



---

## Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

Baiq Pelangi Juwita<sup>1</sup>, Azizatul Adni<sup>2\*</sup>, I Putu Diatmika<sup>3</sup>,  
Wayan Sulaksana Sandhi Parwata<sup>4</sup>  
Universitas Mataram, Indonesia  
Email: [azizatuladni@unram.ac.id](mailto:azizatuladni@unram.ac.id)

---

### ABSTRAK

#### Kata Kunci:

Sindrom Dispepsia Fungsional; Stres; Mahasiswa

Dispepsia fungsional merupakan kumpulan gejala seperti sensasi nyeri di gastroduodenum, rasa terbakar, rasa penuh dan kembung, mual muntah tanpa adanya kerusakan struktural pada pemeriksaan fisik, laboratorium, radiologi, dan endoskopi. Dispepsia dapat disebabkan oleh pola makan, stres, dan pola hidup yang tidak sehat seperti konsumsi alkohol, merokok, dan kurang olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres terhadap kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional dengan teknik pengambilan sampel simple random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square menggunakan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan kejadian sindrom dispepsia fungsional ( $p = 0,023$ ). Responden dengan tingkat stres sedang memiliki frekuensi tertinggi mengalami sindrom dispepsia fungsional dibandingkan tingkat stres ringan atau berat. Kesimpulannya, semakin tinggi tingkat stres, semakin besar risiko terjadinya sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa. Oleh karena itu, disarankan agar mahasiswa meningkatkan manajemen stres, menjaga pola makan yang sehat, dan menerapkan pola hidup yang baik untuk mencegah terjadinya sindrom dispepsia fungsional. Fakultas juga diharapkan menyediakan program pendukung seperti konseling psikologis untuk membantu mahasiswa dalam mengelola stres.

### ABSTRACT

#### Keywords:

Functional Dyspepsia Syndrome; Stress; College Students

*Functional dyspepsia is a collection of symptoms such as painful sensations in the gastroduodenum, burning, fullness and bloating, nausea and vomiting without structural damage on physical, laboratory, radiologic and endoscopic examination. Dyspepsia can be caused by diet, stress, and unhealthy lifestyle such as alcohol consumption, smoking, and lack of exercise. This study aims to determine the relationship between stress levels and the incidence of functional dyspepsia syndrome in pre-clinical students of the Faculty of Medicine, University of Mataram. This study used cross-sectional method with simple random sampling technique. Data were collected using a questionnaire. The results showed that there was a significant relationship between stress level and the incidence of functional dyspepsia syndrome ( $p = 0.023$ ). Respondents with moderate stress levels had the highest*

---

*frequency of experiencing functional dyspepsia syndrome compared to mild or severe stress levels. In conclusion, the higher the stress level, the greater the risk of functional dyspepsia syndrome in university students. Therefore, it is recommended that students improve stress management, maintain a healthy diet, and implement a good lifestyle to prevent the occurrence of functional dyspepsia syndrome. The faculty is also expected to provide support programs such as psychological counseling to help students manage stress.*

---

**Corresponden Author: Azizatul Adni**

Email: [azizatuladni@unram.ac.id](mailto:azizatuladni@unram.ac.id)

Artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi



## **Pendahuluan**

Seiring perkembangan zaman, tuntutan terhadap kualitas pendidikan semakin tinggi. Individu dari berbagai kalangan akan saling berjuang untuk menjadi yang terbaik. Salah satu cara yang dapat dilakukan yakni meneruskan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi yakni perkuliahan. Mahasiswa perlu beradaptasi dengan berbagai perubahan salah satunya dalam pola hidup. Pola hidup yang baik sangat diperlukan agar dapat beraktivitas dengan optimal (Choirunisa & Marheni, 2019). Salah satu pola hidup yang baik dapat dilakukan dengan mengelola stres. Seseorang yang tidak dapat mengelola stres dapat berdampak buruk bagi tubuh. Stres dapat menjadi pencetus berbagai penyakit salah satunya sindrom dispepsia (Wijaya dkk., 2020).

Dispepsia berasal dari Bahasa Yunani yakni ‘*dys*’ yang berarti buruk dan ‘*pepsē*’ yang berarti pencernaan (Otero R dkk., 2014). Dispepsia adalah gangguan yang rumit dan merujuk pada kumpulan gejala seperti rasa nyeri atau ketidaknyamanan di area gastro-duodenum (epigastrium/ulu hati), sensasi terbakar, rasa penuh dan kembung, rasa mual atau muntah (Purnamasari, 2017). Dispepsia non-organik atau dispepsia fungsional ditandai dengan rasa nyeri kronis yang berulang pada perut bagian atas tanpa adanya kelainan secara struktural/organik/metabolik pada pemeriksaan fisik, laboratorium, radiologi, dan endoskopi. Dispepsia dapat disebabkan oleh beberapa faktor yakni faktor diet dan pola hidup. Faktor diet dapat berupa konsumsi makanan berlemak, makanan pedas, makanan asam, makanan cepat saji, alcohol, teh, kopi. Pola hidup yang tidak sehat juga dapat mencetuskan gejala-gejala dyspepsia seperti konsumsi alcohol, merokok, konsumsi obat *Non Steroid Anti Inflammatory Drugs*, stres, kurangnya olahraga (Purnamasari, 2017; Rani dkk., 2002).

Kasus dispepsia di dunia sejumlah 15-40% dan setiap tahun penyakit dispepsia ini mengenai 25% dari populasi dunia. Di Amerika Serikat terdapat 25% dari populasi terkena dispepsia setiap tahunnya dan 5% diantaranya mendatangi dokter pelayanan

primer (Timah, 2021). Kasus dispepsia di Indonesia masih tinggi. Di Aceh kasus dispepsia sebesar 31,7%, Palembang 35,5%, Medan 9,6%, Pontianak 31,2%, Jakarta 50%, Bandung 32,5% dan Denpasar 46% (Salsabila, 2021). Di NTB, angka kejadian dispepsia berdasarkan profil kesehatan tahun 2021 berada di urutan ke-6 penyakit terbanyak di puskesmas dengan kisaran 36.398 kasus dan pada tahun 2022 bertambah menjadi 56.098 kasus (Dinkes NTB, 2023).

Kriteria nyeri dispepsia dibagi menjadi 2 tipe, yakni tipe nyeri epigastrium dan tipe distress postprandial. Tipe nyeri epigastrium ditandai dengan rasa nyeri dan rasa terbakar di epigastrium yang muncul setidaknya sekali dalam seminggu, nyeri tidak menjalar ke daerah dada atau perut, nyeri tidak hilang setelah buang air besar, dan nyeri biasanya dapat reda setelah mengonsumsi makanan. Sedangkan, tipe distress postprandial ditandai dengan rasa penuh pasca makan dalam porsi biasa dan terjadi beberapa kali dalam seminggu, rasa cepat makan sehingga porsi makan berkurang, perut terasa kembung atau mual setelah makan (Purnamasari, 2017).

Stres merupakan ketidakmampuan individu dalam menghadapi berbagai tantangan yang dapat memengaruhi kesehatan mental, fisik, emosional, dan spiritual serta berdampak pada kondisi fisik seseorang. Ancaman-ancaman ini dapat disebabkan oleh pikiran-pikiran yang merusak sehingga membuat keseimbangan terganggu (Putri dkk., 2022). Menurut WHO, stres merupakan kondisi kecemasan atau tekanan mental yang timbul akibat situasi yang sulit. Stres merupakan reaksi alami manusia yang dapat mendorong individu untuk menghadapi tantangan dan risiko. Semua orang merasakan stres hingga batas tertentu. Namun, reaksi setiap orang terhadap stres berbeda-beda (WHO, 2023).

Stres dikategorikan menjadi 3 yakni stres ringan, sedang, dan berat. Stres ringan adalah stres yang dihadapi setiap orang setiap hari, berlangsung dalam beberapa menit atau jam, dan dapat memotivasi seseorang agar berusaha menjadi lebih baik. Namun, jika stres ringan berlangsung lama dan memburuk dapat menyebabkan berbagai gangguan seperti gangguan sirkuit persinyalan neuron. Stres sedang memiliki durasi yang lebih lama dari stres ringan dan orang yang mengalami stres sedang biasanya mengalami dampak fisiologis seperti gangguan tidur, sakit perut, otot terasa tegang, dan sebagainya. Stres berat berlangsung beberapa minggu hingga bulan dan biasanya seseorang yang stres berat mengalami kesulitan dalam beraktivitas, gangguan hubungan social, sulit tidur, dan tidak mampu melakukan pekerjaan sederhana (Putri dkk., 2022; Ramanathan & Desrouleaux, 2022).

Faktor psikologis seperti stres dapat menjadi penyebab terjadinya sindrom dispepsia. Faktor psikis dan emosi seperti stres dan depresi dapat mempengaruhi perubahan sekresi asam lambung sehingga mempengaruhi mortalitas dan vaskularisasi mukosa lambung dan meningkatkan ambang rasa nyeri. Stres juga dapat menyebabkan gangguan mekanisme hormonal. Gangguan mekanisme hormon ini akan menimbulkan hiper asimtomatik sistem gastrointestinal yang dapat meningkatkan sekresi asam lambung. Semakin tinggi tingkat stress, maka akan beresiko mengalami sindrom dispepsia (Chaidir & Maulina, 2015).

Beberapa penelitian telah dilakukan dengan mahasiswa sebagai responden penelitian dan menjelaskan bahwa mahasiswa rentan mengalami dispepsia fungsional. Penelitian yang dilakukan oleh Shankar dkk. (2020) menyebutkan adanya kejadian dispepsia fungsional yang tinggi pada mahasiswa kedokteran tahun ke-3 dan tingkat stres yang tinggi pada mahasiswa tahun pertama. Penelitian yang dilakukan Huang dkk. (2020) menjelaskan bahwa frekuensi stres mahasiswa disebabkan oleh kehidupan sehari-hari, kehidupan sosial, dan jadwal harian pada mahasiswa tahun pertama. Namun, stres yang disebabkan oleh akademik dan keluarga tidak memiliki pengaruh yang signifikan.

Berdasarkan penjelasan di atas, stres menjadi salah satu penyebab terjadinya sindrom dyspepsia. Hal tersebut dapat disebabkan oleh meningkatnya aktivitas mahasiswa yang dapat mempengaruhi pola makan mereka. Pola makan tidak teratur, sering tidak makan pagi atau makan siang, konsumsi makanan yang tidak sehat yang dapat mempengaruhi kesehatan tubuh terutama sistem pencernaan. Selain itu, tuntutan dari kehidupan akademik maupun sosial dapat memberi tekanan yang melampaui kemampuan mahasiswa yang dapat mengakibatkan distress pada mahasiswa baik dalam bentuk kelelahan fisik maupun emosional. Kondisi tersebut dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan termasuk gangguan sistem pencernaan (Octaviana dkk., 2021; Retno, 2022).

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan kejadian sindrom dyspepsia fungsional pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. Penelitian ini didasarkan oleh angka kejadian orang yang mengalami gangguan sistem pencernaan terutama sindrom dispepsia meningkat di Nusa Tenggara Barat. Selain itu, tuntutan akademik maupun non-akademik yang dialami oleh mahasiswa dapat menimbulkan distress pada mahasiswa sehingga dapat menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan, Maka dari itu penting untuk dilakukan penelitian supaya mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram lebih memperhatikan kesehatan dan memodifikasi pola hidup menjadi lebih baik.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan metode cross-sectional. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram dari bulan November hingga Maret 2024. Sampel penelitian sebanyak 252 orang dipilih menggunakan teknik simple random sampling dari mahasiswa angkatan 2021 hingga 2023.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang aktif mengikuti kegiatan perkuliahan, bersedia menjadi responden, dan mengisi kuesioner secara lengkap. Kriteria eksklusi mencakup mahasiswa yang memiliki riwayat gangguan gastrointestinal organik yang telah terdiagnosis sebelumnya dan mahasiswa yang tidak bersedia mengikuti penelitian.

Prosedur pengambilan data dimulai dengan sosialisasi kepada responden, pembagian kuesioner terkait tingkat stres dan gejala sindrom dispepsia fungsional, serta

pengumpulan kuesioner yang telah diisi. Data tingkat stres diukur menggunakan instrumen valid yang telah terstandarisasi, sementara data kejadian dispepsia fungsional diperoleh melalui self-report berdasarkan gejala yang dialami.

Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik chi-square untuk menguji hubungan antara tingkat stres dan kejadian sindrom dispepsia fungsional. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25 dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ .

## Hasil Dan Pembahasan

### Analisis Univariat

#### Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan karakteristik pada mahasiswa pre klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram**

Variabel	Kategori	Jumlah (n=252)	
		Frekuensi	Persentase (%)
Usia	17 tahun	9	4%
	18 tahun	40	16%
	19 tahun	58	23%
	20 tahun	85	34%
	21 tahun	49	19%
	22 tahun	9	4%
Jenis Kelamin	Laki-laki	75	30%
	Perempuan	177	70%
Angkatan	Angkatan 2021	103	41%
	Angkatan 2022	65	26%
	Angkatan 2023	84	33%

Berdasarkan Tabel 1, terungkap bahwa partisipan yang mengisi kuesioner adalah mahasiswa tingkat awal di Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, dengan rentang usia antara 17 hingga 22 tahun, di mana jumlah terbanyak terdapat pada usia 20 tahun yang mencapai 85 orang (34%). Dari segi jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, dengan total 177 orang (70%). Dalam hal angkatan, peserta terbanyak berasal dari angkatan 2021, yaitu sebanyak 103 orang (41%).

#### Stress

**Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat stres pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram**

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase %
Ringan	72	29%
Sedang	168	67%
Berat	11	4%
Total	252	100%

Berdasarkan Tabel 1.2 diketahui hasil univariat responden dengan tingkat stres sedang memiliki frekuensi tertinggi yaitu 168 orang (67%), tingkat stres rendah sebanyak 72 orang (29%), dan tingkat stres tinggi sebanyak 11 orang (4%).

## Sindrom Dispepsia Fungsional

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

Sindrom Dispepsia Fungsional	Frekuensi	Persentase %
Negatif	186	74%
Positif	66	26%
Total	252	100%

Berdasarkan Tabel 3 diketahui hasil univariat responden yang negatif sindrom dispepsia fungsional sebanyak 186 orang (74%), sedangkan yang positif sindrom dispepsia fungsional sebanyak 66 orang (26%).

## Analisis Bivariat

Tabel 4. Distribusi responden dengan tingkat stres dan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram

Tingkat Stres	Sindrom Dispepsia Fungsional			<i>p-value</i>
	Negatif	Positif	Total	
Ringan	61	11	72	0,023
Sedang	119	50	169	
Berat	6	5	11	
Total	186	66	252	

Berdasarkan Tabel 4 diketahui hasil bivariat diperoleh nilai  $p\text{-value } 0,023 < 0,05$ , yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa pre klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram.

Dari hasil penelitian, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa pre klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. Hasil tersebut membuktikan bahwa secara statistik ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional. Tingkat stres dalam penelitian ini dikategorikan menjadi 3 yaitu tingkat stres ringan, sedang, dan berat. Frekuensi stres terbanyak yang dialami oleh mahasiswa pre klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram adalah kategori stres sedang dengan jumlah 168 orang (67%) dan jumlah mahasiswa yang mengalami kejadian sindrom dispepsia fungsional sebanyak 50 orang. Stres ringan dialami oleh 72 orang dengan jumlah mahasiswa yang mengalami sindrom dyspepsia fungsional yakni 11 orang. Stres berat dialami 6 orang dengan jumlah mahasiswa yang mengalami sindrom dyspepsia berjumlah 5 orang. Hasil tersebut membuktikan bahwa semakin berat tingkat stress yang dialami mahasiswa, maka potensi mahasiswa untuk mengalami sindrom dispepsia fungsional juga semakin tinggi. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ikhsan dkk. (2020) dan Chaidir (2015) yang menyebutkan bahwa adanya hubungan antara tingkat stres dan sindrom dispepsia.

Faktor psikis seperti stress dan depresi dapat mempengaruhi sistem gastrointestinal. Semakin tinggi tingkat stress, maka akan beresiko mengalami gangguan sistem gastrointestinal (Chaidir & Maulina, 2015). Stres berat dan kronis dapat menimbulkan

penyakit somatik yang disebabkan oleh gangguan somatoform. Gangguan somatoform adalah kelompok gangguan yang menimbulkan gejala fisik seperti nyeri, mual, pusing yang tidak dapat ditemukan penjelasan medis yang adekuat. Gangguan ini dapat disebabkan oleh faktor psikososial dan faktor neuropsikologis. Selain itu, terdapat faktor lainnya seperti karakter, stres, faktor psikologis, kepekaan genetic dan organ seseorang, serta faktor konflik emosional dapat berkontribusi terjadinya suatu penyakit. Gangguan psikologis juga memengaruhi perjalanan ataupun hasil dari suatu kondisi medis tertentu. Pengaruh tersebut dapat berupa suatu gangguan atau hambatan dalam pengobatan, meningkatkan resiko kesehatan seseorang, mencetuskan atau mengeksaserbasi suatu gejala dan kondisi umum dengan ditimulkannya respon fisiologis akibat stres (Kaplan dkk., 2010).

Faktor psikologi seperti kecemasan dapat memengaruhi sistem saraf pusat, khususnya saraf vagus yang berfungsi memberikan sinyal ke lambung, melalui proses peningkatan pelepasan asetilkolin, gastrin, dan histamin yang bisa mengakibatkan keluhan dispepsia. Gangguan pada jalur endokrin yang melibatkan hubungan hipotalamus-pituitari-adrenal dapat menyebabkan masalah dalam sekresi lambung yang meningkatkan kadar kortisol. Kenaikan kadar kortisol ini akan memicu produksi asam lambung dan dapat mengganggu prostaglandin E. Prostaglandin E adalah enzim yang menghambat adenil siklase pada sel-sel parietal dan melindungi lapisan lambung. Peningkatan asam lambung sebagai faktor agresif dan penurunan prostaglandin E sebagai faktor perlindungan ini menyebabkan ketidakseimbangan yang mengarah pada gejala dispepsia (Salsabila, 2021). Kortisol juga akan melepaskan katekolamin seperti epinefrin dan norepinefrin yang akan mempengaruhi system gastrointestinal seperti pengosongan lambung tertunda, merusak mukosa gastrointestinal, rentan terhadap infeksi dan menghambat penyerapan nutrisi (Chu dkk., 2021).

## **Kesimpulan**

Pada variabel stres didapatkan hasil uji Chi Square dengan nilai  $p = 0,023 < \alpha$  (0,05) yang berarti terdapat hubungan antara stres dengan kejadian sindrom dispepsia fungsional pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram.

## **Daftar Pustaka**

- Chaidir, R., & Maulina, H. (2015). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Fungsional Pada Mahasiswa Semester Akhir Prodi S1 Keperawatan Di Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi. *Jurnal Ilmu Kesehatan 'Afiyah*, 2(2), 1–6.
- Choirunisa, N. L., & Marheni, A. (2019). Perbedaan motivasi berpretasi dan dukungan sosial teman sebaya antara mahasiswa perantau dan non perantau di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 21–30.
- Chu, B., Marwaha, K., Sanvictores, T., & Ayers, D. (2021). *Physiology, Stress Reaction*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK541120/>
- Dinkes NTB. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Tahun 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat.

- Huang, Z., Wang, K., Duan, Y., & Yang, G. (2020). Correlation between lifestyle and social factors in functional dyspepsia among college freshmen. *Journal of International Medical Research*, 48(8). <https://doi.org/10.1177/0300060520939702>
- Ikhsan, M. H., Widya Murni, A., & Rustam, E. R. (2020). Hubungan Depresi, Ansietas, dan Stres dengan Kejadian Sindrom Dispepsia pada Mahasiswa Tahun Pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Sebelum dan Sesudah Ujian Blok. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(1S). <https://doi.org/10.25077/jka.v9i1S.1158>
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., & Grebb, J. A. (2010). *Gangguan Psikosomatik. Sinopsis Psikiatri : Ilmu Pengetahuan Perilaku dan Psikiatri Klinis (II, pp. 292–303)*.
- Octaviana, E. S. L., Noorhidayah, N., & Rachman, A. (2021). Hubungan Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Dispepsia pada Siswa di SMP Negeri 2 Karang Intan. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 11(2), 76–81.
- Otero R, W., Zuleta, M. G., & Otero P, L. (2014). Update on Approaches to Patients with Dyspepsia and Functional Dyspepsia. *Revista Colombiana de Gastroenterología*, 29(2), 132–138.
- Purnamasari, L. (2017). Faktor Risiko, Klasifikasi dan Terapi Sindrom Dispepsia. *Cermin Dunia Kedokteran*, 44(12).
- Putri, U. N. H., Nur'aini, N., Sari, A., & Mawaadah, S. (2022). *Modul Kesehatan Mental (Cetakan Pertama)*. Penerbit CV. Azka Pustaka.
- Ramanathan, R., & Desrouleaux, R. (2022). Introduction: The Science of Stress. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, 95(1), 1–2.
- Rani, A. A., Manan, C., Djojoningrat, D., Kolopaking, M. S., Makmun, D., Abdullah, M., & Syam, A. F. (2002). *Dispepsia : Sains Dan Aplikasi Klinik. In Pusat Informasi dan Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (pp. 51–59)*. Pusat Informasi dan Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Retno, I. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pola Makan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Indonesia. *Jurnal Bidang Kesehatan*, 1(1), 10–18.
- Salsabila, A. (2021). Kecemasan dan Kejadian Dispepsia Fungsional. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 2(2), 57–64. <https://doi.org/10.37287/ijnhs.v2i2.306>
- Shankar, P., Mandhan, N., Zaidi, S. M. H., Choudhry, M. S., & Kumar, A. (2020). Relationship of functional dyspepsia with mental and physical stress. *Annals of Psychophysiology*, 7, 25–30. <https://doi.org/10.29052/2412-3188.v7.i1.2020.25-30>
- Timah, S. (2021). Hubungan Pola Makan pada Pasien Dispepsia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Doagnosis*, 16(1), 47–53. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/446>
- WHO. (2023, Februari 21). *Stress*. World Health Organization. <https://www.who.int/News-Room/Questions-and-Answers/Item/Stress>
- Wijaya, I., Nur, N. H., & Sari, H. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dan Pola Makan Terhadap Kejadian Syndrom Dispepsia Di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 3(1), 58–68. <https://doi.org/10.47650/jpp.v3i1.149>