

## ABSTRACT

### THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERNS, BREAKFAST HABITS, AND STRESS ON THE INCIDENCE OF DYSPESIA SYNDROME IN FEMALE STUDENTS AT SMA NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG IN 2024

Oleh

**Maharani Kusuma Habsari**

**Background:** Dyspepsia is Risk factors, such as diet, breakfast habits, and stress, can influence the collection of uncomfortable symptoms in the upper gastrointestinal tract known as dyspepsia syndrome. Dyspepsia syndrome is more common in adolescents, especially teenage girls. This study aims to determine the relationship between eating patterns, breakfast habits, and stress and the incidence of dyspepsia syndrome among female students at SMA Negeri 15, Bandar Lampung, in 2024.

**Methods:** This study is an analytical study with a cross sectional design. The study was conducted at SMA Negeri 15 Bandar Lampung, with a sample size of 236 individuals, using the proportional stratified random sampling method. Data was collected using the dyspepsia syndrome questionnaire, SQ FFQ, stress questionnaire, and food recall. We conduct both univariate and bivariate analyses using the Chi-square test.

**Results:** The results of the analysis show that 57.6% of respondents have unhealthy eating habits, 71.2% of respondents have good eating habits, 54.2% of respondents have unhealthy eating habits, 67.8% of respondents have bad breakfast habits, and 60.2% of respondents had mild stress. There is a significant relationship between the number of meals (p value = < 0.001), type of meal (p value = < 0.001), meal frequency (p value = < 0.001), breakfast habits (p value = < 0.001), and stress (p value = < 0.001) on the incidence of dyspepsia syndrome in students at SMA Negeri 15 Bandar Lampung in 2024.

**Conclusion:** There is a relationship between eating patterns, breakfast habits, and stress on the incidence of dyspepsia syndrome in female students at SMA Negeri 15 Bandar Lampung in 2024.

**Keywords:** breakfast habits, eating patterns, teenagers, stress, dyspepsia syndrome

## ABSTRAK

### HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN, KEBIASAAN SARAPAN, DAN STRES TERHADAP KEJADIAN *SYBDROME DYSPEPSIA* PADA SISWI DI SMA NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG TAHUN 2024

Oleh

**Maharani Kusuma Habsari**

**Latar Belakang:** *Syndrome dyspepsia* adalah kumpulan gejala tidak nyaman pada saluran cerna atas yang dapat dipengaruhi oleh faktor risiko diantaranya adalah pola makan, kebiasaan sarapan, dan stres. *Syndrome dyspepsia* lebih banyak terjadi pada usia remaja, khususnya remaja perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan, kebiasaan sarapan, dan stres terhadap kejadian *syndrome dyspepsia* pada siswi di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2024.

**Metode Penelitian:** Penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 15 Bandar Lampung dengan total sampel sebanyak 236 orang menggunakan metode *proportionate stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *syndrome dyspepsia*, SQ FFQ, kuesioner stres, dan *food recall*. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji *Chi-square*.

**Hasil Penelitian:** Analisis univariat menunjukkan 57,6% responden memiliki jumlah makan tidak baik, 28,8% responden memiliki jenis makan tidak baik, 54,2% responden memiliki frekuensi makan tidak baik, 67,8% responden memiliki kebiasaan sarapan tidak baik, dan 39,8% responden termasuk kategori stres berat. Hasil analisis bivariat menunjukkan hubungan yang signifikan antara jumlah makan ( $p\text{ value} = <0,001$ ), jenis makan ( $p\text{ value} = <0,001$ ), frekuensi makan ( $p\text{ value} = <0,001$ ), kebiasaan sarapan ( $p\text{ value} = <0,001$ ), dan stres ( $p\text{ value} = <0,001$ ) terhadap kejadian *syndrome dyspepsia* pada siswi di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2024.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara pola makan, kebiasaan sarapan, dan stres terhadap kejadian *syndrome dyspepsia* pada siswi di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2024.

**Kata kunci:** kebiasaan sarapan, pola makan, remaja, stres, *syndrome dyspepsia*