

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Penyakit *refluks gastroesophageal* (GERD) adalah kondisi di mana asam lambung mengalir kembali ke kerongkongan, menyebabkan iritasi pada lapisan kerongkongan. Gejala umum GERD meliputi regurgitasi asam, rasa panas di dada (mulas), nyeri dada, dan nyeri ulu hati. Selain itu, penderita GERD mungkin mengalami kesulitan menelan, batuk kronis, suara serak, dan gangguan tidur akibat ketidaknyamanan yang ditimbulkan oleh gejala tersebut. GERD dapat mempengaruhi kualitas hidup secara signifikan jika tidak ditangani dengan baik (Halimatusyadiah, 2024: 130). Menurut data *Global Burden of Diseases* (GBD) tahun 2019, jumlah kasus penyakit GERD di seluruh dunia diperkirakan mencapai sekitar 783,95 juta. Prevalensi GERD di Indonesia termasuk tinggi, seperti yang terungkap dalam penelitian oleh Divisi Gastroenterologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia di RS Cipto Mangunkusumo Jakarta. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa sekitar 22% dari pasien yang menjalani pemeriksaan endoskopik dengan indikasi dispepsia mengalami kasus esophagitis (Mokhtar, 2024: 182).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gastritis menempati posisi keenam dengan persentase 60,86% dari total 33.580 pasien rawat inap. Tingginya prevalensi GERD di Indonesia sebagian besar disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat, terutama pola makan yang kurang baik. Konsumsi makanan berlemak tinggi, pedas, asam, serta minuman berkafein dan bersoda dapat memicu naiknya asam lambung ke kerongkongan. Selain itu, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan stres yang tinggi turut berkontribusi dalam meningkatnya kasus GERD. Pola makan tidak teratur dan kebiasaan makan dalam porsi besar sebelum tidur juga memperparah

kondisi ini, sehingga menyebabkan peningkatan prevalensi GERD di Indonesia (Triana, 2023: 17).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aminah pada tahun (2024), studi terhadap 66 responden menunjukkan bahwa sebanyak 45 responden (68,2%) memiliki pola makan yang tidak sehat. Dari kelompok ini, 34 orang (51,5%) mengalami gastritis, sementara 11 orang lainnya (16,7%) tidak mengalami kondisi tersebut. Sebaliknya, dari 21 responden (31,8%) yang memiliki pola makan sehat, hanya 7 orang (10,6%) yang menderita gastritis, sedangkan 14 orang (21,2%) tidak menderita gastritis. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian gastritis di kalangan remaja kelas XI dan XII di SMK Fahd Islamic School pada tahun 2023. Hubungan ini diperkuat oleh hasil uji chi-square yang menunjukkan nilai p-value sebesar 0,001, yang lebih kecil dari 0,05, menandakan adanya korelasi yang kuat antara kedua variabel tersebut.

Hal ini diperkuat penelitian Utami (2024) melalui pengumpulan data dari sejumlah responden, penelitian ini bertujuan untuk memahami sejauh mana pola makan yang tidak sehat dapat menjadi faktor risiko bagi perkembangan GERD. Dengan menganalisis kebiasaan makan harian responden, termasuk konsumsi makanan berlemak tinggi, pedas, dan bersoda, serta pola makan tidak teratur, penelitian ini berupaya untuk mengidentifikasi pola makan yang berpotensi memicu gejala GERD. Hasil penelitian mengatakan, penyakit GERD yang dialami oleh responden menyebabkan rasa sakit perut, mual, dan sakit kepala, sehingga responden merasa perlu untuk makan lebih dari tiga kali sehari. Sebagai hasilnya, dalam sehari, responden hanya makan dua kali dan tidak mengonsumsi makanan selingan atau cemilan, sehingga menyebabkan lambung kosong selama 5-6 jam, yang seharusnya hanya kosong selama 3-4 jam. Akibatnya, gangguan GERD dimulai karena pola makan yang tidak teratur atau karena lambung kosong dalam waktu yang lebih lama dari biasanya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang pentingnya pola makan sehat dalam mencegah dan mengelola penyakit GERD, serta memberikan dasar untuk rekomendasi intervensi nutrisi yang tepat bagi individu yang rentan terhadap kondisi tersebut. Komplikasi GERD dapat berdampak serius jika tidak ditangani dengan baik. Salah satu komplikasi utama adalah esofagitis, yaitu peradangan pada kerongkongan akibat paparan asam lambung yang berulang. Kondisi ini bisa berkembang menjadi ulkus atau luka pada dinding kerongkongan, yang dapat menyebabkan pendarahan dan rasa nyeri. GERD juga dapat menyebabkan striktur esofagus, yaitu penyempitan kerongkongan yang mengakibatkan kesulitan menelan. Selain itu, GERD yang kronis bisa meningkatkan risiko berkembangnya esofagus Barrett, suatu kondisi prakanker di mana sel-sel lapisan kerongkongan berubah menjadi mirip dengan sel-sel usus, yang dapat meningkatkan risiko kanker esophagus (Kalajati, 2019: 14).

Berdasarkan catatan rekam medis di RS Bhayangkara TK 1 Pusdokkes Polri, pada tahun 2023 tercatat sebanyak 666 kasus pasien yang menderita GERD. Khusus untuk periode Januari hingga Maret 2024, jumlah pasien yang tercatat mengalami GERD adalah sebanyak 49 orang. Hasil wawancara dengan 5 pasien yang mengalami GERD mengungkapkan beberapa faktor penyebab yang umum. Faktor-faktor tersebut meliputi pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan yang tinggi lemak dan pedas, serta minuman yang berkafein dan beralkohol tinggi. Selain itu, kebiasaan makan yang tidak teratur, seperti mengonsumsi makanan dalam porsi besar sebelum tidur, juga diidentifikasi sebagai pemicu utama kekambuhan GERD. Dengan demikian, penanganan GERD tidak hanya memerlukan pengobatan medis, tetapi juga perubahan gaya hidup, khususnya dalam pola makan dan kebiasaan sehari-hari, untuk mengurangi frekuensi kekambuhan dan memperbaiki kualitas hidup pasien.

Penelitian mengenai hubungan pola makan dengan tingkat kekambuhan penyakit GERD memiliki signifikansi yang besar dalam pemahaman dan penanganan kondisi ini. GERD adalah gangguan pencernaan yang melibatkan naiknya asam lambung ke kerongkongan, menyebabkan gejala seperti nyeri dada, mulas, dan regurgitasi. Pola makan merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi gejala GERD, dengan makanan tertentu dapat memicu atau meredakan kekambuhan. Penelitian mengenai hubungan ini membuka jalan bagi pengembangan strategi pengobatan yang lebih efektif, seperti perubahan pola makan yang dapat membantu mengelola gejala dan mengurangi kekambuhan. Informasi yang diperoleh dari penelitian semacam ini juga memberikan panduan bagi individu yang menderita GERD untuk membuat pilihan makanan yang lebih baik dan memodifikasi gaya hidup mereka guna mengurangi risiko kekambuhan serta meningkatkan kualitas hidup.

Dengan demikian, penelitian tentang hubungan pola makan dengan tingkat kekambuhan penyakit GERD bukan hanya memberikan wawasan baru dalam pengobatan, tetapi juga memiliki dampak yang signifikan dalam pencegahan dan manajemen kondisi ini. Maka judul dalam penelitian ini “Hubungan Pola Makan terhadap Tingkat Kekambuhan Sakit GERD di Ruang Anton Sujarwo RS Bhayangkara Tk I Puskokkes Polri.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Permasalahan GERD menjadi fokus penting dalam kesehatan masyarakat, mengingat prevalensinya yang terus meningkat dan dampaknya yang merugikan pada kualitas hidup individu. Salah satu aspek yang semakin diperhatikan dalam penanganan GERD adalah hubungan antara pola makan dengan tingkat kekambuhan penyakit tersebut. Pola makan yang tidak sehat dapat menjadi pemicu utama kekambuhan GERD, dengan konsumsi makanan atau minuman tertentu yang meningkatkan produksi asam lambung atau melemahkan sfingter esofagus bawah. Oleh karena itu, penelitian tentang hubungan ini menjadi krusial dalam mengembangkan strategi intervensi yang

efektif dalam manajemen dan pencegahan penyakit. Informasi yang diperoleh dari penelitian semacam ini akan memberikan panduan praktis bagi individu yang menderita GERD untuk mengubah pola makan mereka, menghindari pemicu potensial, dan mengelola gejala dengan lebih baik.

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Bagaimana hubungan pola makan dengan kekambuhan GERD pasien rawat inap di Ruang Anton Sujarwo RS Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Berdasarkan rumusan masalah penelitian, tujuan umum dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kekambuhan GERD pasien rawat inap di Ruang Anton Sujarwo RS Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus yang hendak dicapai dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden pada pasien yang mengidap GERD.
- b. Mengidentifikasi pola makan pasien pengidap GERD di ruang Anton Soedjarwo.
- c. Mengidentifikasi kekambuhan GERD pasien pengidap GERD di ruang Anton Soedjarwo.
- d. Mengidentifikasi hubungan pola makan dengan kekambuhan GERD pasien pengidap GERD di ruang Anton Soedjarwo.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Besar harapan Penulis, penelitian ini memberikan berbagai manfaat diantaranya:

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian teoritis mengenai hubungan antara pola makan dan kekambuhan GERD pada pasien rawat inap Anton Sujarwo di RS Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kondisi tersebut, membuka peluang untuk pengembangan strategi intervensi yang lebih spesifik dan efektif dalam manajemen penyakit GERD di lingkungan rumah sakit tersebut..

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga bagi masyarakat umum tentang pentingnya pola makan yang sehat dalam mencegah kekambuhan penyakit GERD, serta memberikan panduan praktis bagi individu yang mungkin memiliki risiko terkena kondisi ini untuk mengatur pola makan mereka secara lebih optimal.

b. Bagi Ilmu Keperawatan

Penelitian ini akan memberikan kontribusi penting bagi ilmu keperawatan dengan meningkatkan pemahaman perawat tentang faktor-faktor lingkungan, seperti pola makan, yang memengaruhi kekambuhan GERD, sehingga memungkinkan penyedia layanan kesehatan untuk memberikan intervensi yang lebih tepat dan terarah kepada pasien.

c. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan landasan yang kuat bagi pengembangan keahlian klinis perawat dalam mengidentifikasi faktor risiko serta memperhatikan pola makan pasien sebagai bagian integral dari perawatan mereka, sehingga meningkatkan kemampuan perawat dalam memberikan perawatan yang holistik dan terpadu kepada pasien GERD.

d. Bagi RS Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri

Penelitian ini akan memberikan wawasan yang berharga bagi RS Bhayangkara TK.I Puskokkes Polri dalam meningkatkan pelayanan kesehatan dengan mengintegrasikan pemahaman tentang hubungan pola makan dengan kekambuhan GERD, serta memungkinkan pengembangan

program intervensi klinis yang lebih terarah untuk meningkatkan kualitas perawatan pasien dengan kondisi ini di rumah sakit.