

Nama : Afifah Necha Ananditya
NIM : 1033222003
Judul Skripsi : **Hubungan Antara Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Gastritis Di IGD Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri Jakarta**

ABSTRAK

Latar Belakang: Gastritis merupakan salah satu penyakit gangguan pencernaan. Seringkali penderita mengabaikan penyakit ini sehingga prevalensi gastritis terus meningkat baik secara global maupun nasional. Banyak faktor yang menjadi penyebab ataupun faktor resiko dari penyakit gastritis. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara stres dan pola makan dengan terjadinya penyakit gastritis di IGD Rumah Sakit Bhayangkara TK.1 Puskokkes Polri.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan sampel 137 pasien di IGD Rumah Sakit Bhayangkara TK.1 Puskokkes Polri. Variabel independen penelitian adalah stres dan pola makan sedangkan variabel dependen penelitian adalah kejadian gastritis. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang disebar melalui *google form*. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji chi-square untuk menentukan hubungan antar variabel.

Hasil: Analisa univariat menunjukkan hampir separuh (40,1%) berusia remaja akhir (17-25 tahun), lebih dari separuh (54,7%) adalah perempuan, sebanyak (59,9%) berpendidikan SMA, hampir separuh (32,8%) tidak bekerja, sebanyak (54,7%) tidak mengalami stres, sebanyak (56,9%) memiliki pola makan yang kurang baik dan sebanyak (56,9%) memiliki pola makan yang kurang baik. Analisa bivariat hubungan tingkat stres dengan terjadinya penyakit gastritis menunjukkan *p-value* = 0,042 dan hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gastritis menunjukkan *p-value* = 0,000.

Kesimpulan: Ada hubungan tingkat stres dan pola makan dengan terjadinya penyakit gastritis di IGD Rumah Sakit Bhayangkara TK.1 Puskokkes Polri. Masyarakat disarankan untuk lebih peka terhadap gejala gastritis, yang dapat mencakup perut kembung, sakit perut, mual, muntah, hilang nafsu makan, dan cepat kenyang. Menghindari makanan pemicu seperti makanan pedas, asam, dan berlemak sangat penting untuk mencegah gejala tersebut. Selain itu, manajemen stres melalui terapi relaksasi dan olahraga teratur juga dianjurkan.

Kata Kunci: Gastritis, Pola Makan, Stres