenakan responden hanya mengonsumsi makanan pedas setiap makan siang saja dan dari 21 responden yang tidak mengonsumsi makanan pedas, terdapat 3 (3,8%) responden yang menderita sindrom dispepsia hal ini disebabkan oleh faktor lain seperti, ketidakaturan makan responden dan kebiasaan makan makanan cepat saji dan aktivitas yang padat.

Menurut teori Priansa, (2019). Gaya hidup yang baik yaitu gaya hidup sehat yang merupakan pilihan yang sangat tepat untuk dijalankan dalam kehidupan sehari-hari. Gaya hidup yang baik dengan pola makan yang teratur tidak menunda waktu makan, pikiran tenang tidak stres dan kebiasaan istirahat tidur yang baik dan menghindari makanan yang dapat menyebabkan masalah pada pencernaan misalnya makanan pedas dan berlemak hal ini dapat menghindarkan diri dari penyakit terlebih khusus masalah pada pencernaan. Sehat dalam arti kata mendasar adalah segala sesuatu atau hal yang dapat dilakukan dan memberikan efek atau hasil yang baik dan positif untuk diri kita.

Stres Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Berdasarkan hasil uji univariat menunjukkan hasil dari sikap responden, mayoritas sikap responden berada pada kategori cukup sebanyak 36 siswa dengan presentase 60,0% dan responden yang tingkatan sikap responden berada pada kategori kurang berjumlah 24 siswa dengan presentase 40,0%.

Menurut asumsi peneliti berdasarkan hasil dari kuesioner Stres, tingkat stres yang paling banyak terjadi yaitu stres berat hal ini dipengaruhi oleh banyaknya kegiatan dan aktivitas responden yang terlalu padat seperti melakukan banyak pekerjaan karena sebagian responden merupakan seorang kepala rumah tangga dan ibu rumah tangga sehingga responden merasa banyak tekanan misalnya responden merasa capek dengan beban yang dialami hal ini yang dapat membuat responden mengalami Stres berat karena selama dirawat mereka tidak bisa mengerjakan aktivitas mereka. Selain itu beberapa responden mengalami stres sedang hal ini diakibatkan karena responden merasa jenuh karena lamanya menjalani pengobatan yang mengharuskan mereka tetap berada di rumah sakit dan merasa jenuh karena

tidak bisa beraktivitas seperti sediakala. Dan faktor lain yang menyebabkan responden mengalami Stres, berdasarkan pengamatan peneliti selama melakukan penelitian, banyak responden yang mengalami stres akibat penyakit yang di deritanya tidak kunjung sembuh, dan merasa bosan meminum obat dan merasa bosan karna tidak bisa beraktivitas seperti sediakala hal ini menjadi salah satu penyebab timbul nya stres pada responden.

Asumsi peneliti diatas di dukung oleh Ashari *et al.*, (2021). Dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dispepsia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unuversitas Mulawarman. Memperoleh hasil *p value* 0,12 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, mahasiswa yang mengalami stres berat lebih besar peluangnya mengalami sindrom dispepsia yaitu sebanyak 32 orannng (51,5%) sedangkan mahasiswa dengan stres ringan-sedang yang mengalami sindrom dispepsia sebanyak 30 orang (48,4%). Hasil ini sesuai dengan teori Hans Selye yang mengatakan bahwa stres pada tingkat tahapan yang berkelanjutan akan berdampak kepada semakin besar peluang mengalami penurunan imun tubuh dalam mempertahankan kemampuannya untuk menghadapi stressor sehingga mempengaruhi kualitas dalam menjalankan aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa banyak mahasiswa mengalami stres yang diakibatkan oleh tuntutan akademik seperti mahasiswa harus mencapai target yang telah di tentukan oleh fakultas dan perubahan media pembekajaran, seperti memiliki target nilai yang harus di capainya tetapi responden belum mampu memenuhi target tersebut di karenakan banyak nya aktifitas yang padat dan banyak nya tekanan dari luar kampus. Maka dari tuntutan-tuntutan tersebut akan menimbulkan efek negatif dari stres atau biasa disebut *disstres* seperti kelelahan fisik atau mental, menurunnya daya tahan tubuh, dan terganggunya hubungan sosial individu yang pada akhirnya bisa berdampak pada gangguan system pencernaan sperti mengalami gangguan dispepsia yang di sebabkan oleh Stres. Stres memiliki efek negatif melalui mekanisme *neuroendoktrin* yaitu peningkatan hormon kortisol yang menyebabkan aktivitas sekresi lambung (*peptin* dan *HCL*) terhadap saluran

pencernaan sehingga beresiko mengalami gangguan pencernaan seperti Dispepsia.

Tingkat Keparahan Dispepsia Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi

Berdasarkan hasil analisis bivariat menyatakan bahwa menyatakan bahwa sikap responden dari 60 siswa memiliki kategori sikap cukup dan mengonsumsi alkohol sebesar 18 siswa dengan persentase 50,0%, serta responden dengan kategori sikap kurang dan mengonsumsi alkohol sebanyak 18 responden dengan persentase 75,0%. Sebagian responden yang berada pada kategori sikap cukup dan tidak mengonsumsi alkohol sebesar 18 responden dengan persentase 50,0% serta sebagian kecil responden pada kategori kurang dan tidak mengonsumsi alkohol berjumlah 6 siswa dengan persentase 25,0%.

Menurut asumsi peneliti berdasarkan data kuesioner menunjukkan bahwa responden mengalami sindrom Dispepsia parah lebih banyak di bandingkan responden yang mengalami sindrom Dispepsia tidak parah, dari hasil penelitian dan pengamatan hal ini di pengaruhi dengan beberapa faktor yaitu seperti sering menunda waktu makan, makan makanan pedas dan berlemak, kebiasaan meminum kopi, merokok dan sering mengonsumsi makanan cepat saji. pasien yang mengalami sindrom Dispepsia cenderung lebih banyak mengalami mual mutah, uluh hati terasa panas, sering bersendawa dan perasaan cemas. Sedangkan pada responden yang tidak memiliki sindrom dispepsia, berdasarkan penelitian dan pengamatan kebanyakan responden mengalami gejala ringan seperti mual dan perut terasa kembung.

Asumsi peneliti di dukung oleh penelitian yang di lakukan oleh Giringan dan Edwin., (2021). dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Pola Makan dengan kejadian Sindrom Dispepsia. Hasil uji *Chi-Square* pada tingkat kepercayaan 95% bahwa H_a di terima dan H_0 di tolak yang berarti ada hubungan Pola Makan dengan kejadian Sindrom Dispepsia di Rumah Sakit GMIM Panca Kasih Manado. Dengan nilai $p=0.017 < 0.005$. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi produksi asam lambung berlebihan, diantaranya beberapa zat kimia seperti zat yang terdapat pada rokok. Dan umumnya di pengaruhi oleh makanan dan minuman yang bersifat asam, makanan yang pedas serta makanan cepat saji yang banyak mengandung pengawet. Kondisi perut yang kosong berarti terjadi pengosongan pada

lambung. Pengosongan pada lambung ini dapat menyebabkan erosi pada lambung akibat gesekan antara dinding-dinding lambung, kondisi inilah yang dapat memicu peningkatan produksi asam pada lambung.

Asumsi diatas di dukung oleh teori Wibawani *et al*, (2021). menyatakan dispepsia biasa diawali dengan kebiasaan yang tidak baik seperti pola makan yang kurang baik misalnya menunda waktu makan atau tidak sarapan pagi yang seharusnya perut sudah terisi dengan makanan di pagi hari setelah perut kosong semalaman karena digunakan untuk istirahat tidur maka akan terjadi ketidak seimbangan system syaraf pusat yang di ikuti rasa gemetar, pusing dan cepat lelah. Kondisi inilah yang dapat memicu terjadinya dispepsia, hal ini di karenakan akibat perut kosong maka akan terjadi peningkatan sekresi asam lambung peningkatan sekresi asam lambung yang melampaui batas akan menyebabkan iritasi pada mukosa lambung sehingga timbul sindrom dispepsia.

Hubungan Gaya Hidup Dengan Tingkat Keparahan Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Bahwa dari 59 responden sebagian besar responden dengan Gaya hidup buruk yang mengalami sindrom Dispepsia parah berjumlah 27 responden (20,1%) dan mengalami sindrom dispepsia tidak parah berjumlah 6 responden (12,9%). Dan dari 26 responden yang memiliki Gaya hidup baik yang mengalami sindrom Dispepsia parah berjumlah 9 responden (15,9%) dan Gaya hidup baik yang mengalami sindrom dispepsia tidak parah berjumlah 17 responden (10,1%). Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square gaya hidup di peroleh nilai $p= 0,001 < p=0,05$. Yang berarti ada Hubungan Gaya Hidup Dengan Tingkat Keparahan Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian besar responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi. Memiliki gaya hidup yang berbeda-beda dengan tingkat keparahan sindrom Dispepsia. Peneliti berasumsi penyebab dari terjadinya gaya hidup buruk dengan tingkat keparahan dispepsia yaitu dikarenakan pola hidup pasien yang tidak baik sebelum di rawat dan selama dirawat, seperti kurangnya aktivitas olahraga, sering menunda waktu makan, sering mengkonsumsi makanan yang pedas dan berlemak, sering minum minuman yang mengandung kafein, kebiasaan

merokok dan pola istirahat tidur yang kurang baik kebiasaan tersebut merupakan kebiasaan yang dilakukan pasien sebelum dirawat. Selain itu beberapa faktor yang menyebabkan gaya hidup yang buruk setelah dirawat yaitu dikarenakan responden memiliki perasaan cemas yang berlebih karena penyakit yang di deritanya tidak kunjung sembuh, lamanya pengobatan yang membuat responden merasa jenuh, merasa cemas dan sering mudah emosi dan berkurangnya nafsu makan, seperti responden tidak menghabiskan porsi makan dalam jumlah kecil selama dirawat. Beberapa faktor tersebut yang menjadi penyebab dari timbulnya stres dan gaya hidup yang buruk pada responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo kabupaten Sigi.

Asumsi peeneliti diatas di dukung oleh penelitian yang di lakukan oleh Sequera *et al.*, (2021). Dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Gaya Hidup Dengan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. Dalam penelitian ini berdasarkan uji statistik menggunakan uji *spearman's rank correlation* diperoleh hasil bahwa nilai nilai tingkat signifikan $p=0,00$ atau $p<0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dan sindrom dipepsia pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana ($p=0,000$ atau $p<0,05$), dengan nilai $r=0,482$ menunjukkan korelasi yang cukup kuat kearah positif sehingga dari hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Cendana semakin buruk gaya hidup seseorang maka akan rentan mengalami sindrom dispepsia begitupun sebaliknya. Yang tidak memiliki gaya hidup buruk makan tidak mengalami sindrom dispepsia.

Asumsi diatas di dukung oleh penelitian yang di lakukan oleh Lestari dan Arbi, (2022). Dalam penelitiannya menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pola hidup dengan kejadian dipepsia pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lhoong Kabupaten Aceh Besar tahun 2022. Pola hidup responden dapat di pengaruhi oleh bebrapa faktor diantaranya nya faktor ekonomi, lingkungan, aktivitas fisisk, pola makan dan kebiasaan merokok dengan demikian di peroleh hasil yang signifikan responden yang mengalami sindrom Dispepsia sebesar 93,5% (43 orang) dengan pola hidup buruk. Sedangkan responden yang tidak mengalami sindrom Dispepsia sebesar 69,3 (32 orang) dengan pola hidup baik. Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa nilai p value 0,001 yang berarti ada hubungan yang bermakna antara

gaya hidup dan kejadian dispepsia di Wilayah Kerja Puskesmas Lhoong Kabupaten Aceh Besar.

Hubungan Stres Dengan Keparahan Dispepsia Di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Bahwa dari 59 responden yang mengalami stres berat yang mengalami tingkat keparahan dispepsia parah berjumlah 31 responden (25,6%), dan yang mengalami tingkat keparahan dispepsia tidak parah berjumlah 11 responden (16,4%). Sedangkan stres sedang yang mengalami tingkat keparahan dispepsia parah berjumlah 5 responden (10,4%) dan yang mengalami tingkat keparahan dispepsia tidak parah sebanyak 12 responden (6,6%). Hasil uji statistik *Chi-Square* Stres diperoleh nilai $p = 0,004 < p = 0.05$ Yang berarti ada Hubungan Stres Dengan Tingkat Keparahan Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian besar responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi. Memiliki tingkat stres yang berbeda-beda dengan tingkat keparahan sindrom Dispepsia. Peneliti berasumsi penyebab dari terjadinya stres berat dengan tingkat keparahan dispepsia yaitu dikarenakan pola hidup pasien yang tidak baik. Dan selama dirawat seperti kurangnya aktivitas olahraga, banyak tekanan selama menjalani masa perawatan di rumah sakit, karena tak jarang dari mereka merupakan seorang kepala keluarga yang harus bisa memenuhi kebutuhan hidup keluarga nya sehingga hal itu yang membuat mereka mengalami stres. Selain itu penyebab stres sedang yang mengalami gejala dispepsia yaitu di pengaruhi oleh faktor lain misalnya faktor umur, tingkat stres. Beberapa faktor tersebut yang menjadi penyebab dari timbulnya stres dan gaya hidup yang buruk pada responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo kabupaten Sigi. Stres sedang yang mengalami tingkat keparahan dispepsia parah dipengaruhi oleh faktor Pendidikan dikarenakan kebanyakan Pendidikan terakhir responden sekolah dasar hal ini yang menyebabkan kurangnya pengetahuan untuk mengelolah stres.

Asumsi penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tamimi *et al.*, (2020). pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, stres berhubungan secara signifikan dengan kejadian sindrom Dispepsia dengan nilai $p = 0,05$. Stres diasosiasikan sebagai salah satu penyebab dispepsia. Saat manusia

mengalami stres maka, hipotalamus akan mensekresikan *corticotrophin releasing factor* (CRF) yang akan menstimulasikan kelenjar hipofisis untuk mengeluarkan *adrenocorticotrophic hormone* (ACTH) dan selanjutnya akan menyebabkan keluarnya kortisol dari kelenjar adrenal. Kortisol yang disekresikan tersebut akan merangsang lambung untuk meningkatkan sekresi asam lambung dan juga menghambat prostaglandin. Yang merupakan agen proteksi bagi lambung.

Asumsi diatas didukung oleh teori (inggrid, 2023). Yang menyatakan tingginya angka kejadian sindrom dispepsia, disebabkan karena faktor psikologis misalnya stres. stres merupakan kondisi yang membuat stimulus, instrinsik dan ekstresik yang membangkitkan respon biologis dan dapat menyebabkan perubahan homeostasis hingga mengancam jiwa dan kematian. Stres juga dapat diakibatkan oleh faktor lingkungan seperti tuntutan keluarga, pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, faktor diri sendiri seperti kebutuhan psikologis dan proses internalisasi diri hal inilah yang menyebabkan seseorang mengalami perubahan kondisi psikologis yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang, seperti gangguan lambung.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan dapat diambil Kesimpulan:

1. Gaya hidup responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi. Sebagian besar memiliki gaya hidup yang buruk.
2. Stres yang dialami responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi. Sebagian besar mengalami stres berat.
3. Responden responden di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi. Sebagian besar mengalami sindrom Dispepsia
4. Ada hubungan Gaya hidup dan Stres dengan kejadian Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi.

Saran :

1. Bagi Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo

Diharapkan kepada Institusi /Rumah Sakit agar memberikan informasi tentang Gaya hidup yang baik dan mengelola stres dengan benar, serta

memperhatikan dan memberi edukasi terkait faktor-faktor risiko yang dapat memicu terjadinya penyakit Dispepsia.

2. Bagi Universitas Widya Nusantara Palu
Diharapkan penelitian ini dapat memberikan edukasi mengenai Gaya hidup dan Stres dengan Dispepsia di Rumah Sakit Umum Daerah Tora Belo Kabupaten Sigi dan dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.
3. Peneliti selanjutnya
Diharapkan agar melakukan penelitian lebih lanjut terhadap faktor risiko lain yang berhubungan dengan kejadian dispepsia, agar dapat diketahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian Dispepsia.

6. REFERENSI

- Adam, L. (2021) 'Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi', *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), p. 83.
- Adhytyani Nur Hasni Putri, Ima Maria, D.M. (2022) 'Hubungan Karakteristik Individu, Pola Makan, dan Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi Angkatan 2018',
- Amelia, K. (2022a) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dispepsia Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Amelia, K. (2022b) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dispepsia Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ashari, A.N., Yuniati and Murti, I.S. (2021) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Sindroma Dispepsia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(2), pp. 6–9. Available at: [http://scholar.unand.ac.id/61716/2/BAB_1_\(Pendahuluan\).pdf](http://scholar.unand.ac.id/61716/2/BAB_1_(Pendahuluan).pdf).
- Dafinci, W.O. *et al.* (2019) 'Studi Tentang Stres Kerja yang Berdampak Pada Kinerja Karyawan', *Manager Review*, pp. 32–51.
- Dinkes Sulawesi Tengah (2021) 'Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah', *Profil kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah*, pp. 1–377. Available at: <https://dinkes.sultengprov.go.id/wp-content/uploads/2022/05/PROFIL-DINAS-KESEHATAN-2021.pdf>.
- Firman Syah, M.S., Manaf, A.A. and The, F. (2022) 'Hubungan Faktor Risiko dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Khairun', *Medula*, 10(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.46496/medula.v10i1.25877>.
- Giringan, Edwin, dkk (2021) 'Karakteristik Penderita Dispepsia Di Instalasi Rawat Inap Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Chasan Boesoirie', *Kieraha Medical Journal*, 3(1), pp. 21–27. Available at: <https://doi.org/10.33387/kmj.v3i1.3265>.
- Hidayat, R., Susanto, A. and Lestari, A. (2023) 'Kajian Literatur : Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Dispepsia pada Remaja Literature Review : The Relationship between Eating Habits and Dyspepsia in Adolescents', 7(4), pp. 626–637. Available at: <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i4.2023.626-637>.
- Iin Widya sari siregar (2021) *Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stresor Dan Kejadian Sindrom Dispepsia Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ingrid Nurimani Ansari (2023) 'Hubungan Derajat Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional pada Mahasiswa FK UNISBA', *Jurnal Riset Kedokteran*, pp. 57–62. Available at: <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.2301>.
- Kalangi, I., Sibua, S. and Watung, G. (2023)

- 'Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Remaja di IGD RSUD Gmim Kalooran Amurang', *Madani: Jurnal ...*, 1(6), pp. 91–96. Available at: <https://jurnal.penerbitdaaruhuda.my.id/index.php/MAJIM/article/view/370>.
- Lestari, L. and Arbi, A. (2022) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Usia Produktif (15-64) Di Wilayah Kerja PUSKESMAS Lhoong Kecamatan Lhoong Kabupaten Aceh Besar Tahun 2022', *Journal of Health and Medical Science*, 1(4), pp. 171–182. Available at: <https://pusdikrapublishing.com/index.php/jkes/home>.
- Levani, Y. *et al.* (2022) 'Hubungan Pola Konsumsi Kopi dengan Kejadian Sindroma Dispepsia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran', *Medica Arteriana (Med-Art)*, 4(2), p. 98. Available at: <https://doi.org/10.26714/medart.4.2.2022.98-104>.
- Mentari, A.Z.B., Liana, E. and Pristya, T.Y.R. (2020) 'Teknik Manajemen Stres yang Paling Efektif pada Remaja: Literature Review', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat: Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 12(4), pp. 191–196. Available at: <https://doi.org/10.52022/jikm.v12i4.69>.
- Natu, D.L. *et al.* (2022) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang', *Cendana Medical Journal*, 23(1), pp. 1–7. Available at: <http://ejournal.undana.ac.id/index.php/CMJ/article/view/6819>.
- Norallah Jaber, Marwa qudah, A. kowatli (2019) 'Faktor Pola Makan dan Gaya Hidup yang Berhubungan dengan Dispepsia pada Mahasiswa Kedokteran Pra-klinis di Ajman Uni Emirat Arab'. Available at: <https://doi.org/10.5195/cajgh.2019.192>.
- Norma, Widianti, E. and Hartiningsih, S.S. (2021) 'Faktor, penyebab, tingkat stres dan dampak stres akademik pada mahasiswa dalam sistem pembelajaran online di masa pandemi COVID-19', *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), pp. 625–634.
- Nur, L. and Mugi, H. (2021) 'Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi', *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), pp. 20–30. Available at: <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>.
- Priansa, D. juni (2019) 'Unikom_Diana Agustina_Bab Ii', *Jurnal unikom* [Preprint].
- Prof. Dr M.E Winarno, M. p. (2020) *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani, Вестник Росздрава*.
- Purwanto, N. (2021) 'Variabel Dalam Penelitian Pendidikan', *Jurnal Teknodik*, 6115, pp. 196–215. Available at: <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>.
- Putra, S., Syahrani Jailani, M. and Hakim Nasution, F. (2021) 'Penerapan Prinsip Dasar Etika Penelitian Ilmiah', *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), pp. 27876–27881.
- Putu and Ananda, D.R. (2022) 'Hubungan Pola Makan Dengan Sindroma Dispepsia Pada Universitas Nusa Cendana', *Cendana Medical Journal*, 2(1), pp. 1–9.
- Rabiatul (2018) *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Universitas Widyanusantara Palu*.
- Sandi, D.E. (2020) *Hubungan Keteraturan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Fungsional Pada Remaja : Sistematis Review Skripsi, Skripsi*.
- Saputra, M.G. *et al.* (2020) 'Hubungan Peran Ganda Dan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Wanita Di Pelayanan Rumah Sakit', *Journal Of Health Care*, 1(2), pp. 1–10. Available at: <http://jurnal.umla.ac.id/index.php/JOHC/article/view/206>.

- Sequera, M.T.G., Ratu, K. and Pakan, P.D. (2021) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana', *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(2), pp. 240–248. Available at: <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i2.5976>.
- Sugiyono (2021) 'Metode Penelitian Kuantitatif Alfabeta, Bandung', 3, pp. 33–49.
- Supriati (2020) 'Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dispepsia Pada Masyarakat Desa Mekar', 21(1), pp. 1–9.
- Syahputra, R. and Siregar, N.P. (2021) 'Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional pada Mahasiswa FK UISU Tahun 2020', *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 10(2), pp. 101–109. Available at: <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnunafis>.
- Tamimi, Herardi, W. ningsih (2020) 'Hubungan Antara Tingkat Stres Akademik Dengan Kejadian Dispepsia Pada Siswa Kelas XII IPA di SMA Negeri 81', *Penyakit dalam*, p. 143. Available at: <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i3.399>.
- Trikusuma, G.A.A.C. and Hendriani, W. (2021) 'Distres Psikologis di Masa Pandemi COVID 19: Sebuah Tinjauan Literatur Sistematis', *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 6(2), p. 106. Available at: <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.106-116>.
- Vania Julia Permata Putri., M. Dody Izhar., H.D.S. (2022) '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)*, 2, p. 1.
- Wibawani, E.A., Faturahman, Y. and Purwanto, A. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Di Rsud Koja (Studi Pada Pasien Rawat Jalan Poli Penyakit Dalam Di RSUD Koja Tahun 2020)', *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1), pp. 257–266. Available at: <https://doi.org/10.37058/jkki.v17i1.3605>.
- Wijaya, I., Nur, N.H. and Sari, H. (2020) 'Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Syndrom Dispepsia Di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar', *Jurnal Promotif Preventif*, 3(1), pp. 58–68. Available at: <https://doi.org/10.47650/jpp.v3i1.149>.
<https://www.WHO.int/publications/i/item/9789240051157>
- <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2023>