

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STRES DENGAN GEJALA GASTRITIS PADA
MAHASISWA DI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS
DIPONEGORO**

**TIA EKA PUTRI-25000117130132
2024-SKRIPSI**

Gastritis adalah salah satu masalah kesehatan saluran pencernaan yang paling umum. Penyebab penyakit gastritis kronis dan akut adalah infeksi *helicobacter pylori*. Prevalensi penyakit gastritis tersebar diseluruh dunia dan bahkan diperkirakan diderita lebih dari 1,7 milyar penduduk. Banyak mahasiswa yang masih mengabaikan penyakit gastritis tanpa menyadari dampaknya. Gastritis seringkali dianggap sebagai suatu hal yang biasa namun gastritis merupakan awal dari sebuah penyakit yang dapat menyebabkan kekambuhan hingga kematian. Penelitian ini ditujukan untuk mengidentifikasi hubungan pola makan dan stres dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional. Populasi penelitian yaitu 4 angkatan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Jumlah sampel 180 mahasiswa dengan teknik pengambilan sampel *non-probability sampling*. Pengambilan data dengan cara wawancara secara langsung. Menggunakan uji Univariat dan Bivariat *chi square*. Sebanyak 33,3% mahasiswa memiliki pola makan tidak baik dengan gejala gastritis dan 49,3% termasuk dalam kategori stres dengan gejala gastritis. Terdapat hubungan antara pola makan ($p= 0,008$), dan stres ($0,009$) dengan gejala gastritis pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. Penelitian ini menyimpulkan bahwa responden paling banyak mengalami gejala gastritis ketika merasa tertekan secara akademik dan belum memiliki *coping stress* yang baik. Menunda sarapan pagi dan tidak makan makanan selingan menyebabkan perut perih. Pada saat ada waktu atau kesempatan makan, responden memilih makanan yang mengandung asam ataupun pedas sehingga menyebabkan gejala gastritis.

Kata kunci : pola makan, stres, gejala gastritis, mahasiswa.