

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mahasiswa memiliki kesibukan dalam ranah akademik maupun non-akademik sehingga menyebabkan mereka sering tidur larut malam. Waktu sebelum tertidur lebih lama ini dapat meningkatkan risiko makan lebih banyak di malam hari yang memicu berkembangnya *Night Eating Syndrome* (NES).¹ *Night Eating Syndrome* (NES) merupakan suatu bentuk gangguan makan yang ditandai dengan hiperfagia malam hari dengan 25% atau lebih asupan kalori harian setelah makan malam dan setidaknya dua kali terbangun di malam hari untuk makan selama seminggu.²

Prevalensi NES pada mahasiswa kedokteran berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ahmed dkk. mencapai 10,3%, lebih tinggi dibandingkan prevalensi pada populasi umum yakni 1,5%.^{2,3}

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) adalah suatu kondisi dimana isi lambung berulang kali mengalami refluks ke kerongkongan, sehingga menimbulkan gejala dan komplikasi yang tidak nyaman.⁴ *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) menjadi salah satu tipe gangguan gastrointestinal yang umum diderita oleh mahasiswa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kuswono dkk. tentang kejadian GERD pada mahasiswa kedokteran menunjukkan angka 16,8% dengan 70,8%nya berjenis kelamin perempuan.⁵

Sementara itu, menurut penelitian yang dilakukan Bunga dkk., subjek mahasiswa kedokteran yang memiliki pola makan yang buruk mengalami kejadian GERD sebanyak 34,2% dibandingkan mahasiswa kedokteran yang memiliki pola makan yang baik dengan tingkat kejadian tidak mengalami GERD sebesar 86,5%.⁶

Terdapat hipotesis yang menyatakan bahwa makan berlebihan di malam hari dapat menurunkan tekanan pada LES (*lower esophageal*

sphincter) yang menyebabkan LES akan lebih sering terbuka, memungkinkan isi lambung refluks ke kerongkongan dan menyebabkan gejala GERD.⁷

Night Eating Syndrome diketahui dapat berdampak signifikan pada kesehatan mental dan prestasi akademik pada mahasiswa. Penelitian Hamdan dkk. tahun 2023 menunjukkan NES dikaitkan dengan kecemasan, stres, dan depresi, yang dapat berkontribusi pada penambahan berat badan dan memengaruhi kesejahteraan mahasiswa secara umum.⁸ Selain itu, NES juga dikaitkan dengan dampak negatif terhadap kinerja akademik, seperti yang ditunjukkan oleh sebuah penelitian yang menemukan hubungan antara NES dengan penurunan nilai rata-rata di kalangan mahasiswa.⁹ Sementara itu, dampak nyeri epigastrium dan abdomen yang terjadi akibat GERD, dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional dan pembelajaran mahasiswa, sehingga penting untuk mencegah dampak yang mungkin timbul agar mahasiswa dapat tetap fokus terhadap pembelajaran mereka.¹⁰

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Fujiwara dkk. tahun 2006, menunjukkan bahwa waktu makan malam hingga tidur yang lebih singkat dikaitkan secara signifikan dengan peningkatan kejadian GERD.¹¹ Akan tetapi, hingga saat ini belum ada penelitian lagi yang mencari hubungan sindrom makan malam atau *Night Eating Syndrome* dengan potensi kejadian GERD.

1.2. Rumusan Masalah

Kurangnya data klinis tentang sindrom makan malam (NES) dengan potensi kejadian GERD menjadi hal yang perlu diperhatikan. Baik NES maupun GERD, keduanya memiliki dampak terhadap pembelajaran akademik di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan NES terhadap potensi kejadian GERD pada mahasiswa dirasa perlu dilakukan, sehingga dapat menjadi edukasi sebagai langkah preventif NES dan GERD.

1.3. Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan NES dengan potensi kejadian GERD pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4. Tujuan

1.4.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan NES dengan potensi kejadian GERD pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2. Tujuan Khusus

- Mengetahui gambaran prevalensi NES pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Mengetahui gambaran prevalensi potensi kejadian GERD pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5. Manfaat

1.5.1. Manfaat Akademik

- Memberikan kontribusi pemikiran ilmiah di bidang kesehatan untuk membuktikan hubungan *Night Eating Syndrome* (NES) dengan potensi kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD).
- Menyajikan data gambaran prevalensi NES dan GERD pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Memberikan referensi ilmiah untuk penelitian serupa selanjutnya yang berkaitan terhadap hubungan NES dengan GERD.

1.5.2. Manfaat Praktis

- Memberikan wawasan dan pemahaman kepada masyarakat tentang hubungan *Night Eating Syndrome* (NES) dengan potensi kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD).

