

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Refluks gastroesofageal sebenarnya merupakan proses fisiologis normal yang banyak dialami orang sehat, terutama saat sesudah makan. Namun, penyakit refluks gastroesofageal (*Gastro-Esophageal Reflux Disease/GERD*) adalah kondisi patologis di mana sejumlah isi lambung berbalik (refluks) ke esofagus melebihi jumlah normal dan menimbulkan berbagai keluhan (Ndraha 2014, hlm. 5).

Sehingga *Gastro-Esophageal Reflux Disease* didefinisikan sebagai suatu gangguan di mana isi lambung mengalami refluks secara berulang ke dalam esofagus, yang menyebabkan terjadinya gejala dan/atau komplikasi yang mengganggu. Pernyataan ini diajukan oleh Konsensus Asia Pasifik mengenai *Gastro-Esophageal Reflux Disease* tahun 2008, di mana penekanan diberikan kepada kata “mengganggu”, oleh karena menandakan adanya gangguan terhadap kualitas hidup (eds Syam dkk 2013, hlm. 2).

Penyakit *Gastro-Esophageal Reflux Disease* mempengaruhi hingga 30% orang dewasa di populasi Barat dan terus meningkat dalam prevalensinya. *Gastro-Esophageal Reflux Disease* dikaitkan dengan faktor gaya hidup, terutama obesitas dan merokok, yang akhirnya bisa mengancam kesehatan (Ness-Jensen dkk 2016, hlm. 4).

Berdasarkan 16 studi epidemiologi yang telah dilakukan, prevalensi *Gastro-Esophageal Reflux Disease* di Amerika Utara 18,1%–27,8%, Amerika Selatan 23,0%, Eropa 2,5%-7,8%, Australia 11,6%, Timur Tengah 8,7%-33,1%, dan Asia 2,5%-7,8%. Data ini menunjukkan bahwa kejadian *Gastro-Esophageal Reflux Disease* di Asia adalah yang terendah dari negara-negara lain di dunia (Naomi 2014, hlm. 22).

Indonesia sampai saat ini belum mempunyai data epidemiologi yang lengkap mengenai kondisi ini. Laporan yang ada dari penelitian Lelosutan SAR dkk di FKUI/RSCM-Jakarta menunjukkan bahwa dari 127 subjek penelitian yang

menjalani endoskopi saluran cerna bagian atas, 22,8% subjek diantaranya menderita esofagitis. Penelitian lain dari Syam AF dkk juga menemukan hasil survei di RSCM/FKUI-Jakarta, bahwa dari 1718 pasien yang menjalani pemeriksaan endoskopi saluran cerna bagian atas dengan indikasi dispepsia selama 5 tahun (1997-2002) menunjukkan adanya peningkatan prevalensi esofagitis, dari 5,7% pada tahun 1997 menjadi 25,18% pada tahun 2002 (rata-rata 13,13% per tahun). Hal itu terjadi karena adanya perubahan gaya hidup yang meningkatkan faktor risiko *Gastro-Esophageal Reflux Disease* (eds Syam dkk 2013, hlm.4). Lalu berdasarkan survei online terbaru yang dilakukan oleh Syam dkk antara Agustus 2013 dan Juni 2015 melaporkan bahwa dari 2045 subyek yang berpartisipasi dalam survei di Indonesia, ada 57,6% subjek *Gastro-Esophageal Reflux Disease* (Siahaan dkk 2017, hlm. 4).

Mengonsumsi makanan tinggi serat dan berolahraga tampaknya mampu mengurangi risiko terjadinya *Gastro-Esophageal Reflux Disease*, sementara jenis kelamin dan usia tidak terlalu mempengaruhi risiko (Eivind dkk 2016, hlm. 4). Di antara faktor lingkungan, faktor gaya hidup, khususnya kelebihan berat badan/obesitas, kebiasaan diet yang salah, tidak adanya aktivitas fisik dan kebiasaan merokok memiliki kemampuan menjadi faktor risiko *Gastro-Esophageal Reflux Disease*. Namun, peran patogenetik yang tepat dari faktor-faktor ini masih dalam perdebatan termasuk efek spesifik dari perubahan tersebut yang direkomendasikan (Festi dkk 2009, hlm. 1691).

*American College of Gastroenterology* merekomendasikan melakukan perubahan gaya hidup, seperti elevasi kepala tempat tidur, penurunan konsumsi lemak, coklat, alkohol, pepper mint, dan asupan kopi, penghentian merokok, dan menghindari makan selama 3 jam sebelum tidur sebagai perawatan medis selain mengonsumsi obat anti refluks. Namun, belum ada bukti yang cukup baik untuk mendukung rekomendasi modifikasi gaya hidup semacam itu (Kaltenbach dkk 2006, hlm. 965).

Sehingga berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya, saya selaku penulis ingin mengetahui apakah terjadi 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.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis menyimpulkan bahwa angka kejadian *Gastro-Esophageal Reflux Disease* akan mengalami peningkatan setiap tahunnya seiring dengan pola hidup modern. Pasien *Gastro-Esophageal Reflux Disease* perlu diberikan edukasi modifikasi gaya hidup yang baik untuk mengurangi tingkat kekambuhan refluks dari lambung agar bisa meningkatkan kualitas hidup. Maka pada penelitian ini, penulis ingin menganalisis adakah hubungan antara perilaku posisi tidur dan pola hidup sehat dengan skor GERD-Q pada pasien GERD terkontrol.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara perilaku posisi tidur dan pola hidup sehat dengan skor GERD-Q pada pasien *Gastro-Esophageal Reflux Disease/GERD* terkontrol di instalasi rawat jalan poliklinik RSUD Budhi Asih periode tahun 2018.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Menganalisis karakteristik sampel penelitian
- b. Mengetahui distribusi frekuensi aktifitas fisik, mengkonsumsi makanan berlemak, mengkonsumsi makanan pedas, mengkonsumsi minuman kafein, mengkonsumsi alkohol, kebiasaan merokok, mengkonsumsi makanan 2-3 jam sebelum tidur, dan perilaku posisi tidur pada pasien GERD terkontrol di instalasi rawat jalan poliklinik RSUD Budhi Asih periode tahun 2018.
- c. Menganalisis hubungan pola hidup sehat, antara lain: aktifitas fisik yang rutin, tidak mengkonsumsi makanan berlemak dan pedas, tidak mengkonsumsi kafein dan alkohol, tidak mengkonsumsi makanan 2-3 jam sebelum tidur, serta tidak memiliki kebiasaan merokok dengan skor GERD-Q pada pasien GERD terkontrol di instalasi rawat jalan poliklinik RSUD Budhi Asih periode tahun 2018.

- d. Menganalisis hubungan perilaku posisi tidur dengan skor GERD-Q pada pasien GERD terkontrol di instalasi rawat jalan poliklinik RSUD Budhi Asih periode tahun 2018.

## **I.4 Manfaat Penelitian**

### **I.4.1 Manfaat Teori**

Penelitian ini bermanfaat sebagai memberikan informasi tentang modifikasi pola hidup seperti perubahan posisi tidur dan menjalankan pola hidup sehat mampu menurunkan skor GERD-Q pada pasien GERD terkontrol.

### **I.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Manfaat bagi Rumah Sakit yang diteliti  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi RSUD Budhi Asih Jakarta Timur, khususnya mengenai penatalaksanaan non medikamentosa pada pasien *Gastro-Esophageal Reflux Disease*.
- b. Manfaat bagi Program Studi (Fakultas Kedokteran UPN)
  - 1) Melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam melaksanakan fungsi dan tugas perguruan tinggi sebagai lembaga yang menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat.
  - 2) Menambah referensi penelitian ilmiah di bidang ilmu penyakit dalam.
  - 3) Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dokumen yang berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan untuk penelitian selanjutnya.
- c. Manfaat bagi Mahasiswa (Penulis)
  - 1) Untuk memenuhi tugas akhir yang merupakan persyaratan bagi penulis untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran dan mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah didapat khususnya CRP (*Community Research Program*).
  - 2) Menjadi pengalaman bagi penulis dalam membuat kuesioner dan menganalisisnya.
  - 3) Menjadi pengalaman bagi penulis dalam merencanakan, melaksanakan, menyusun dan mengkomunikasikan karya ilmiah.

d. Manfaat bagi Masyarakat

Sebagai sumber informasi dan ilmu pengetahuan sehingga masyarakat mengetahui tentang penatalaksanaan non medikamentosa pada *Gastro-Esophageal Reflux Disease*.



