

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pola makan merupakan kebiasaan mengonsumsi makanan yang bervariasi, rutin sarapan pagi (menjaga frekuensi makan), menghindari makanan pedas, asam, dan makanan instan, menghindari minuman beralkohol, makan makanan. Pola makan merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi status gizi seseorang. Hal ini sering kali disebabkan oleh kesibukan, kebiasaan mengonsumsi makanan instan, atau minimnya pemahaman tentang pentingnya pola makan yang sehatasiswa yang kurang memperhatikan kebutuhan gizi mereka. Hal ini sering kali disebabkan oleh kesibukan, kebiasaan mengonsumsi makanan instan, atau minimnya pemahaman tentang pentingnya pola makan yang sehat. (Studi P *et al.*, 2023). Mahasiswa biasanya lebih memilih tidak langsung ke dokter, mengobati diri sendiri, dan mengabaikan gejala yang timbul. *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) merupakan salah satu penyakit gastrointestinal yang umum terjadi di seluruh dunia (Mousa & Hassan, 2017). GERD merupakan sebagai suatu keadaan dengan gejala iritasi dan efek samping yang disebabkan oleh refluks isi lambung ke kerongkongan. Kriteria khas untuk mendiagnosis GERD adalah gejala klasik dan hasil uji empiris dengan penekanan asam (Newberry & Lynch, 2019).

Dalam pengobatan GERD, perubahan gaya hidup sangatlah penting. Hubungan antara terjadinya refluks dan makanan asin, coklat, makanan kaya lemak, dan minuman bersoda dan dalam modifikasi gaya hidup, faktor lain yang terlibat

adalah interval makan dengan tidur, posisi berbaring pasien, kebiasaan merokok, lemak atau obesitas (Chhabra & Ingole, 2022).

Prevalensi GERD sangat bervariasi di seluruh dunia, berkisar antara 2,5-7,8% di Asia Timur, 8,7-33,1% di Timur Tengah, 8,8-25,9% di Eropa, 18,1-27,8% di Amerika Utara, 23,0% di Amerika Selatan, dan 11,6% di Australia. (Baklola *et al.*, 2023). Menurut Syam *et al.* tahun 2016, Tingkat kejadian GERD di Indonesia tergolong cukup tinggi yaitu 27,4%. Pada RS Saiful Anwar didapatkan 32,5% penderita GERD adalah perempuan dan 67,5% penderita GERD adalah laki-laki (Tarigan RC dan Pratomo B, 2019).

Penelitian sebelumnya tentang Hubungan pola makan dengan terjadinya *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala di dapatkan hasil persentase mahasiswa yang memiliki pola makan buruk lebih banyak mengalami GERD yaitu sebanyak 13 orang (34,2%) dari 38 orang total subjek yang mengalami GERD. Persentase mahasiswa yang memiliki pola makan baik menunjukkan lebih banyak tidak mengalami GERD yaitu sebanyak 154 orang (86,5%) dari 178 total subjek yang tidak mengalami GERD (Fauza B *et al.*, 2020).

GERD berhubungan dengan pola makan dan pola hidup yang kurang sehat, seperti memiliki kebiasaan makan tengah malam, melewatkan sarapan, makan cepat, makan makanan pedas, dan makan melebihi kenyang atau porsi besar, mengomsumsi makanan tinggi lemak, interval makan kurang dari tiga jam antara makan malam dan waktu tidur, merokok, dan konsumsi alkohol (Zhang *et al.*, 2021).

Permasalahan mengenai Hubungan Pola Makan terhadap kejadian GERD mungkin ada. Oleh sebab itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan pola makan terhadap kejadian GERD pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap kejadian GERD pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang.

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui kejadian GERD pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang.
- b. Untuk mengetahui pola makan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Menjadi referensi untuk dijadikan penelitian selanjutnya dan menambah wawasan terkait hubungan pola makan dengan kejadian GERD.

1.4.2 Manfaat klinis

Memberikan informasi dan dapat dipakai untuk edukasi serta pencegahan GERD.

1.4.3 Manfaat bagi masyarakat

Memberikan wawasan tentang hubungan pola makan terhadap kejadian GERD dan dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki pola makan yang lebih baik untuk mengurangi risiko terjadinya GERD.

