

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastroesophageal Reflux Disease atau GERD terjadi karena naiknya asam lambung yang dapat menimbulkan gejala, seperti sensasi terbakar di dada, regurgitasi sakit tenggorokan dan batuk (Ardhan et al., 2022). GERD rentan dialami mahasiswa (Otayf B et al., 2022). Faktor yang bisa menjadi pencetus GERD pada mahasiswa yaitu setelah makan langsung berbaring, sering terlambat makan, mengonsumsi makanan tinggi lemak, kebiasaan mengonsumsi kopi dan stress (Abdulrahman et al., 2024). Jika GERD dibiarkan akan memicu terjadi perdarahan striktur, perforasi pada esofagus dan *barret's esophagus* (BE). Pada area luar dari esofagus bisa terjadi sakit tenggorokan, laringitis, tonsilofaringitis, sinusitis, karies dentis, asma bronkial dan pneumonia sebagai komplikasi dari GERD (Maharani et al., 2024). GERD pada mahasiswa dapat menghambat proses belajar dan menurunkan kualitas hidup mahasiswa tersebut yang berdampak pada tingkat produktivitas yang lebih rendah (Alomair et al., 2023).

Prevalensi GERD di dunia pada tahun 2019 menurut data *Global Burdens of Disease* (GBD) yaitu, sebesar 783,95 juta kasus GERD (Zhang et al., 2022). Prevalensi GERD di Indonesia mencapai 27,4 % (Suherman et al, 2021). Prevalensi GERD pada mahasiswa kesehatan yang tinggal di asrama STIKes Abdi Nusantara Jakarta dari 21 sampel, terdapat 12 responden (57,1%) penderita GERD (Novia & Khamid, 2023). Data awal *self assessment* menggunakan *Gastroesophageal Reflux Disease Questionnaire* (GERD-Q) pada 15 responden didapatkan, mahasiswa yang mengalami gejala GERD sebanyak 11 orang (73,3%) dan mahasiswa yang tidak mengalami gejala GERD sebanyak empat orang (26,6%). Sebanyak 20% mahasiswa mengalami *heartburn*, 46,6% mengalami regurgitasi, 46,6% mengalami nyeri ulu hati, 73,3% mengalami mual, 33% mengalami sulit tidur akibat terasa seperti terbakar di bagian dada, dan 46,6% mengonsumsi obat untuk mengatasi rasa

seperti terbakar di bagian dada.

Mahasiswa yang memiliki faktor resiko GERD yang tinggi membutuhkan pencegahan yang tepat terhadap GERD. Pencegahan GERD adalah kebiasaan yang dilakukan untuk mencegah faktor pemicu GERD seperti tidak mengonsumsi makanan yang pedas, tidak berbaring setelah makan atau meninggikan tempat tidur setelah makan, mengurangi konsumsi kopi dan mengurangi makanan pedas (Ajjah et al., 2020). Selain itu, pencegahan dilakukan dengan mengenal gejala GERD melalui *self assessment* GERD. *Self assessment* GERD yaitu cara untuk evaluasi secara mandiri yang dapat membantu mahasiswa menilai sejauh mana tanda dan gejala GERD yang sedang dialami dan efektivitas dari obat yang digunakan untuk meredakan tanda dan gejala GERD (Artanti et al., 2019). *Self assessment* GERD dapat membantu meningkatkan kesadaran diri mahasiswa terhadap faktor pemicu GERD dan menuntun kepada motivasi untuk perubahan gaya hidup dengan menerapkan praktik pencegahan GERD dalam kehidupan sehari-hari contohnya, jika seseorang sering mengalami naiknya asam lambung kearah tenggorakan atau mulut (regurgitasi) maka bisa diatasi dengan tidak berbaring setelah makan (Sinaga & Fajrin, 2022). Praktik pencegahan GERD yang bisa dilakukan oleh mahasiswa menurut *American college of gastroenterology* seperti: menerapkan pola makan yang sehat dan teratur, berhenti merokok, menjaga berat badan ideal, tidak melakukan olahraga berlebihan dan tidak mengonsumsi alkohol (Katz et al, 2022).

Mahasiswa sebagai subjek dalam penelitian ini, tinggal dalam asrama dan diharuskan untuk mengikuti setiap aturan dan kegiatan yang telah ditetapkan seperti *cleaning day*, *monthly event*, serta kegiatan seminar. Banyaknya tugas dan kegiatan bisa membuat pola makan mahasiswa terganggu seperti, terlambat makan akibat waktu istirahat yang tidak menentu, melewati waktu makan karena mengejar tenggat tugas, mengonsumsi kopi untuk tetap terjaga di malam hari saat mengerjakan tugas yang pada akhirnya berpengaruh pada kualitas tidur mahasiswa. Khususnya, mahasiswa tahun kedua dan ketiga yang disibukan dengan klinik lebih dari satu mata kuliah, banyak tugas yang harus dikerjakan, melaksanakan *work obligation* di rumah sakit seringkali waktu makan dan istirahat mahasiswa tersebut akan

terganggu. Selain itu, dalam proses pembelajaran mahasiswa tersebut telah mendapatkan pengetahuan tentang berbagai penyakit mulai dari definisi, penyebab, tanda/gejala dan cara pencegahan penyakit tersebut termasuk GERD. Namun, berdasarkan data awal *self assessment* GERD sebagian besar mahasiswa mengalami gejala GERD. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat *self assessment* GERD pada mahasiswa yang tinggal di asrama dan hubungannya dengan praktik pencegahan GERD. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan untuk meningkatkan kesadaran dan memperkuat upaya pencegahan GERD pada kalangan mahasiswa keperawatan.

1.2 Rumusan Masalah

Mahasiswa yang tinggal di asrama diwajibkan menyelesaikan tugas akademik dan secara aktif mengikuti kegiatan asrama. Jadwal yang padat membuat mahasiswa kesulitan dalam mengatur waktu untuk istirahat, waktu untuk mengerjakan tugas, dan menerapkan pola hidup yang sehat sehingga memicu terjadinya GERD. GERD membawa dampak yang buruk bagi kualitas hidup mahasiswa, menghambat proses belajar dalam perkuliahan dan aktivitas dalam asrama. Berdasarkan data awal yang adalah evaluasi diri menggunakan GERD-Q pada 15 responden terkait gejala GERD yang dialami dalam 7 hari terakhir, didapatkan sebagian besar responden mengalami gejala GERD. Oleh karena itu, peneliti berminat untuk meneliti tentang hubungan *self assessment* GERD dengan praktik pencegahan GERD pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *self assessment* dengan praktik pencegahan *gastroesophageal reflux disease* pada mahasiswa salah satu Universitas Swasta di Tangerang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui karakteristik: usia dan jenis kelamin pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang.
- 2) Untuk mengetahui *self assessment* GERD pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang.
- 3) Untuk mengetahui praktik pencegahan GERD pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang.
- 4) Untuk mengetahui hubungan *self assessment* GERD dengan praktik pencegahan GERD pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang.

1.4 Pertanyaan Penelitian Dan Hipotesis

1.4.1 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara *self assessment* dengan praktik pencegahan GERD pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang?

1.4.2 Hipotesis

Tidak ada hubungan antara *self assessment* GERD dengan praktik pencegahan GERD pada mahasiswa salah satu universitas swasta di Tangerang.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dalam mengatasi permasalahan tentang GERD serta praktik yang bisa diterapkan dalam mencegah terjadinya GERD.

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Pembaca

Penelitian ini memberikan informasi yang dapat meningkatkan

pemahaman dan kesadaran pembaca yang belum ataupun sudah mengalami GERD untuk mengenali penyebab dan gejala GERD serta menerapkan kebiasaan hidup sehat dengan mengurangi konsumsi makanan pedas dan berminyak.

2) Bagi peneliti selanjutnya

Hasuk penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian terkait variabel lain yang memengaruhi praktik pencegahan GERD pada mahasiswa, seperti pengetahuan, sikap, akses informasi, atau faktor lingkungan.

3) Bagi institusi Pendidikan

Informasi dalam Penelitian ini dapat berkontribusi dalam pengembangan program edukasi tentang pentingnya pencegahan GERD sejak dini sebelum munculnya gejala GERD.

