

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Serat atau *dietary fiber* merupakan bagian dari tumbuhan yang dapat dikonsumsi dan tersusun dari karbohidrat yang memiliki sifat resisten terhadap proses pencernaan dan penyerapan di usus halus manusia dan mengalami fermentasi secara sebagian ataupun keseluruhan pada usus besar. Serat memiliki beberapa peran di dalam tubuh manusia, terutama dalam saluran cerna, yang berfungsi sebagai meningkatkan motilitas saluran cerna, menstimulasi hormon seperti inkretin, menurunkan sekresi asam lambung dan menginisiasi pertumbuhan probiotik seperti *Lactobacillus* dan *Bifidobacteria*. Di Indonesia, konsumsi serat masih menjadi masalah karena menurut penelitian Puslitbang Gizi Depkes RI tahun 2001 dikatakan konsumsi serat penduduk Indonesia adalah 10,5 gram, dimana angka tersebut menunjukkan masih 1/3 dari yang dianjurkan. Anjuran *World Health Organization* (WHO) konsumsi serat yang dianjurkan adalah 25-30 gram/hari, serta Angka Kecukupan Gizi serat menurut Permenkes Nomor 28 tahun 2019 adalah pada laki-laki usia 16-29 tahun sekitar 37 gram, dan wanita berusia 16-29 tahun sekitar 29-32 gram.⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan kelainan saluran cerna yang kronis yang ditandai dengan adanya regurgitasi isi lambung ke esofagus (kerongkongan). GERD sendiri disebabkan oleh masalah struktural yang bersifat intrinsik, struktural maupun keduanya yang dapat menyebabkan terganggunya pembatas esofagogastrik karena kandungan asam lambung. GERD memiliki gejala yang umum terjadi seperti nyeri seperti terbakar pada bagian dada. Pada penderita GERD didapati memiliki gaya hidup yang kurang baik, seperti konsumsi alkohol, kafein, makanan pedas dan berlemak. Selain itu faktor lain seperti stress juga didapati pada penderita GERD. Di Indonesia, GERD memiliki prevalensi rata-rata sekitar 13,13% per tahun menurut Revisi Konsensus Nasional Penatalaksanaan Penyakit Refluks Gastroesofageal (GERD) di Indonesia tahun 2013. Terlebih pada penelitian yang dilakukan oleh Syam et al pada tahun 2015 prevalensi GERD pada dokter di Indonesia sekitar 27,4%.⁽⁴⁾⁽⁵⁾⁽⁶⁾

Menurut jurnal yang ada, ada hubungan antar konsumsi serat dengan terjadinya GERD. Hal ini pertama dikemukakan El Serag et al tahun 2005 yang menemukan peningkatan konsumsi serat selaras dengan penurunan resiko terjadinya GERD. Selain itu

perilaku konsumsi serat pada mahasiswa di Indonesia pernah diteliti di Universitas Halu Oleo Kendari pada tahun 2017 oleh Rahmah et. al. yang mengatakan bahwa adanya perilaku seperti rasa malas dan kurang selera makan, ketidaktersediaan makanan berserat serta stress yang terdapat pada mahasiswa menyebabkan hambatan untuk mengonsumsi serat. Hal ini menunjukkan bahwa adanya kerentanan yang bisa terjadi pada mahasiswa dalam terjadinya GERD.⁽⁷⁾⁽⁸⁾

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat penelitian yang mengemukakan hubungan konsumsi serat terhadap GERD. Namun belum ada penelitian yang mengemukakan secara spesifik hubungan konsumsi serat dengan GERD pada mahasiswa..

1.3 Pertanyaan Penelitian

- ❑ Bagaimana hubungan konsumsi serat dengan terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

- ❑ Mengetahui hubungan konsumsi serat dengan terjadinya GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

1.4.2. Tujuan Khusus

- Mengetahui prevalensi konsumsi serat dengan GERD
- Mengetahui jumlah konsumsi serat

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- Untuk mengetahui jumlah konsumsi serat yang dapat mengakibatkan terjadinya GERD
- Sebagai referensi dan data tambahan untuk penelitian lain yang berhubungan dengan konsumsi serat dan GERD atau yang lainnya

1.5.2. Manfaat Praktis

- Memberi informasi hubungan konsumsi serat dengan GERD
- Memberi edukasi serta ilmu untuk mencegah terjadinya GERD

