SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SINDROM DISPEPSIA SISWA KELAS XII DI SMKN 1 MEJAYAN KABUPATEN MADIUN

OLEH :
FARIS ANDHIKA VERDANA
NIM : 202202021

PRODI S1 KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SINDROM DISPEPSIA SISWA KELAS XII DI SMKN 1 MEJAYAN KABUPATEN MADIUN

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

OLEH :
FARIS ANDHIKA VERDANA
NIM : 202202021

PRODI S1 KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Faris Andhika Verdana

NIM : 202202021

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 9 Februari 2026



Faris Andhika Verdana

NIM. 202202021

MOTTO

“Aku membahayakan nyawa ibuku untuk lahir ke dunia, jadi tidak mungkin aku tidak ada artinya”

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal skripsi Oleh :
Nama : Faris Andhika Verdana
NIM : 202202021
Program Studi : Keperawatan
Judul : HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SINDROM DISPEPSIA SISWA KELAS XII DI SMKN 1 MEJAYAN KABUPATEN MADIUN

Telah Disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi
Pada tanggal 9 Februari 2026
Oleh :

Menyetujui,	Menyetujui,
Pembimbing I	Pembimbing II
Bayu Purnama A., S.Kep.,Ns., M.Kep	Asrina Pitayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NUPTK. 2950767668130272	NUPTK. 5243759660231063

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arindil Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh	:	
Nama	:	Faris Andhika Verdana
NIM	:	202202021
Program Studi	:	S1 Keperawatan
Judul	:	Hubungan Tingkat Stres Dengan Sindrom Dispepsia Siswa Kelas XII Di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Sudarmi, S. Kep., Ns., M. Kep
NUPTK. 0938751652231172 .....

Penguji 1 : Bayu Purnama Atmaja, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 2950767668130272 .....

Penguji 2 : Asrina Pitayanti, S.Kep., Ns., M. Kes
NUPTK. 5243759660231063 .....

Mengesahkan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widianini, S.KM., M.Kep
NUPTK. 7860759660230162

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan limpah rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul "Hubungan Tingkat Stres Dengan Sindrom Dispepsia Siswa Kelas XII Di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun". Tersusunnya skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, saran dan dukungan moral, untuk itu saya sampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Sunardi, S.Pd., M.Pd selaku kepala sekolah SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun.
2. Dr. Retno Widiarini, SKM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
3. Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
4. Sudarmi S.Kep., Ns ., M.Kep sebagai dosen penguji skripsi yang sudah memberikan saran terbaik sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bayu Purnama Atmaja S.Kep., Ns., M.Kep sebagai pembimbing I skripsi yang dengan kesabaran dan ketelitian dalam membimbing sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Asrina Pitayanti, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai pembimbing II skripsi yang dengan kesabaran dan ketelitian dalam membimbing sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

7. Kedua orang tua penulis tercinta karena sudah memberi dukungan dan semangat hingga tersusunnya skripsi ini sampai selesai.
8. Teman-teman prodi S1 Keperawatan tahun 2022 seangkatan yang telah memberikan dukungan terselesaikannya skripsi ini.
9. Penulis menyadari dalam menyelesaikan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga diharapkan adanya kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan penelitian ini. Atas perhatian dan dukungan anda, penulis ucapkan terima kasih.

Madiun, 9 Februari 2026

Faris Andhika Verdana
Nim. 202202021

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Faris Andhika Verdana
Jenis Kelamin	: Laki-laki
Tempat Tanggal Lahir	: Kota Madiun, 17 Maret 2002
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Miji Sulastri Rt.20 Rw.07 Kelurahan Sogaten Kecamatan Manguharjo
Email	: farisandhika7@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. Taman Kanak Kanak PG Redjoagung Madiun lulus tahun 2009.
2. Sekolah Dasar Negeri 03 Madiun Lor lulus tahun 2015.
3. Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Kota Madiun lulus tahun 2018.
4. Sekolah Menengah Atas Negeri 4 Kota Madiun lulus tahun 2021.
5. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun 2022 sampai sekarang.

ABSTRAK
HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN SINDROM *DISPEPSIA* KELAS XII DI SMKN 1 MEJAYAN KABUPATEN MADIUN

Faris Andhika Verdana

Stres merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh remaja, terutama pada siswa kelas XII yang menghadapi tuntutan akademik dan persiapan kelulusan. Stres yang tidak terkelola dengan baik dapat mempengaruhi kondisi kesehatan, salah satunya system pencernaan. Sindrom *dispepsia* adalah kumpulan gejala gangguan pencernaan yaitu nyeri ulu hati, mual, perut kembung, dan rasa tidak nyaman setelah makan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan sindrom *dispepsia* pada siswa kelas XII di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun.

Penelitian ini bersifat observarsional analitik dengan pendekatan *cros sectional.* Populasi penelitian ini adalah semua siswa SMK kelas XII di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun sebanyak 350 siswa. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 160 siswa dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner stres dan sindrom *dispepsia.*

Hasil yang didapatkan siswa kelas XII mengalami *dispepsia* sebanyak (88,1%), sedangkan yang mengalami stres dengan kategori berat sebanyak (20,6%). Hasil analisis uji statistik uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan tingkat stres dengan sindrom *dispepsia* diperoleh angka signifikan yaitu (0,000) lebih rendah nilai signifikan dari 0,05.Ha ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan sindrom *dispepsia* siswa kelas XII di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun.

Dengan demikian, sangat penting bagi siswa untuk mengelola stress dengan baik dan menerapkan pola hidup sehat berguna mengendalikan tingkat stress sekaligus meminimalisir risiko terjadinya sindrom *dispepsia.*

Kata Kunci : Tingkat Stress, Sindrom *Dispepsia, Siswa SMK*

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND DYSPEPSIA SYNDROME CLASS XII AT SMK 1 MEJAYAN MADIUN REGENCY

Faris Andhika Verdana

Stress is one of the common problems experienced by adolescents, particularly class XII students who face academic demands and graduation preparation. Poorly managed stress can affect overall health conditions, including the digestive system. Dyspepsia syndrome refers to a group of digestive symptoms such as epigastric pain, nausea, bloating, and discomfort after eating. The purpose of this study is to determine the relationship between stress levels and dyspepsia syndrome among class XII students at SMKN 1 Mejayan, Madiun Regency.

This study employed an analytic observational design with a cross-sectional approach. The population of this study consisted of all class XII vocational high school students at SMKN 1 Mejayan, Madiun Regency, totaling 350 students. The sample size in this study was 160 students, selected using a stratified random sampling technique. Data collection was carried out using stress and dyspepsia syndrome questionnaires.

The results showed that 88.1% of class XII students experienced dyspepsia, while 20.6% experienced severe levels of stress. The statistical analysis using the chi-square test indicated a significant relationship between stress levels and dyspepsia syndrome, with a p-value of 0.000, which is lower than the significance level of 0.05. There is a significant relationship between stress levels and dyspepsia syndrome among XII students at SMKN 1 Mejayan, Madiun Regency.

Therefore, it is very important for students to manage stress effectively and adopt a healthy lifestyle in order to control stress levels and minimize the risk of developing dyspepsia syndrome.

Keywords: Stress Level, Dyspepsia Syndrome, Vocational High School Students

DAFTAR ISI

COVER ..... **ii**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **iii**
MOTTO ..... **iv**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **v**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **ix**
ABSTRAK ..... **x**
ABSTRACT ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xvii**
DAFTAR ISTILAH ..... **xviii**

BAB 1 PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 5
1.3 Tujuan Penelitian 5
1.3.1 Tujuan Umum 5
1.3.2 Tujuan Khusus 5
1.4 Manfaat Penelitian 5
1.4.1 Manfaat Teoritis 5
1.4.2 Manfaat Praktis 5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA **7**
2.1 Konsep Tingkat Stress 7
2.1.1 Definisi 7
2.1.2 Penyebab Stress 8
2.1.3 Tanda Dan Gejala 8
2.1.4 Tingkat Stress 9
2.1.5 Penggolongan Stress 10
2.1.6 Respon Stress 11
2.1.7 Dampak Stress 12
2.1.8 Penatalaksanaan Stres 13
2.1.9 Pencegahan Tingkat stress 13
2.1.10 Pengukuran Tingkat stress 15
2.2 Konsep Sindrom Dispepsia 16
2.2.1 Definisi 16
2.2.2 Epidemiologi 16
2.2.3 Patofisiologi 17
2.2.4 Faktor Penyebab 17
2.2.5 Klasifikasi 18
2.2.6 Penatalaksanaan 19
2.2.7 Pencegahan 21

BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS 22
3.1 Kerangka Konsep 22
3.2 Hipotesis 23
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN 24
4.1 Desain Penelitian dan Rancangan Penelitian 24
4.2 Populasi dan Sampel 24
4.2.1 Populasi 24
4.2.2 Sampel 25
4.2.3 Teknik Sampling 26
4.3 Kerangka Kerja 29
4.4 Identifikasi Variabel 30
4.4.1 Variabel Independent 30
4.4.2 Variabel Dependent 30
4.5 Definisi Operasional 31
4.6 Instrumen Penelitian 31
4.6.1 Instrumen Tingkat Stress 31
4.6.2 Instrumen Sindrom Dispepsia 32
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian 32
4.8 Prosedur Pengumpulan Data 33
4.9 Pengolahan Data dan Analisis Data 34
4.9.1 Pengolahan Data 34
4.9.2 Analisis Data 36
4.10 Etika Penelitian 37
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN 39
5.1 Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian 39
5.2 Hasil Penelitian 39
5.2.1 Data Umum 39
5.2.2 Data Khusus 40
5.3 Pembahasan 42
5.3.1 Mengidentifikasi tingkat stres pada siswa kelas XII di SMKN Mejayan Kabupaten Madiun. 42
5.3.2 Mengidentifikasi sindrom dispepsia pada siswa kelas XII di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun. 43
5.3.3 Menganalisis hubungan tingkat stres dengan sindrom dyspepsia pada siswa kelas XII di SMKN 1 Mejayan Kabupaten Madiun. 45
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN 49
6.1 Kesimpulan 49
6.2 Saran 49
DAFTAR PUSTAKA 51
LAMPIRAN 54

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Jumlah Populasi dan sampel 28
Tabel 4.2 Definisi Operasional 31
Tabel 5.1 Karakteristik Frekuensi Jenis Kelamin 39
Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden tingkat stres 40
Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden sindrom dyspepsia..... 40
Tabel 5.4 Crosstabulation frekuensi responden berdasarkan hubungan 41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Stess Dengan Sindrom Dispepsia..... 22
Gambar 4.3 Kerangka Kerja Hubungan Tingkat Stress Dengan Sindrom Dispepsia..... 26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal 55
Lampiran 2 Surat Balasan Pengambilan Data Awal 56
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian..... 57
Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian 58
Lampiran 5 Bukti Keterangan Layak Etik 59
Lampiran 6 Permohonan Menjadi Responden..... 60
Lampiran 7 Persetujuan Menjadi Responden 61
Lampiran 8 Kisi Kisi Kueioner..... 62
Lampiran 9 Kuesioner Penelitian..... 63
Lampiran 10 Tabulasi Data Responden 66
Lampiran 11 Output spss 70
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian..... 72
Lampiran 13 Kertas Bukti Bimbingan Skripsi..... 73

DAFTAR SINGKATAN

APA	:	*American Psychological Association*
PSS	:	*Perceived Stress Scales*
WHO	:	*World* Health Organization

DAFTAR ISTILAH

Anonymity	:	Identitas seseorang atau suatu informasi tidak diketahui
Bivariat	:	Mengetahui apakah ada hubungan di setiap variabel
Coding	:	Pemberian kode tertentu di setiap data
Confidentialty	:	Prinsip kerahasiaan
Cross Sectional	:	Jenis desain penelitian dimana mengumpulkan data dari banyak individu berbeda pada satu waktu
Dispepsia Fungsional	:	Pemeriksaan kesehatan seperti pemeriksaan darah, atau biopsi tidak akan menunjukkan kelainan organik
Dispepsia Organic	:	Pemeriksaan medis mungkin menunjukkan adanya kelainan organik yang mendasarinya
Distress	:	Stress yang buruk
Epidemiologi	:	Studi tentang peristiwa yang berhubungan dengan kesehatan pada populasi tertentu
Epigastric Pain Syndrome	:	Nyeri atau ketidaknyamanan di bawah tulang rusuk di area perut bagian atas
Eustress	:	Stress yang baik
Informed Consent	:	Lembar persetujuan responden
Kriteria Eksklusi	:	Ciri-ciri anggota populasi yang tidak dijadikan sampel
Kriteria Inklusi	:	Kriteria yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel
Neutral effect	:	Efeknya netral
Postprandial Distress Syndrome	:	Kondisi yang ditandai rasa tidak nyaman setelah makan, cepat kenyang, kembung perut bagian atas dan merasa mual
Skala Likert	:	Metode pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, atau persepsi seseorang atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial