

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan suatu kondisi patologis sebagai akibat refluks asam lambung naik ke esophagus atau kerongkongan yang menyebabkan gejala komplikasi yang mengganggu (Mile, 2020). Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya GERD diantaranya usia yang lebih tua, masa indeks tubuh, merokok, stres, pola makan tidak baik (Maurisha, 2022). Gejala klinis yang ditimbulkan dari GERD adalah nyeri, rasa terbakar ulu hati, mual, rasa tidak nyaman di epigastrium dan retrosternal bagian bawah.

Prevalensi *Gastroesophageal Reflux Disease* di Asia dianggap lebih rendah daripada di negara-negara Barat. Di Amerika Serikat, sekitar 7% dari populasi mengalami gejala *heartburn*, dengan perkiraan sekitar 20%-40% menderita GERD. Namun, penelitian baru menunjukkan adanya peningkatan prevalensi GERD di beberapa negara Asia. Di Iran, prevalensi GERD dilaporkan berkisar antara 6,3%-18,3%, sementara di Palestina angkanya mencapai 24%, dan di Jepang serta Taiwan sekitar 13%-15%. Di Asia Timur, prevalensi GERD berkisar antara 2%-8% pada tahun 2017 (Rijal, dkk 2024). Di Indonesia prevalensi GERD sudah mencapai 27,4%. Bahaya GERD jika tidak ditangani akan mengganggu kerja sistem pencernaan dan meningkatkan risiko kanker esophagus, salah satu penyebab GERD yaitu stres (Suherman, 2021).

Stres merupakan suatu kondisi seseorang mengalami gangguan pada tubuh maupun pikiran yang disebabkan oleh adanya perubahan dan tuntutan kehidupan (Mile, 2020). Stres muncul ketika seseorang dihadapkan pada risiko atau bahaya. Faktor lain seperti pendidikan, tekanan pekerjaan, ekonomi, pengalaman traumatis atau konflik interpersonal dapat menyebabkan stres. Ini bisa menjadi respon alami tubuh terhadap stres atau ketidakpastian dalam kehidupan.

World Health Organization (WHO) menyatakan sekitar 450 juta orang di dunia mengalami stres. Berdasarkan data Kementerian Riset dan Teknologi (Kemristek) tahun 2020, 55% masyarakat di Indonesia mengalami stres. Riset Kesehatan Dasar 2018 menyebutkan bahwa 5,9% penduduk di DKI Jakarta mengalami stres (Wirayudha, 2020). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ghonimah (2023) menunjukan responden dengan tingkat stres berat adalah yang terbanyak yaitu 32 responden (45,7%). Seseorang yang mengalami stres seringkali mengalami perubahan dalam pola makan.

Pola makan merupakan perilaku seseorang memilih makanan atau minuman untuk dikonsumsi setiap hari. Ini mencakup porsi, frekuensi, dan jenis makanan atau minuman yang dipilih berdasarkan faktor budaya dan sosial. Mengonsumsi makanan yang tidak sehat dan tidak teratur dapat menyebabkan inflamasi lambung. Jika ini terjadi dalam jangka waktu lama, produksi asam lambung akan meningkat, yang mengakibatkan dinding pada lambung teriritasi (Laurensius Uwa, 2019).

Faktor yang bisa mempengaruhi pola makan seseorang termasuk diantaranya masalah psikologis stres dan emosi. Hal ini dapat mengganggu pola makan yang teratur dan mendorong seseorang untuk memilih makanan tidak sehat yang dapat mengganggu kesehatannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aritonang (2021), sebanyak 73,3% mayoritas responden pola makannya tidak baik. Cara tersebut justru menyebabkan masalah lambung seperti GERD.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Octaviana (2021) ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* dengan $p\text{-value } 0,001 < 0,05$, serta terdapat hubungan bermakna antara pola makan dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* $p\text{-value } 0,001 < 0,05$. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Vanessa, dkk (2022) menunjukan tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease*

dengan p-value 0,531, dan pada penelitian Shofah (2022) tidak ada hubungan bermakna antara pola makan dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* p-value 0,134.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan bersama Kasubag Diklit Radjak Hospital Cileungsi pada tanggal 5 November 2024 didapatkan sebanyak 20% pasien *gastroesophageal reflux disease* yang berkunjung ke Rumah Sakit dr. Abdul Radjak Cileungsi. Menurut hasil wawancara dengan 10 pasien penderita GERD, 7 diantaranya mengatakan asam lambungnya naik ketika mengkonsumsi makanan pedas, telat makan, serta gangguan psikologis stres. Sehingga ketika stres muncul kebanyakan dari mereka malas makan dan lebih sering merokok atau mengkonsumsi makanan pedas agar mood mereka membaik.

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan di atas, maka peneliti tertarik meneliti “Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Gastroesophageal Reflux Disease Pada Pasien Di Radjak Hospital Cileungsi”.

Rumusan Masalah

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan salah satu penyakit yang paling umum dialami oleh masyarakat dewasa. Di Indonesia prevalensi GERD cukup tinggi mencapai 27,4%. Di radjak Hospital Cileungsi sebanyak 20% dari kunjungan pasien terdiagnosis GERD. Penyakit ini ditandai dengan gejala-gejala seperti nyeri dada, sulit menelan, dan regurgitasi. Meskipun GERD dapat dialami oleh siapa saja, namun beberapa faktor seperti pola makan dan stres dapat mempengaruhi kejadian penyakit ini. Berdasarkan hasil wawancara kepada 10 pasien GERD di Radjak Hospital Cileungsi 7 diantaranya mengatakan asam lambungnya naik ketika mengkonsumsi makanan pedas, telat makan dan stress.

Pola makan yang tidak seimbang dan stres yang berlebihan dapat memicu kejadian GERD. Namun, masih belum jelas bagaimana pola makan dan stres mempengaruhi kejadian GERD pada pasien dewasa. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui lebih lanjut apakah ada hubungan antara stres dan pola makan dengan kejadian GERD?

Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
2. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
3. Mengidentifikasi gambaran pola makan pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
4. Mengidentifikasi gambaran *gastroesophageal reflux disease* pasien di Radjak Hospital Cileungsi.
5. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* di Radjak Hospital Cileungsi.
6. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* di Radjak Hospital Cileungsi.

Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat dan meningkatkan wawasan serta pengalaman khususnya mengenai hubungan tingkat stres dan pola makan dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

1.4.2 Bagi Pasien

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang positif dalam upaya meningkatkan pengetahuan terkait tingkat stres dan pola makan terhadap kejadian *gastroesophageal reflux disease* pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan diteliti lebih lanjut manfaat dan seberapa jauh efektivitasnya dijadikan sumber bacaan yang meningkatkan pengetahuan mengenai tingkat stres dan pola makan dengan kejadian *gastroesophageal reflux disease* pada pasien di Radjak Hospital Cileungsi.

1.4.4 Bagi Institusi Radjak Hospital Cileungsi

Diharapkan penelitian ini dapat disosialisasikan sebagai referensi ilmiah untuk menambah pengetahuan petugas dalam meningkatkan kualitas pelayanan di Rumah Sakit.