

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan tidur dan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) merupakan salah satu masalah kesehatan yang umum. Terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan tidur dengan GERD. Hubungan tersebut dapat terjadi secara dua arah dimana gangguan tidur dapat menjadi faktor resiko terjadinya GERD atau GERD dapat memicu dan memperburuk gangguan tidur.¹

Salah satu gangguan tidur yang pada umumnya terjadi adalah insomnia. Prevalensi insomnia secara global diperkirakan mencapai 10% sampai 30% dari populasi dunia. Di Indonesia, prevalensi insomnia diperkirakan sekitar 10% dari total 238 juta penduduk. Gangguan tidur insomnia ditandai dengan ketidakpuasan kronis dengan kuantitas atau kualitas tidur yang berhubungan dengan sulit tidur, sering terbangun di malam hari dengan kesulitan untuk kembali tidur, dan/atau bangun lebih awal dari yang diinginkan.^{2,3} Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu sub kelompok dari populasi umum yang dinilai sangat rentan terhadap terjadinya kuantitas dan kualitas tidur yang buruk. Hal ini dapat disebabkan oleh beban akademik yang besar yang dijalani oleh mahasiswa kedokteran. Dibandingkan dengan mahasiswa non-kedokteran atau populasi umum, mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi insomnia yang lebih tinggi.⁴

GERD didefinisikan sebagai kelainan saluran cerna kronis yang ditandai dengan regurgitasi isi lambung ke kerongkongan.⁵ Prevalensi GERD secara global dilaporkan sebagai berikut; 18,1–27,8% di Amerika Utara, 8,8–25,9% di Eropa, 2,5–7,8% di Asia Timur, 8,7–33,1% di Timur Tengah, 11,6% di Australia, dan 23,0 % di Amerika Selatan.^{6–8} Gambaran klinis khas pada GERD adalah rasa panas di dada dan regurgitasi. Rasa panas di dada didefinisikan sebagai sensasi terbakar retrosternal atau ketidaknyamanan yang dapat menyebar ke leher dan biasanya terjadi setelah menelan makanan atau saat dalam posisi berbaring. Sedangkan, regurgitasi adalah migrasi *retrograde* isi

lambung yang bersifat asam ke dalam mulut atau hipofaring. Refluks yang terjadi pada malam hari dapat menyebabkan gangguan tidur dan sebaliknya adanya gangguan tidur dapat mencetuskan atau memperburuk GERD yang diakibatkan adanya kontak asam yang berkepanjangan dan persepsi sensorik yang meningkat. Hal tersebut lebih lanjut dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup seseorang.^{5,9}

Beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan adanya hubungan gangguan tidur dengan GERD.^{10,11} Studi yang dilakukan oleh Jansson C, *et al* pada tahun 2009 pada populasi dewasa di Norwegia menunjukkan adanya hubungan antara gangguan tidur dengan GERD.¹⁰ Pada penelitian ini ditunjukkan bahwa individu dengan gangguan tidur berupa insomnia memiliki resiko lebih besar sekitar tiga kali untuk terjadinya GERD dengan selang kepercayaan 95%, yaitu 2.7-3.7.¹⁰ Studi lain yang dilakukan oleh Mody *et al*, pada tahun 2006 di Amerika menunjukkan bahwa individu dengan GERD memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami gangguan tidur, seperti kesulitan untuk memulai tidur atau kesulitan untuk mempertahankan tidur.¹¹

Berdasarkan uraian di atas, tingginya angka insomnia pada mahasiswa kedokteran karena beban studi menyebabkan mahasiswa kedokteran rentan dengan terjadinya masalah gangguan pencernaan seperti GERD. Belum terdapatnya penelitian mengenai hubungan insomnia dan GERD pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan (UPH) sebelumnya dan dikarenakan GERD dapat mempengaruhi kualitas hidup dan performa akademik seseorang, maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara gangguan tidur insomnia dan GERD terutama pada mahasiswa kedokteran.

1.2 Rumusan Masalah

Pada umumnya, gangguan tidur insomnia dialami oleh mahasiswa kedokteran yang disebabkan oleh tingginya beban akademik dan kebutuhan waktu belajar yang lebih besar dibandingkan mahasiswa non-kedokteran atau

populasi umum. Gangguan tidur insomnia dapat menjadi faktor pencetus terjadinya GERD dan lebih lanjut dapat memperburuk gangguan tidur dan mempengaruhi kualitas hidup dan performa akademik mahasiswa tersebut. Lebih lanjut dikarenakan belum terdapat penelitian yang menilai hubungan antara insomnia dan GERD pada mahasiswa kedokteran UPH, maka penelitian ini dilakukan untuk menilai hubungan antara gangguan tidur insomnia dan GERD pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara insomnia dan *Gastroesophageal Reflux Diseases* (GERD) pada mahasiswa kedokteran UPH?

1.4 Tujuan Umum dan Khusus

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara insomnia dengan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa kedokteran UPH

1.4.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Mengetahui prevalensi insomnia pada mahasiswa kedokteran UPH
2. Mengentahui prevalensi *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa kedokteran UPH

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- Penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan dan teori-teori yang berkaitan dengan Pendidikan Kedokteran
- Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti mengenai hubungan insomnia dengan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD)

1.5.2 Manfaat Praktis

- Menjadikan hasil penelitian sebagai data dalam pemberian edukasi kepada masyarakat dan mahasiswa kedokteran terutama mahasiswa FK UPH mengenai *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) yang dapat disebabkan oleh insomnia
- Menjadikan hasil penelitian sebagai pembanding untuk penelitian yang lain
- Memberikan informasi tambahan untuk penelitian selanjutnya yang memiliki pembahasan serupa

