

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) adalah kondisi kronis pada sistem pencernaan yang terjadi akibat asam lambung naik ke kerongkongan akibat disfungsi sfingter esofagus bagian bawah. Kondisi ini ditandai dengan gejala seperti heartburn (rasa panas di dada), regurgitasi, kesulitan menelan, mual, dan sakit tenggorokan. Insiden GERD meningkat di kalangan mahasiswa, terutama mahasiswa kedokteran, yang terpengaruh oleh stres akademik yang tinggi, pola makan tidak teratur seperti melewatkan sarapan, mengonsumsi makanan pedas dan makanan cepat saji, serta minum kopi atau minuman bersoda. Selain itu, kebiasaan berbaring setelah makan, jadwal kuliah yang padat, dan kurang istirahat memperparah kondisi ini. Mahasiswa merupakan kelompok rentan terhadap GERD karena kombinasi beban akademik yang tinggi dan kebiasaan makan yang tidak sehat, yang meningkatkan risiko gangguan sistem pencernaan (Alaya et al., 2025). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa stres berkorelasi positif secara signifikan dengan gejala GERD, terutama pada mahasiswa kedokteran dan kesehatan yang menghadapi tekanan akademis yang tinggi (Turab et al., 2025). Sebuah penelitian di Korea menunjukkan bahwa mahasiswa dengan stres tinggi memiliki risiko 1,8 kali lebih besar untuk mengalami gejala GERD (K. W. Jung et al., 2025). Selain itu, stres kronis telah terbukti menyebabkan disregulasi sistem saraf otonom dan peningkatan hormon kortisol yang memperburuk peradangan dan sensitivitas viseral (Poumeaud et al., 2021). Beban penyakit akibat Gejala GERD yang berulang juga dapat mengurangi

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

kualitas hidup dan meningkatkan stres dengan mengganggu aktivitas kelas dan aktivitas sosial (Hanifah, 2025). Kondisi ini sering menyebabkan penurunan konsentrasi, kelelahan, dan kesulitan berkonsentrasi selama proses belajar, yang dapat mengurangi produktivitas akademik dan prestasi belajar. Selain itu, ketidaknyamanan, terutama saat berbaring, sering menyebabkan gangguan tidur, membuat siswa merasa lelah sepanjang hari (Alomair et al., 2023).

Menurut World Health Organization, (2023) prevalensi GERD di dunia diperkirakan meningkat dari 13,3% pada 2015 menjadi 15,1% pada tahun 2020-2022. Prevalensi GERD di Asia relatif rendah dibanding negara barat. Di Amerika, hampir 7% populasi memiliki keluhan heartburn dan sekitar 20% - 40% diperkirakan menderita GERD. Menurut Fitri et al., (2024) studi epidemiologi di Asia menunjukkan bahwa prevalensi GERD tahun 2005 di Asia Tenggara dan Barat (6,3-18,3%) lebih tinggi dibandingkan di Asia Timur (5,2-8,5%). Menurut Alaya et al., (2025) Prevalensi GERD di kalangan mahasiswa ITSK Soepraoen Malang dalam studi ini mencapai 40%, menunjukkan tingkat insidensi yang cukup tinggi di kalangan mahasiswa kesehatan.

Stres memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan produksi asam lambung. Ketika seseorang mengalami stres, terjadi perubahan hormonal, khususnya peningkatan hormon kortisol dan stimulasi saraf simpatis (Nervus Vagus) yang memicu sekresi asam lambung (HCl) yang berlebihan. Hal ini mengiritasi mukosa lambung dan memperparah gejala gastritis, mekanisme yang juga terjadi pada kasus GERD akibat dari peningkatan asam lambung, pasien sering merasakan gejala seperti nyeri ulu hati, perih, mual, dan kembung,

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

yang merupakan gejala khas gastritis dan GERD (Afida et al., 2023). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat stres yang tinggi memiliki prevalensi gejala GERD yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang mengalami stres ringan hingga sedang (Olivera et al., 2023).

Tingginya paparan stres akademis di kalangan mahasiswa dan kurangnya penanganan dini terhadap gejala GERD yang progresif. Di lingkungan pendidikan tinggi, terutama mahasiswa keperawatan yang menghadapi beban akademik dan praktik klinis yang berat, tekanan-tekanan ini sangat nyata. Jika tidak ditangani gejala ringan seperti ketidaknyamanan perut dapat berkembang menjadi masalah kesehatan serius yang memerlukan intervensi medis jangka panjang (Abdelmaksoud et al., 2024).

Meskipun hubungan antara stres dan gangguan pencernaan telah banyak diteliti, masih ada kesenjangan dalam penelitian yang secara khusus mengeksplorasi hubungan langsung antara stres akademik dan gejala GERD pada mahasiswa keperawatan. Sebuah penelitian oleh Turab et al., (2025) menunjukkan bahwa tingkat stres yang tinggi secara signifikan terkait dengan peningkatan gejala GERD pada mahasiswa fakultas kesehatan. Namun, penelitian tersebut tidak secara eksplisit memisahkan jenis stres yang diteliti, sehingga stres akademik sebagai jenis stres yang spesifik belum dieksplorasi secara mendalam. Di sisi lain, menurut Olivera et al., (2023) menekankan bahwa stres akademik secara signifikan mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa, seperti kecemasan, kelelahan, dan gangguan tidur. Namun, mereka tidak membahas bagaimana stres tersebut dapat berdampak pada sistem pencernaan seperti GERD (Aziz et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian ini

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

memiliki posisi yang unik dan penting karena secara khusus berusaha menjelaskan hubungan antara stres akademik sebagai bentuk tekanan psikososial dengan gejala GERD pada mahasiswa keperawatan di Indonesia yang belum banyak dibahas pada penelitian- penelitian sebelumnya.

Stres akademik merupakan salah satu masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa, terutama di bidang kesehatan yang memiliki tuntutan akademik yang tinggi. Berbagai upaya telah dilakukan oleh institusi pendidikan untuk mengurangi dampak stres akademik pada mahasiswa, seperti memberikan layanan konseling, pelatihan manajemen stres, dan memperkuat hubungan sosial melalui kegiatan organisasi kampus. Intervensi tersebut umumnya berfokus pada aspek psikologis dan sosial dengan tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan mental mahasiswa. Menurut Samong, (2024) menemukan bahwa strategi coping seperti pendekatan emosional, penghindaran, dan keterlibatan sosial telah diterapkan mahasiswa keperawatan untuk mengatasi stres akademik. Penelitian oleh Quinto Egdonna A, (2024) mengungkapkan bahwa meskipun tingkat stres tinggi, perilaku hidup sehat mahasiswa tidak selalu terganggu, namun perilaku tidak sehat cenderung meningkat yang menjadi pemicu potensial terjadinya gangguan pencernaan. Solusi berbasis psikososial tidak selalu efektif karena sering kali bersifat umum dan tidak spesifik terhadap beban akademik mahasiswa keperawatan yang unik, terutama terkait praktik klinis, tanggung jawab profesional, dan tekanan akademis yang tinggi. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan antara stres akademik dan GERD di kalangan mahasiswa tidak hanya penting sebagai

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

kontribusi ilmiah, tetapi juga sebagai dasar dalam upaya peningkatan kesehatan fisik dan mental mahasiswa di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Untuk mengetahui hubungan antara stres dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Utama

Tujuan penelitian ini dilakukan secara umum adalah untuk mengetahui “hubungan antara stres dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa”.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui karakteristik demografi mahasiswa keperawatan
- b. Untuk mengidentifikasi tingkat stres pada mahasiswa keperawatan
- c. Untuk mengidentifikasi gejala GERD pada mahasiswa keperawatan
- d. Untuk mengetahui hubungan stres dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori dalam bidang keperawatan komunitas dan keperawatan medikal-bedah, terutama dalam memahami pengaruh faktor psikologis seperti stres akademik terhadap gangguan sistem gastrointestinal seperti GERD.

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

Menambah literatur ilmiah yang dapat dijadikan acuan dalam pengembangan kurikulum pembelajaran, terutama pada mata kuliah yang terkait dengan keperawatan psikosomatik, kesehatan mental, dan promosi kesehatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Perawat

Menjadi pedoman dalam memberikan edukasi kesehatan kepada mahasiswa atau kelompok usia muda tentang pentingnya manajemen stres akademik untuk mencegah gangguan pencernaan seperti GERD, serta dalam merancang intervensi promotif dan preventif.

1.4.2.2 Bagi Peneliti Berikutnya

Menjadi referensi awal bagi peneliti lain yang ingin melakukan studi serupa atau lanjutan, baik dalam konteks mahasiswa maupun kelompok populasi lainnya, serta sebagai landasan dalam mengembangkan model intervensi yang berbasis pada pendekatan bio-psiko-sosial.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan	Perbedaan Penelitian
1.	Hebatalla Abdelmaksoud Abdelmonsef Ahmed, Ahmed Yousef, RaniaEl-	Psychological factors,lifestyle habits, and their association with gastroesophageal reflux disease among	Desain Studi observasional dengan desain analytical cross-sectional.Sampel: 2241 mahasiswa Lokasi:universitas diMesir (Cairo	Penelitian ini menunjukkan bahwa prevalensi gastroesophageal reflux disease (GERD) pada Mahasiswa di Mesir mencapai 22,6%. Analisis	Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada judul, metode, variable, populasi, sampel, dan Lokasi

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

	Kurdy, Manal Abdulaziz Murad, Shady Mohamed Abdelwahab, Hoda Ali Ahmed Shiba	Egyptian university students: A cross-sectional study	University, Kafr-Elsheikh University, Assiut University, dan Arish University). Analisis data: Statistik deskriptif, analisis korelasi Spearman, dan hierarchical logistic regression untuk menentukan prediktor signifikan GERD	regresi logistik mengungkapkan bahwa usia yang lebih tua, berat badan yang tinggi, tinggi badan yang lebih pendek, tingkat konsumsi makanan cepat saji yang tinggi, serta tingkat kecemasan yang tinggi (berdasarkan skor GAD-2) merupakan prediktor signifikan terjadinya GERD. Sebaliknya, tingkat stres yang dirasakan (PSS-4) dan aktivitas fisik tidak menunjukkan Hubungan yang signifikan dengan kejadian GERD.	1. Penelitian: Studi observasional dengan desain analytical cross-sectional. 2. Variabel independent Penelitian ini adalah gastroesophageal reflux disease among Egyptian 3. Variabel dependen penelitian ini adalah Psychological factors, lifestyle habits, and their association
2.	Matilda Suriyayothin, Wachirawitangkatavannich, upaporn Barrameesangpet	The Impact of Exam Related Stress on Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) Symptoms among High School Students in Bangkok	Desain Kuantitatif deskriptif dengan pendekatan survei Sampel: 434 siswa SMA di Bangkok Lokasi: Ekamai International School Bangkok Analisis data: Statistik deskriptif dan uji korelasi Pearson	Terdapat hubungan yang signifikan antara stres yang dialami siswa selama masa ujian dengan munculnya gejala Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). Hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dirasakan siswa, maka semakin besar kemungkinan mereka mengalami gejala GERD,	Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada judul, metode, variable, populasi, sampel, dan Lokasi 1. Penelitian: menggunakan Kuantitatif deskriptif dengan pendekatan survei 2. Variabel independent penelitian ini adalah Stres akibat ujian

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

				seperti heartburn, perut kembung, dan gangguan tidur. Oleh karena itu, pengelolaan stres yang baik sangat penting untuk mencegah timbulnya gejala GERD dan menjaga kesejahteraan fisik serta mental siswa selama masa ujian.	(Exam- related stress) 3.Variabel dependen penelitian ini adalah Gejala GERD (Gastroesophageal Reflux Disease Symptoms)
3.	Nabil J. Awadalla	Personal, Academic and Stress Correlates of Gastroesophageal Reflux Disease Among College Students in Southwestern Saudi Arabia: A Cross-Section Study	Desain Cross-sectional study sampel: 2.878 mahasiswa Lokasi: King Khalid University (KKU), Aseer Region, Southwestern Saudi Arabia Analisa data: Chi-square test, regresi logistik Univariat dan multivariat (aOR, CI95%) menggunakan SPSS v22ectional study	Berdasarkan hasil penelitian, prevalensi Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) pada mahasiswa mencapai 33,2% dari total responden. Beberapa faktor risiko yang secara signifikan berkaitan dengan kejadian GERD di antaranya adalah jenis kelamin laki-laki, erta berasal dari fakultas non-kesehatan selain itu, mahasiswa dengan tingkat stres tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami GERD. Dampak GERD terhadap kualitas hidup juga cukup signifikan, di mana hampir 50% mahasiswa dengan	Perbedaan dengan Penelitian ini terletak pada judul, metode, variable, populasi, sampel, dan Lokasi 1.Penelitian: menggunakan Cross-sectional study 2.Variabel independent penelitian ini adalah Stres umum, kebiasaan pribadi, dan akademik 3.Variabel dependen penelitian ini adalah Kejadian GERD berdasarkan GerdQ juga.

Andini Febriyanti
202210420311243
S1 Ilmu Keperawatan

				GERD aktivitas sehari-hari.	
--	--	--	--	-----------------------------	--

