

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) masih menjadi salah satu penyakit yang paling sering ditangani oleh dokter spesialis gastroenterologi, dokter bedah, dan dokter perawatan primer (1). GERD adalah gangguan kronis yang ditandai dengan nyeri ulu hati dan regurgitasi yang disebabkan oleh refluks asam lambung atau empedu dari lambung ke esofagus (2). GERD juga dapat menyebabkan berbagai manifestasi ekstraesofageal termasuk asma, batuk, sakit tenggorokan, dan nyeri dada yang tidak dapat dijelaskan (3).

Prevalensi GERD dilaporkan lebih tinggi di negara-negara barat dibandingkan dengan negara-negara timur. Sebuah studi melaporkan prevalensi GERD sebesar 10-20% di Eropa dan AS, tetapi kurang dari 5% di Asia. Prevalensi yang dilaporkan pada tahun 2017 pada orang dewasa di negara barat adalah 30%, namun pada Asia Timur dibawah 10% (4). Prevalensi GERD di Indonesia belum diketahui secara pasti, studi yang dilakukan oleh N. Darnindro, dkk tahun 2018 menunjukkan prevalensi GERD sebesar 49% dari 104 pasien di Rumah Sakit Umum Kecamatan Cilinci, Perempuan ditemukan lebih tinggi sebesar 66,3% dan laki-laki sebesar 33,7% (5).

Obesitas, merokok, pola makan, faktor psikologis, faktor genetik, peningkatan usia, serta kehamilan berkontribusi menyebabkan terjadinya GERD (6). Faktor risiko yang menyebabkan terjadinya GERD salah satunya yaitu pola makan yang tidak sehat, tidak teratur, dan juga tidak seimbang (7). Pola makan yang tidak sehat dan tidak seimbang seperti mengonsumsi makanan tinggi lemak, pedas, asam, rendah serat, minuman berkafein, serta perubahan gaya hidup seperti mengonsumsi makanan instan. Jarak antara makan malam dengan waktu tidur yang sedikit (<3 jam) juga mempengaruhi kejadian GERD (6,7).

Mahasiswa kedokteran rentan mengalami GERD. Faktor risiko umum yang menyebabkan GERD pada mahasiswa kedokteran yaitu stress psikologis dan kebiasaan makan yang buruk. Stres terjadi pada mahasiswa kedokteran karena kehidupan pribadi, tekanan dari teman, tekanan belajar serta tekanan ujian.

Kebiasaan makan yang buruk juga terjadi pada mahasiswa kedokteran seperti segera tidur setelah makan, mengonsumsi makanan pedas, serta mengonsumsi minuman berkafein (8).

Penelitian yang dilakukan oleh F. Ardhan, dkk tahun 2022 menunjukkan bahwa mahasiswa dengan pola makan yang buruk memiliki risiko 2,7 kali menderita GERD dibandingkan mahasiswa yang memiliki pola makan yang baik (9). Studi yang dilakukan oleh D. Ilham, dkk tahun 2024 menunjukkan hasil mahasiswa yang memiliki pola makan buruk mengalami GERD lebih banyak sebesar 25% (10). Penelitian pada tahun 2020, yang dilakukan oleh B. Ajjah, dkk menunjukkan mahasiswa yang memiliki pola makan buruk mengalami GERD sebesar 34,2 % (11). Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang korelasi pola makan terhadap terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.

1.2 Rumusan Masalah

Pola makan yang buruk seperti mengonsumsi makanan tinggi lemak, rendah serat, pedas dan asam, minuman berkafein, minuman bersoda, coklat, alkohol, makanan instan, serta jarak antara makan dengan waktu tidur yang sedikit memiliki risiko terjadinya GERD lebih tinggi. Pola makan yang buruk dapat menyebabkan penurunan tonus *Lower Esophageal Sphincter* (LES), peningkatan asam lambung, dan memperlambat pengosongan lambung. Mahasiswa kedokteran sering mengalami stres psikologis sehingga rentan memiliki pola makan yang tidak teratur dan tidak sehat. Berdasarkan permasalahan ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait korelasi pola makan terhadap terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka didapatkan pertanyaan penelitian:

1. Bagaimana gambaran sosiodemografi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh?

2. Bagaimana gambaran prevalensi GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh?
3. Bagaimana gambaran pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh?
4. Apakah terdapat korelasi pola makan terhadap terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi pola makan terhadap terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran sosiodemografi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.
2. Mengetahui gambaran prevalensi GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.
3. Mengetahui gambaran pola makan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh.
4. Mengetahui korelasi pola makan terhadap terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi bagi pembaca dan masyarakat luas mengenai korelasi pola makan dengan terjadinya GERD.
2. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi sebagai dasar penelitian selanjutnya dengan bidang yang sama.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini dapat menambah wawasan mahasiswa terkait GERD.
2. Penelitian ini dapat membantu mengidentifikasi makanan atau minuman tertentu yang dapat memicu gejala GERD.

3. Penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan pedoman pola makan yang dapat membantu mengurangi gejala GERD.