

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) adalah penyakit patofisiologis yang disebabkan akibat melemahnya *Lower Esophageal Sphincter* (LES) yang mengakibatkan refluksnya isi lambung ke esofagus. Jika keadaan ini berulang maka akan merusak mukosa esofagus bagian distal (Aliianti, 2023). Proses yang menjadi pemicu hal tersebut yaitu, pengaruh *tonus sfingter* bagian bawah esofagus, adanya hernia hiatus, pertahanan mukosa esofagus terhadap refluks dan motilitas esofagus. Terdapat gejala yang sering muncul pada penderita GERD berdasarkan kuesioner GERD yaitu regurgitasi, nyeri ulu hati, rasa pahit di mulut, mual dan yang paling sering muncul adalah sensasi terbakar dibagian dada atau perut bagian atas (Warella et al., 2023).

Tingkat prevalensi GERD secara global berada pada kisaran 8–33%, sementara di kawasan Asia Pasifik angkanya berkisar antara 3,1–25% pada semua kelompok usia dan jenis kelamin. Prevalensi GERD di Indonesia berdasarkan hasil pengisian kuesioner GERD (GerdQ) pada populasi umum tahun 2022 diperkirakan sekitar 9,35%. Sementara itu, pada pasien dengan keluhan dispepsia yang menjalani endoskopi saluran cerna bagian atas, angka prevalensinya mencapai 53,8% (Makmun et al., 2022). Hasil penelitian Fuadillah, et al, pada tahun 2023 sebanyak 30,2% mahasiswa memiliki jadwal makan yang tidak teratur dengan GERD. Hasil penelitian Kuswono, dkk pada tahun 2024 pada mahasiswa, sebanyak 24 orang dari 119 mahasiswa (16,8%) mengalami GERD. Hasil penelitian Warella, et al tahun 2023 diketahui bahwa kasus GERD pada mahasiswa paling banyak ditemukan pada usia 18 tahun, yaitu sebanyak 16 orang (6,1%). Selanjutnya, pada usia 19 tahun terdapat 10 orang (3,8%), kemudian usia 17 tahun dan 20 tahun masing-masing sebanyak 6 orang (2,3%), dan yang paling sedikit pada usia 21 tahun, yaitu sebanyak 2 orang (2%).

Perubahan gaya hidup terhadap pola makan yang tidak seimbang terjadi pada usia 19-25 tahun (Fuadillah et al., 2023). Mahasiswa merupakan kelompok usia muda yang paling beresiko terkena GERD (Ariyani et al., 2024). GERD adalah satu diantara berbagai jenis gangguan pencernaan yang paling banyak ditemui dikalangan mahasiswa (Ajjah et al., 2020). Meningkatnya kejadian GERD pada mahasiswa disebabkan kecenderungan mahasiswa yang

tidak memiliki waktu untuk mengatur pola makan, hal ini disebabkan karena beban studi yang mereka miliki (Kuswono et al., 2021).

Stres juga diidentifikasi sebagai salah satu faktor risiko pemicu GERD karena dapat menimbulkan gangguan pada sistem pencernaan (Ajjah et al., 2020). Beban studi seperti berbagai tugas berat yang digunakan sebagai syarat kelulusan memicu stress pada mahasiswa. Stres juga memicu kecenderungan kebiasaan makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan instan, serta sering mengonsumsi cemilan yang dapat menyebabkan peningkatan berat badan (Muthmainnah et al., 2022). Kenaikan berat badan menjadi salah satu faktor resiko timbulnya GERD (Ilham et al., 2024). Indeks Massa Tubuh (IMT) yang berlebih dapat menyebabkan obesitas, yang pada gilirannya dapat meningkatkan tekanan intraabdomen dan mengganggu fungsi sfingter esofagus bagian bawah (*Lower Esophageal Sphincter*) (Ajjah et al., 2020). Pada penelitian sebelumnya ditemukan bahwa mahasiswa dengan status gizi tidak normal memiliki gangguan lambung yang lebih banyak daripada mahasiswa dengan status gizi normal (Sara et al., 2021).

Politeknik Negeri Jember adalah salah satu perguruan tinggi negeri vokasi yang berfokus pada penguasaan keahlian dan keterampilan praktis dalam bidang tertentu salah satunya bidang kesehatan dengan tiga program studi yaitu, Gizi klinik, Manajemen Informasi Kesehatan dan Promosi Kesehatan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 20 orang mahasiswa jurusan kesehatan, diketahui bahwa sebanyak 75% responden mengalami gejala GERD berdasarkan kuisioner GERD-Q dengan 93% mahasiswa memiliki status gizi normal dan 6% memiliki status gizi *Underweight*.

Hasil studi pendahuluan juga menunjukkan pada 20 mahasiswa, diketahui bahwa 50% responden berada pada kategori stres sedang dan 50% lainnya stres berat. Mahasiswa yang menjalani praktikum memang memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, dengan faktor fisik sebagai penyebab utama (60%) (Mahmud & Uyun, 2016 dalam Syahidah, 2021). Selain itu mahasiswa yang menempuh pendidikan di bidang kesehatan cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa program studi lainnya (Setyawati & Murniati, 2018). Kondisi ini menunjukkan adanya potensi resiko kejadian GERD pada mahasiswa kesehatan, namun hubungan spesifik antara tingkat stres dengan kejadian GERD pada mahasiswa kesehatan masih belum banyak diteliti.

Berdasarkan hasil FFQ, konsumsi makanan pemicu GERD pada mahasiswa tidak begitu tinggi, seperti gorengan (35%), makanan pedas (50%), sambal (50%), dan soft drink

(11%), yang dikonsumsi 1 hingga 3 kali per minggu. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun frekuensi konsumsi makanan pemicu GERD tidak tergolong tinggi, keluhan GERD tetap banyak ditemukan pada mahasiswa jurusan kesehatan

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan status gizi, pola makan dan tingkat stres dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Jurusan Kesehatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat di rumuskan masalah berikut :
“Bagaimana hubungan status gizi, pola makan dan tingkat stres dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa jurusan kesehatan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan status gizi, pola makan dan tingkat stres dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi status gizi, pola makan dan tingkat stres pada mahasiswa jurusan kesehatan Politeknik Negeri Jember
2. Menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember
3. Menganalisis hubungan pola makan dan jenis makanan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember
4. Menganalisis hubungan faktor stres dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Jurusan Kesehatan Politeknik Negeri Jember

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai hubungan status gizi, pola makan dan stres dengan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa jurusan kesehatan
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan bidang gizi masyarakat

1.4.2 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan status gizi, pola makan dan stres dengan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa jurusan kesehatan serta dapat digunakan sebagai acuan untuk penelitian lebih lanjut.

1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Penelitian

Adapun manfaat bagi institusi penelitian yaitu menambah khasanah ilmu pengetahuan dan teknologi di lingkungan Politeknik Negeri Jember Khususnya di program studi Gizi klinik

1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan atau referensi awal bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji topik serupa, khususnya terkait hubungan antara status gizi, pola makan, tingkat stres, dan risiko GERD.