

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

*Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) merupakan gangguan saluran pencernaan yang terjadi akibat naiknya asam lambung ke esofagus, yang menimbulkan gejala seperti nyeri ulu hati, rasa perih di dada, mual, dan sensasi pahit di mulut. GERD bukan hanya dipengaruhi oleh kondisi fisiologis, tetapi juga erat kaitannya dengan gaya hidup, terutama pola makan dan tingkat stres. Prevalensi GERD di dunia mencapai 8–33% dan terus meningkat setiap tahun, Indonesia mencapai sekitar 9,35% pada populasi umum dan lebih tinggi pada kelompok berisiko, seperti mahasiswa (Perkumpulan Gastroenterologi Indonesia (PGI), 2022).

Mahasiswa merupakan kelompok usia produktif yang rentan mengalami GERD. Dalam masa perkuliahan, mahasiswa mengalami berbagai tekanan akademik seperti tugas, ujian, dan kegiatan praktikum. Kondisi ini menimbulkan stres yang signifikan, yang jika tidak dikelola dengan baik dapat berpengaruh pada kesehatan fisik, termasuk gangguan pencernaan seperti GERD.

Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa stres merupakan salah satu faktor risiko utama yang dapat memperparah kejadian GERD, khususnya pada mahasiswa yang berada dalam tekanan akademik tinggi dan kurang mendapatkan waktu relaksasi (Ajjah et al., 2020). Stres, pola makan mahasiswa

juga menjadi pemicu terjadinya GERD. Mahasiswa cenderung memiliki pola makan tidak teratur, sering melewati sarapan, mengonsumsi makanan cepat saji, serta mengabaikan kandungan gizi dalam makanan yang dikonsumsi. Perubahan gaya hidup selama menempuh pendidikan di perantauan juga berkontribusi terhadap pembentukan pola makan yang buruk, seperti kebiasaan makan larut malam. Fakta menunjukkan bahwa mahasiswa yang tinggal di kos atau asrama umumnya kurang memperhatikan asupan gizi yang seimbang dan memiliki kebiasaan makan yang tidak sehat (Naftali, 2018).

Faktor stres dan pola makan ini saling berkaitan dalam memperburuk kondisi GERD, bahkan mahasiswa kehilangan nafsu makan, hal ini mengganggu keseimbangan nutrisi dan ritme pencernaan. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar terbukti dapat menurunkan tingkat stres dan membantu membentuk perilaku makan yang lebih sehat. Sosial support dapat memberikan dorongan psikologis yang berdampak positif terhadap kebiasaan makan dan kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan (Yosalia, 2022).

Fenomena GERD yang semakin meningkat di kalangan mahasiswa, disertai dengan tingginya tingkat stres dan buruknya pola makan, menjadi masalah yang penting untuk diteliti, terlebih mahasiswa keperawatan sebagai subjek penelitian memiliki jadwal akademik yang padat dan tanggung jawab besar dalam praktik klinik, sehingga mereka menjadi kelompok yang sangat rentan terhadap kondisi ini, penting untuk mengetahui bagaimana hubungan antara sosial support dengan pola makan mahasiswa yang berisiko mengalami GERD

agar dapat dilakukan upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas hidup mahasiswa.

Peneliti juga mendapatkan bahwa 3 dari 7 mahasiswa cenderung memiliki pola makan yang tidak teratur, sering mengonsumsi makanan cepat saji, pedas, asam, atau berlemak, serta mengabaikan waktu makan akibat jadwal kuliah yang padat dan stres akademik kebiasaan begadang dan konsumsi kafein yang tinggi juga dapat memperburuk gejala. terutama dalam lingkungan akademik yang kompetitif, dapat memperburuk kebiasaan makan yang tidak sehat. Dukungan sosial yang baik diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam mengelola stres dan menjaga pola makan yang lebih sehat, sehingga risiko GERD dapat diminimalisir.

Beberapa mahasiswa mengungkapkan pengalaman berbeda terkait dukungan sosial dan pola makan. Ada yang merasa kurang mendapat dukungan keluarga karena tinggal jauh dari rumah, sementara teman justru sering mengajak makan cepat saji. Ada pula yang pola makannya lebih teratur serta mendapat dukungan teman untuk menghindari makanan pemicu GERD. Sebaliknya, ada mahasiswa yang sering terlambat makan atau tidak sarapan, bahkan menunggu teman saat akan makan. Dari masalah tersebut peneliti melakukan penelitian ini dengan tujuan mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara sosial support dengan pola makan yang berisiko GERD pada mahasiswa.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti menyusun sebuah rumusan masalah sebagai berikut: “Adakah hubungan antara *social support* dengan pola makan mahasiswa yang berisiko GERD di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2025?”

## C. Tujuan

### 1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara *social support* dengan pola makan mahasiswa yang berisiko *gastroesophageal reflux disease* di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

### 2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tingkat *social support* yang diterima oleh mahasiswa yang berisiko GERD.
- b. Mengetahui pola makan mahasiswa yang berisiko GERD di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
- c. Jika terdapat hubungan, mengetahui keeratan hubungan *social support* dengan pola makan pada mahasiswa yang berisiko GERD Tahun 2025

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas dan promotif preventif terkait penyakit GERD, serta memperkaya kajian ilmiah mengenai hubungan *social support* terhadap pola makan.

##### 2. Manfaat praktis

###### a. Bagi Institusi Pendidikan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Menjadi bahan masukan dalam menyusun program edukasi kesehatan yang mendukung perilaku makan sehat dan membangun lingkungan sosial yang suportif.

###### b. Bagi Mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan untuk memberikan pemahaman tentang pentingnya *social support* dan pola makan sehat dalam mencegah atau mengurangi risiko GERD.

###### c. Bagi penelitian lain

Diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian lain dalam penelitian terkait *social support*, pola makan, dan risiko gastrointestinal pada kelompok remaja dan dewasa muda.

## E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian dalam skripsi ini disampaikan pada tabel 1:

Tabel 1

Keaslian penelitian

| No | Nama\tahun         | Judul                                                                                | Metode                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Hasil                                                                                                                                                                                                                                 | Persamaan                                                                                                                                                      | Perbedaan                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Rafika Zamri, 2023 | Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Pasien Rawat Inap Rumah Sakit | a. Metode penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i><br>b. Populasi dan sampel dalam penelitian ini yaitu 30 orang pasien rawat inap ruang perawatan interna Rumah Sakit Margono Soekarjo Purwokerto<br>c. Pengambilan sampel menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . | Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 86,7% responden pasien memiliki tingkat stres normal.<br>Hasil uji korelasi Spearman 0,703, $p = 0,000$ yang artinya ada hubungan antara hubungan sosial dengan dengan tingkat stress pasien. | a. Instrument penelitian menggunakan kuisisioner<br>b. Desain penelitian.<br>c. Variabel independen: <i>sosial support</i><br>d. Metode penelitian kuantitatif | a. Tempat penelitian sebelumnya dilakukan di Rawat Inap Rumah Sakit sedangkan penelitian sekarang dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta<br>b. Variabel dependen penelitian sebelumnya Tingkat stress pasien rawat inap sedangkan pada penelitian sekarang variabel dependen nya pola makan |

| No | Nama\tahun                | Judul                                                                                                                    | Metode                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Persamaan                                                                                                                                                         | Perbedaan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                           |                                                                                                                          | d. Analisis statistik menggunakan uji korelasi Spearman.                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 2. | Diko Ilham, 2024          | Hubungan pola makan terhadap kejadian gastroesophageal reflux disease pada mahasiswa kedokteran universitas Baiturrahmah | a. Metode penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i><br>e. Populasi dan sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa kedokteran sebanyak 60 responden.<br>f. Teknik pengambilan sampel random sampling<br>g. Analisis statistik menggunakan uji <i>Chi-Square</i> | Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan (22,7 %) responden positif mengalami gastroesophageal reflux disease.<br>Hasil uji <i>chi-square</i> didapatkan nilai $p = 0,000$ ( $p < 0,005$ ) yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pola makan terhadap kejadian gastroesophageal Reflux Disease pada mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2020. | a. Instrument penelitian menggunakan kuisioner<br>b. Desain penelitian: <i>cross sectional</i><br>c. Metode penelitian kuantitatif                                | a. Tempat penelitian sebelumnya dilakukan di Universitas Baiturrahmah sedangkan penelitian sekarang akan dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta<br>b. Variabel independen pada penelitian sebelumnya pola makan dan dependen nya kejadian GERD sedangkan pada penelitian sekarang variabel dependen nya pola makan dan independen yaitu <i>sosial support</i> |
| 3. | Faris rizki ardhani, 2022 | Hubungan pola makan dengan gastroesophageal reflux disease pada mahasiswa fakultas kedokteran                            | a. metode penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i> .<br>b. Populasi dan sampel penelitian                                                                                                                                                                      | Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa, (36,44%) responden pola makan buruk dan mengalami GERD.                                                                                                                                                                                                                                                                                | a. Instrument penelitian menggunakan kuisioner<br>b. Desain penelitian <i>cross sectional</i> .<br>c. Sama-sama meneliti pola makan sebagai variabel penting yang | a. Tempat penelitian sebelumnya dilakukan di Falkutas Universitas Kedokteran Mataram sedangkan penelitian sekarang dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.<br>b. Variabel independen pada penelitian sebelumnya pola makan                                                                                                                                    |

| No | Nama\tahun             | Judul                                                                                      | Metode                                                                                                                                                                                                                                                 | Hasil                                                                                                                                                                                                                                       | Persamaan                                                                                                                                                                                                        | Perbedaan                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                        | Universitas Mataram                                                                        | ini sebanyak 118 mahasiswa<br>c. Teknik pengambilan sampel <i>consecutive sampling</i><br>d. Analisis statistik menggunakan uji <i>Chi-Square</i><br>e. Analisa data menggunakan aplikasi computer (SPSS)                                              | Hasil uji <i>chi-square</i> didapatkan nilai menunjukan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian Gastroesophagel Reflux Disease ( $p=0,036$ ) dan didapatkan odds ratio pola makan terhadap GERD (OR 2,764 CI 95% 1,042 – 7,334) | berhubungan dengan GERD.<br>d. Metode penelitian kuantitatif                                                                                                                                                     | dan dependen nya Kejadian GERD sedangkan penelitian sekarang variabel dependen nya pola makan dan independen yaitu <i>sosial support</i> .                                                                                                                             |
| 4. | William Andre, 2022    | Dukungan Sosial dan <i>culture shock</i> pada Mahasiswa Rantau asal Kalimantan di Salatiga | a. Metode penelitian ini kuantitatif dengan Non probability sampling<br>b. Populasi dan sampel penelitian ini sebanyak 50 orang<br>c. teknik pengambilan sampel <i>accidental sampling</i><br>d. analisis statistik menggunakan uji korelasi Spearman. | Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 46 % responden menunjukan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan Tingkat <i>culture shock</i> pada mahasiswa Rantau asal kalimantan di salatiga.                               | a. Instrument penelitian menggunakan kuisioner<br>b. Skala yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial yaitu skala likert<br>c. Variabel independen: <i>sosial support</i><br>d. Metode penelitian kuantitatif | a. Tempat penelitian sebelumnya dilakukan di salatiga sedangkan penelitian ini dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.<br>b. Variabel dependen pada penelitian sebelumnya <i>culture shock</i> sedangkan penelitian sekarang variabel dependen nya pola makan. |
| 5. | Risma Arta Novia, 2023 | Hubungan Penderita GERD Dengan Pola                                                        | a. Metode penelitian ini kuisioner menggunakan                                                                                                                                                                                                         | Berdasarkan hasil penelitian didapatkan (52,4%)                                                                                                                                                                                             | a. Instrument penelitian menggunakan kuisioner                                                                                                                                                                   | a. Tempat penelitian sebelumnya dilakukan di asrama STIKes Abdi Nusantara Jakarta sedangkan                                                                                                                                                                            |

| No | Nama\tahun | Judul                                                                                      | Metode                                                                                                                                                                                                                                                       | Hasil                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Persamaan                                                                                     | Perbedaan                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |            | Hidup Tidak Sehat Pada Mahasiswa Yang Tinggal Di Asrama STIKes Abdi Nusantara Jakarta 2023 | desain Quasi experiment<br>b. Populasi dan sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa asrama STIKES abdi Nusantara Jakarta sebanyak 21 responden<br>c. Teknik pengambilan sampel random sampling<br>d. Analisis statistik menggunakan uji <i>Chi-Square</i> | memiliki pola makan berisiko GERD.<br>Hasil <i>Chi-Square</i> didapatkan nilai diperoleh nilai $p = 0,005$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan berisiko GERD pada mahasiswa yang tinggal di asrama STIKes Abdi Nusantara Jakarta tahun 2023. | b. Kedua penelitian focus pada risiko GERD pada mahasiswa<br>c. Metode penelitian kuantitatif | penelitian sekarang dilakukan di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.<br>b. Variabel dependen pada penelitian sebelumnya kejadian GERD dan independen pola makan sedangkan penelitian sekarang variabel dependen nya pola makan dan independen yaitu <i>sosial support</i> . |