

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS  
PADA REMAJA SEMESTER 3 KEPERAWATAN DI STIKES  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**



**OLEH:**

**NOVITA SARI**

**14.02.01.1419**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN**

**2018**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STRES DENGAN KEJADIAN GASTRITIS  
PADA REMAJA SEMESTER 3 KEPERAWATAN DI STIKES  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan**

**NOVITA SARI  
NIM: 14.02.01.1419**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2018**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

NAMA : NOVITA SARI

NIM : 14.02.01.1419

TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 26 JANUARI 1996

INSTITUSI : PRODI S-1 KEPERAWATAN SEKOLAH  
TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES)  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “ Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan Di STIKES Muhammadiyah Lamongan” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, 27 April 2018

Yang menyatakan,



**NOVITA SARI**  
NIM. 14.02.01.1419

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : NOVITA SARI

NIM : 14.02.01.1419

Judul : HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STRES DENGAN  
KEJADIAN GASTRITIS PADA REMAJA SEMESTER 3  
KEPERAWATAN DI STIKES MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN.

Telah disetujui untuk diujikan di hadapan dewan penguji skripsi pada  
tanggal 27 April 2018.

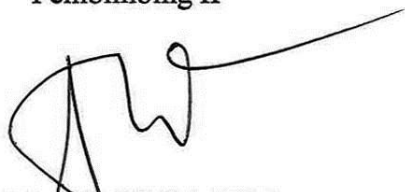
Mengetahui,

Pembimbing I



H. Alifin, SKM. M.KES  
NBM. 727. 457

Pembimbing II



Abdul Majid SE. MM  
NBM 997. 775

## LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang skripsi Di  
Program Studi S-1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 27 April 2018

PANITIA PENGUJI

Ketua : Suratmi, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Anggota : 1. H. Alifin, SKM., M.KES

2. Abdul Majid, SE., MM.

Tanda tangan

The image shows three handwritten signatures in black ink. The first signature is at the top, followed by two more below it. Each signature is positioned above a horizontal dotted line, which serves as a guide for the placement of the signatures.

Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan

A large, stylized handwritten signature in black ink, positioned above a solid horizontal line.

**Drs. H. Budi Utomo, Amd.kep., M.Kes.**

**Nik. 195408182005101001**

## **CURICULUM VITAE**

Nama : NOVITA SARI

Tempat Tgl. Lahir : LAMONGAN, 26 JANUARI 1996

Alamat Rumah : Desa Taman Prijek Kecamatan Laren Kabupaten  
Lamongan

Pekerjaan : Mahasiswa

Riwayat Pendidikan :

1. TK AULIA BINTARO JAKARTA SELATAN Lulusan Tahun 2002
2. MI THORIQOTUL HIDAYAH TAMAN PRIJEK Lulusan Tahun 2008
3. MTS DARUL ROHMAH LAREN Lulusan Tahun 2011
4. SMK WACHID HASJIM MADURAN Lulusan Tahun 2014
5. Prodi S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan pada Tahun 2014  
sampai sekarang

## MOTTO DAN LEMBAR PERSEMBAHAN

### MOTTO

**Kesuksesan hanya dapat di raih dengan segala upaya dan usaha yang disertai dengan do'a karena sesungguhnya nasib seseorang manusia tidak akan berubah dengan sendirinya tanpa berusaha..**

**Kerjakan, wujudkan, raihlah cita-citamu dengan memulainya dari bekerja bukan hanya menjadi beban didalam impian saja..**

**Karena hidup hanya sekali, tetapi jika kita bisa menggunakan waktu dengan baik hidup sekali terasa lebih dari pada cukup..**

Kupersembahkan skripsi ini untuk

- Kedua orangtua ayah (Ngatkur) dan ibuku (Tuklatin) tercinta ini anakmu mencoba memberikan yang terbaik untukmu. Betapa diri ini ingin melihat kalian bangga padaku. Betapa tak ternilai kasih sayang dan pengorbanan kalian padaku. Terimakasih atas dukungan moril maupun materil untukku selama ini.
- Nenek ku yang selalu senantiasa memberiku semangat untuk menggapai cita-cita ini.
- Saudara-saudaraku ( Haviva S.W & Rasyid Akbar A.M )
- Para sahabatku yang senantiasa menjadi penyemangat dan menemani di setiap hariku.
- Teman-teman seperjuangan S-1 Keperawatan yang selalu memotivasi dan memberi dukungan, semangat dan kebersamaan kita yang tak kenal lelah dalam berjuang.

## ABSTRAK

Sari, Novita 2018. **Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan.** Tugas akhir S1 Keperawatan STIKES Muhammadiyah Lamongan pembimbing (1) H. Alifin, SKM.M.Kes (2) Abdul Majid SE.MM.

Gastritis terjadi pada orang-orang yang memiliki pola makan yang tidak teratur dan sering mengalami stres yang berlebihan dan angka kejadian gastritis cukup tinggi dengan pravelensi 274,396 kasus dari 238,452,952 jiwa penduduk.

Desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* populasi seluruh semester 3 keperawatan 167 responden sampel yang di ambil sejumlah 117 responden sesuai kriteria inklusi yang telah di tetapkan dengan menggunakan metode *simple random*.

Data penelitian ini menggunakan kuisioner. Data di analisis menggunakan uji regresi linier berganda dengan signifikan 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berpola makan dengan baik berjumlah 77 (65,8%), tingkat stres normal sejumlah 61 (52,1%) dan yang tidak terkena gastritis berjumlah 91 atau (77,8%). Hasil pengujian statistik diperoleh secara parsial ada hubungan yang kuat dengan nilai signifikan pola makan sebesar  $p = 0,002$  dimana  $p < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Hasil pengujian statistik hubungan stres dengan kejadian gastritis diperoleh  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,05$  sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. dan secara silmutan ada hubungan dengan nilai  $F_{hitung}$  133,902.

Dalam meningkatkan kesadaran masyarakat agar pola makan teratur dan mengurangi stres makan promosi kesehatan yang intensif tentang faktor yang terkait dengan gastritis perlu diberikan oleh petugas kesehatan.

**Kata kunci :** *Pola Makan, Stres dan Kejadian Gastritis*



## ABSTRACT

Sari, Novita 2018. **Relationship Diet And Stress With Gastritis Occurrence In Teens 3rd Semester Nursing at STIKES Muhammadiyah Lamongan.**  
Final task S1 Nursing STIKES Muhammadiyah Lamongan supervisor (1)  
H. Alifin, SKM.M.Kes (2) Abdul Majid SE.MM.

Gastritis occurs in people who have an irregular diet and often experience excessive stress and the incidence of gastritis is quite high with pravelensi 274,396 cases of 238,452,952 inhabitants.

The design of analytical research with cross sectional approach of the whole population of 3rd semester of nursing 167 respondents samples taken in 117 respondents according to inclusion criteria that have been set by using random simple method.

This research data used questionnaire. Data were analyzed by used multiple linear regression test with significant 0,05. The result showed that good diet was 77 (65,8%), normal stress level 61 (52,1%) and non gastritis were 91 or (77.8%) .The results of statistical tests obtained partially there is a strong relationship with the significant value of the diet of  $p = 0.002$  where  $p < 0.05$  so  $H_0$  rejected and  $H_1$  accepted. Hasil test statistical stress relationship with the incidence of gastritis obtained  $p = 0,000$  where  $p < 0.05$  so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted. And there is a correlation with value  $F_{count}$  133,902.

In crease public awareness for a regular diet and reducing stress intensive health promotion of factors associated with gastritis needs to be provided by health care workers.

**Keywords:** *Diet, Stress and Gastritis Occurrence*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis pada Remaja semester 3 Keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini disusun penulis sebagai syarat untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatandi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulisan mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak\Ibu:

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep, M.Kes, selaku ketua sekolah tinggi ilmu kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Arifal Aris,S.Kep.,Ners.,M.Kes selaku Kaprodi S1 Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
3. H. Alifin, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
4. Abdul Majid, SE., MM selaku dosen pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.

6. Orang tuaku tercinta yang telah mendidik, selalu mendo'akan dan membesarkan sampai kejenjang perkuliahan.
7. Teman-temanku semua yang senantiasa memberiku semangat dan do'a selama menyusun skripsi ini.
8. Semua pihak yang telah memberikan dukungan dan moril dan materiil demi terselesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari peneliti ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 27 April 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSYARATAN GELAR</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	v
<b>CURICULUM VITAE</b> .....	vi
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>ABSTRAK</b> .....	viii
<b>ABSTRACT</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xvi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xvii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xviii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xix
<b>DAFTAR SIMBOL</b> .....	xx
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Peneliti.....	7
1.4 Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Pola Makan .....	9
2.1.1 Definisi Pola Makan .....	9
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Makan .....	10
2.1.3 Pola Makan.....	14
2.1.4 Cara Pengelolaan Makan.....	20
2.1.5 Hubungan Pola Makan Dan Status Gizi .....	21
2.2 Konsep Stres .....	22

2.2.1	Definisi Stres .....	22
2.2.2	Jenis-Jenis Stres .....	23
2.2.3	Faktor Yang Mempengaruhi Stres .....	23
2.2.4	Sumber Stres .....	24
2.2.5	Gejala Stres .....	25
2.3	Konsep Gastritis .....	26
2.3.1	Definisi Gastritis .....	26
2.3.2	Etiologi.....	27
2.3.3	Klasifikasi Gastritis .....	28
2.3.4	Manifestasi Klinis .....	29
2.3.5	Komplikasi.....	29
2.3.6	Faktor-faktor Resiko Gastritis .....	30
2.3.7	Diet Pada Gastritis .....	33
2.4	Konsep Remaja .....	35
2.4.1	Definisi Remaja .....	35
2.4.2	Pertumbuhan Dan Perkembangan.....	36
2.4.3	Karakteristik Perilaku Makan Remaja.....	37
2.4.4	Kebutuhan Zat Gizi Untuk Remaja .....	38
2.4.5	Permasalahan Gizi Pada Remaja .....	38
2.5	Kerangka Konsep.....	46
2.6	Hipotesis .....	47
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>		
3.1	Desain Penelitian .....	48
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian .....	48
3.3	Kerangka Kerja .....	49
3.4	Sampling Desain (populasi, sampel, dan sampling) .....	50
3.4.1	Populasi.....	50
3.4.2	Sampel .....	50
3.4.3	Sampling .....	51
3.5	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	52
3.5.1	Identifikasi Variabel .....	52

3.5.2 Definisi Operasional .....	52
3.6 Pengumpulan Data dan Analisis Data .....	53
3.6.1 Pengumpulan Data .....	53
3.6.2 Instrumen Pengumpulan Data .....	54
3.6.3 Analisa Data .....	54
3.7 Penyajian Data .....	64
3.8 Cara Penarikan Kesimpulan.....	64
3.9 Etika Penelitian .....	64
3.9.1 <i>Informed Consent</i> atau Persetujuan Menjadi Responden ..	65
3.9.2 <i>Anonimity</i> atau Tanpa Nama.....	65
3.9.3 <i>Confidentiality</i> atau Kerahasiaan .....	66
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	67
4.1.1 Data Umum .....	67
4.1.2 Data Khusus .....	69
4.1.3 Analisis Hasil Penelitian .....	72
4.1.4 Uji Hipotesis.....	76
4.2 Pembahasan .....	79
4.2.1 Pola Makan pada remaja semester 3 keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	79
4.2.2 Tingkat Stres pada remaja semester 3 keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	82
4.2.3 Kejadian Gastritis pada remaja semester 3 keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	85
4.2.4 Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis pada remaja semester 3 keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	86
4.2.5 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis pada remaja semester 3 keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	89

4.2.6 Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Gastritis pada remaja semester 3 keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	91
<b>BAB 5 PENUTUP</b>	
5.1 Kesimpulan .....	95
5.2 Saran .....	96
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan Di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	52
Tabel 4.1 Distribusi Umur Responden Mahasiswa Keperawatan Semester 3 STIKES Muhammadiyah Lamongan bulan Januari tahun 2018. ....	68
Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa Keperawatan Semester 3 STIKES Muhammadiyah Lamongan bulan Januari tahun 2018.....	68
Tabel 4.3 Distribusi Pola Makan Mahasiswa Keperawatan Semester 3 STIKES Muhammadiyah Lamongan bulan Januari tahun 2018.....	69
Tabel 4.4 Distribusi Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Semester 3 STIKES Muhammadiyah Lamongan bulan Januari tahun 2018.....	69
Tabel 4.5 Distribusi Kejadian <sup>Gastritis</sup> Mahasiswa Keperawatan Semester 3 STIKES Muhammadiyah Lamongan bulan Januari tahun 2018. ....	70
Tabel 4.6 Tabel Silang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan Bulan Januari 2018 .....	70
Tabel 4.7 Tabel Silang Hubungan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan Bulan Januari 2018 .....	71



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	46
Gambar 3.3 Kerangka Kerja Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Semester 3 Keperawatan di STIKES Muhammadiyah Lamongan .....	49
Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas .....	72
Gambar 4.2 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	74

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2 Surat ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Lembar Kuesioner
- Lampiran 6 Kisi-kisi Kuesioner
- Lampiran 7 Kunci Jawaban
- Lampiran 8 Lembar Konsultasi
- Lampiran 9 Tabulasi
- Lampiran 10 Hasil SPSS
- Lampiran 11 Dokumentasi

## DAFTAR SINGKATAN

AINS	: Anti inflamasi non steroid
Amd.kep	: Ahli madya Keperawatan
DASS	: <i>Depression anxiety and stress scale</i>
JaTim	: Jawa Timur
M.kep	: Megister Keperawatan
NIM	: Nomer Induk Mahasiswa
No	: nomer
Ns	: Ners
NSAID	: Non Steris Anti Inflamasi Drugs
Prodi	: program studi
RI	: Replibik Indonesia
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SE	: Sarjana Ekonomi
SKM	: Sarjana Keperawatan Masyarakat
SPSS	: <i>Statistik product and service solution</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## DAFTAR SIMBOL

-	: Sampai
%	: Persen
$\leq$	: Kurang dari
=	: Sama dengan
$\geq$	: Lebih dari
n	: sejumlah sampel
N	: sejumlah unit populasi
d	: tingkat kesalahan
p	: perkiraan proporsi
q	: $1 - p$ (100% -p)
$^{\circ}$	: Derajat
$\rho$	: prosentase
f	: nilai yang di peroleh
n	: nilai total/ keseluruhan
H1	: Terdapat Hubungan
$b_i$	: nilai koefisien variabel independen ( $X_i$ )
$S_{b_i}$	: nilai <i>standard error</i> dari variabel independen ( $X_i$ )
$\alpha$	: perkiraan jumlah sampel
$Z_{\alpha}$	: nilai standart normal