



**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU POSISI TIDUR DAN POLA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN GERD TERKONTROL DENGAN
SKOR GERD-Q DI RSUD BUDHI ASIH JAKARTA TIMUR
TAHUN 2018**

SKRIPSI

LEILEVINA MEGA SEPTI

1410211167

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
2018**



**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU POSISI TIDUR DAN POLA
HIDUP SEHAT PADA PASIEN GERD TERKONTROL DENGAN
SKOR GERD-Q DI RSUD BUDHI ASIH JAKARTA TIMUR
TAHUN 2018**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran**

LEILEVINA MEGA SEPTI

1410211167

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
2018**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Leilevina Mega Septi

NRP : 1410.211.167

Tanggal : 15 Agustus 2018

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 15 Agustus 2018

Yang Menyatakan,



6000
ENAM RIBU RUPIAH

Leilevina Mega Septi

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Leilevina Mega Septi
NRP : 141.0211.167
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“HUBUNGAN ANTARA PERILAKU POSISI TIDUR DAN POLA HIDUP SEHAT PADA PASIEN GERD TERKONTROL DENGAN SKOR GERD-Q DI RSUD BUDHI ASIH JAKARTA TIMUR TAHUN 2018”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 15 Agustus 2018

Yang Menyatakan,



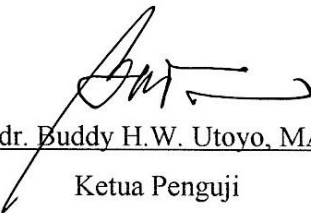
Leilevina Mega Septi

PENGESAHAN


Skripsi diajukan oleh:

Nama : Leilevina Mega Septi
NRP : 141.0211.167
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Judul Skripsi : Hubungan Antara Perilaku Posisi Tidur Dan Pola Hidup Sehat Pada Pasien GERD Terkontrol Dengan Skor GERD-Q Di RSUD Budhi Asih Jakarta Timur Tahun 2018.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Dr. dr. Buddy H.W. Utoyo, MARS
Ketua Penguji


dr. Salman Paris Harahap, Sp.PD
Pembimbing I


dr. Oktania Sandra, MBIomed
Pembimbing II



Dr. dr. Prijo Sidipratomo, Sp.Rad (K)
Dekan Fakultas Kedokteran


dr. Niniek Hardini, Sp.PA
Ka. PSSK

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 15 Agustus 2018

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU POSISI TIDUR DAN POLA HIDUP SEHAT PADA PASIEN GERD TERKONTROL DENGAN SKOR GERD-Q DI RSUD BUDHI ASIH JAKARTA TIMUR TAHUN 2018

Leilevina Mega Septi

Abstrak

Pasien dengan Gastro-Esophageal Reflux Disease (GERD) selain terapi medikamentosa direkomendasikan untuk melakukan perubahan pola hidup termasuk elevasi kepala tempat tidur. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara perilaku posisi tidur dan pola hidup sehat dengan skor GERD-Q pada pasien GERD terkontrol di RSUD Budhi Asih tahun 2018. Desain penelitian cross sectional dengan teknik stratified random sampling. Data dikumpulkan dengan melakukan wawancara dan melihat rekam medis. Responden sejumlah 97 pasien. Populasi penelitian adalah seluruh pasien rawat jalan GERD di RSUD Budhi Asih periode Januari – Maret tahun 2018. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 55% perempuan, 67% usia > 30 tahun, 69 orang sudah tidak terdiagnosa GERD lagi, 58% memiliki aktifitas sedang, 60% tidak mengkonsumsi lemak, 67% tidak mengkonsumsi makanan pedas, 67% tidak mengkonsumsi kafein, 63% tidak mengkonsumsi alkohol, 59% tidak merokok, 69% tidak mengkonsumsi makanan 2-3 jam sebelum tidur, dan 63% memiliki posisi tidur dengan bantal tinggi. Hasil analisis bivariat dengan uji Chi-Square didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara aktifitas fisik ($p = 0,001$), makanan lemak ($p = 0,009$), makanan pedas ($p = 0,023$), minuman kafein ($p = 0,001$), minuman alkohol ($p = 0,002$), kebiasaan merokok ($p = 0,013$), mengkonsumsi makanan 2-3 jam sebelum tidur ($p = 0,002$), dan perilaku posisi tidur ($p = 0,002$) dengan skor GERD-Q pada pasien GERD terkontrol.

Kata Kunci : *Gastro-Esophageal Reflux Disease* (GERD), Skor GERD-Q, Pola Hidup Sehat, Posisi Tidur

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP POSITION BEHAVIOR AND
HEALTHY LIFESTYLE IN CONTROLLED GERD PATIENTS
WITH GERD-Q SCORES IN BUDHI ASIH EAST JAKARTA HOSPITAL
IN 2018**

Leilevina Mega Septi

Abstract

Patients with Gastro-Esophageal Reflux Disease (GERD) besides the medicament therapy, are recommended to make changes in their lifestyle including the elevation of the head of the bed. This study aims to identify the relationship between the sleep position behavior and healthy lifestyle with a GERD-Q score in controlled GERD patients in Budhi Asih Hospital in 2018. The study design used the cross sectional with stratified random sampling technique. Data were collected by interviewing and seeing medical record. Respondents were 97 patients. The population were all patients with GERD at Budhi Asih Hospital during the period January-March in 2018. The results showed that 55% of women, 67% of the age > 30 years, 69 people had no GERD diagnosis, 58% had moderate activities, 60% didn't consume fat, 67% didn't consume spicy food, 67% didn't consume caffeine, 63% didn't consume alcohol, 59% didn't smoke, 69% didn't consume food 2-3 hours before going to bed, and 63% had a sleeping position with high pillows. From the results of the bivariate analysis with Chi-Square test, a significant relationship between physical activity ($p = 0.001$), fat food ($p = 0.009$), spicy food ($p = 0.023$), caffeine ($p = 0.001$), alcohol ($p = 0.002$), smoking habits ($p = 0.013$), eating foods 2-3 hours before bed ($p = 0.002$), and sleeping position behavior ($p = 0.002$) with GERD-Q scores in controlled GERD patients was found.

Keywords : *Gastro-Esophageal Reflux Disease (GERD), GERD-Q Score, Healthy Lifestyle, Sleeping Position*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi yang mulai dilaksanakan sejak Mei 2017 ini berhasil diselesaikan. Adapun judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah hubungan antara perilaku posisi tidur dan pola hidup sehat pada pasien GERD terkontrol dengan skor GERD-Q di RSUD Budhi Asih Jakarta Timur tahun 2018. Terima kasih penulis ucapkan kepada dr. Salman Paris Harahap, Sp.PD selaku dosen pembimbing I, dr. Oktania Sandra, M.Biomed, selaku dosen pembimbing II dan Dr. dr. Buddy H.W. Utoyo, MARS selaku penguji yang telah banyak memberikan saran dan motivasi yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

Selama menyelesaikan penyusunan skripsi ini penulis telah diberikan banyak bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang turut membantu, khususnya:

1. dr. Agastjtya Wisjnu Wardhana, Sp.PD-KGEH, selaku guru dan teladan yang telah memberikan ilmu dan dukungan selama melakukan pengambilan data di poli Penyakit Dalam RSUD Budhi Asih.
2. Para staff di lingkungan poli Penyakit Dalam RSUD Budhi Asih yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada saya untuk melakukan penelitian di poli Penyakit Dalam.
3. Seluruh responden penelitian yang sudah bersedia membantu saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ayah Sugino dan Ibu Harlely selaku orang tua yang selalu memberikan semangat serta doa dari awal memulai pendidikan kedokteran sampai selesainya skripsi ini.
5. Adik-adik tersayang Legina Aurila dan Azizah serta seluruh anggota keluarga yang tidak pernah lelah untuk memberikan semangat dan doa untuk penulis.
6. Akmal Taufiiqul Hakim yang selalu memberikan semangat dan doa serta saran dalam proses penulisan skripsi ini.

7. Teman-teman yang selalu ada dikala suka dan duka yaitu Hana Muthia, Maladewy, Darathalia, Dea Tasha, Rian Mourbas, Dhiyaulhadi, Ary, Unggul, dan seluruh teman-teman angkatan 2014 yang tidak bisa saya sebut namanya satu per satu.

Jakarta, 15 Agustus 2018

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, overlapping loops and curves, likely representing the initials 'LMS'.

Leilevina Mega Septi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GRAFIK.....	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Perumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian.....	3
I.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1 Landasan Teori	6
II.2 Kerangka Teori	19
II.3 Kerangka Konsep.....	20
II.4 Hipotesa Penelitian	20
II.5 Penelitian Terkait.....	20
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
III.1 Jenis Penelitian	23
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	23
III.3 Subjek Penelitian	23
III.4 Kriteria Penelitian.....	25
III.5 Identifikasi Variabel Penelitian	25
III.6 Definisi Operasional Variabel	26
III.7 Instrumen Penelitian	26
III.8 Protokol Penelitian (Cara Kerja Penelitian).....	27
III.9 Analisis Data.....	28
III.10 Alur Penelitian.....	29

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
IV.1 Hasil Penelitian.....	31
IV.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	47
IV.3 Keterbatasan Penelitian	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
V.1 Kesimpulan.....	59
V.2 Saran	60
DAFTAR PUSTAKA	61
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kuesioner GERD-Q.....	12
Tabel 2	Efektivitas Terapi Obat untuk GERD.....	17
Tabel 3	Komplikasi <i>Gastro-Esophageal Reflux Disease</i>	18
Tabel 4	Penelitian Terkait.....	21
Tabel 5	Definisi Operasional Variabel	26
Tabel 6	Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	40
Tabel 7	Hubungan Mengonsumsi Makanan Berlemak Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	41
Tabel 8	Hubungan Mengonsumsi Makanan Pedas Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	42
Tabel 9	Hubungan Mengonsumsi Minuman Kafein Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	43
Tabel 10	Hubungan Mengonsumsi Minuman Alkohol Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	43
Tabel 11	Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	44
Tabel 12	Hubungan Mengonsumsi Makanan 2-3 Jam Sebelum Tidur Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	45
Tabel 13	Hubungan Perilaku Posisi Tidur Dengan Skor GERD-Q Pada Pasien GERD Terkontrol di RSUD Budhi Asih Periode 2018.....	46

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Distribusi Jenis Kelamin Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	31
Grafik 2 Distribusi Usia Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	32
Grafik 3 Distribusi Hasil Skor GERD-Q Sebelumnya Pada Kunjungan Terakhir Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	33
Grafik 4 Distribusi Frekuensi Hasil Skor GERD-Q Saat Ini Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	34
Grafik 5 Distribusi Frekuensi Aktifitas Fisik Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	34
Grafik 6 Distribusi Frekuensi Mengkonsumsi Makanan Berlemak Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	35
Grafik 7 Distribusi Frekuensi Mengkonsumsi Makanan Pedas Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	36
Grafik 8 Distribusi Frekuensi Mengkonsumsi Minuman Berkafein Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	36
Grafik 9 Distribusi Frekuensi Mengkonsumsi Alkohol Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018.....	37
Grafik 10 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018.....	38
Grafik 11 Distribusi Frekuensi Mengkonsumsi Makanan 2-3 Jam Sebelum Tidur Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018	39
Grafik 12 Distribusi Frekuensi Posisi Tidur Pada Pasien GERD Rawat Jalan di RSUD Budhi Asih Periode Tahun 2018.....	39

DAFTAR BAGAN

Bagan 1	Patofisiologi Gastro-Esophageal Reflux Disease	10
Bagan 2	Alur Penatalaksanaan <i>Gastro-Esophageal Reflux Disease</i>	15
Bagan 3	Kerangka Teori Penelitian	19
Bagan 4	Kerangka Konsep Penelitian.....	20
Bagan 5	Alur Penelitian	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Menaikan Posisi Kepala Ketika Tidur Menggunakan Bantal atau Penyangga	16
--	----

DAFTAR SINGKATAN

BMI	= <i>Body Mass Index</i>
DASS	= <i>Depression Anxiety Stress Scale</i>
FK	= Fakultas Kedokteran
GERD	= <i>Gastro-Esophageal Reflux Disease</i>
GERD-Q	= <i>Gastro-Esophageal Reflux Disease Quesioner</i>
GORD	= <i>Heartburn and gastro-oesophageal reflux disease</i>
H2RA	= <i>H2-Receptor Antagonist</i>
IMT	= <i>Indeks Massa Tubuh</i>
LES	= <i>Lower Esophageal Sphinchter</i>
NERD	= <i>Non-erosive Reflux Disease</i>
PPI	= <i>Proton Pump Inhibitor</i>
RCT	= <i>Randomized clinical trials</i>
RSUD	= Rumah Sakit Umum Daerah
SCBA	= Saluran Cerna Bagian Atas
SPSS	= <i>Statistical Product and Service Solution</i>
UPN	= Universitas Pembangunan Nasional

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Pra Proposal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Penelitian
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 4 Surat Perizinan Penelitian oleh RSUD Budhi Asih Jakarta Timur
- Lampiran 5 Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 7 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 8 Hasil Uji SPSS
- Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian

