

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) adalah penyakit yang terjadi ketika isi lambung (cairan lambung) kembali naik ke esofagus yang diakibatkan karena tidak berfungsinya sfingter esofagus bagian bawah (Ardhan, F. R. et al., 2022). Kondisi ini bisa menyebabkan rasa terbakar di dada (*heartburn*), rasa pahit di mulut (regurgitasi), mual, serta kesulitan menelan (*disfagia*), yang dapat merusak lapisan mukosa esofagus (Maradjabessy, N. F. R. et al., 2023).

GERD merupakan penyakit pada sistem gastrointestinal yang umum terjadi di seluruh dunia. Menurut *World Gastroenterology Organisation* (WGO) tahun 2015, prevalensi di Amerika Serikat sebanyak 26,2%, Norwegia 26%, Swedia 25,9%, Iran 27-33%, China 2,5-6,2%, Jepang 16,5%, serta India memiliki prevalensi sebanyak 5,3-7,1%. Pada tahun 2019, terdapat 784 juta kasus GERD di dunia, angka tersebut memiliki peningkatan setiap tahunnya, hingga mencapai 7,8% dalam satu dekade terakhir yang terjadi pada seluruh kelompok usia dan jenis kelamin (PGI, 2022).

Dari hasil penelitian di Indonesia, prevalensi GERD menunjukkan hasil yang bervariasi. Menurut penelitian yang dilakukan Abdullah et al. (2016) prevalensi GERD sebanyak 9,35% terhadap 278 responden dengan

menggunakan kuesioner GERD (GERD-Q). Sedangkan penelitian yang dilakukan Syam et al. (2017) prevalensi GERD sebanyak 57,6% yang melibatkan 2.045 responden dengan menggunakan survei daring (PGI, 2022). Penelitian lain yang dilakukan Maradjabessy, N. F. R. et al. (2023) berdasarkan skor kuesioner GERD (GERD-Q) yang melibatkan 264 responden, 40 orang mengalami GERD, dengan prevalensi 15,2%. Kebanyakan yang mengalami GERD adalah perempuan, sebanyak 31 orang (11,7%). Usia tertinggi adalah 18 tahun dengan 16 orang (6,1%). Gejala paling umum adalah regurgitasi, yang dialami oleh 40 responden (8,5%). Sebagian besar responden memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori normal, sebanyak 16 orang (6,1%) (Maradjabessy, N. F. R. et al., 2023).

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) disebabkan oleh beberapa faktor risiko antara lain obesitas, usia, jenis kelamin, kehamilan, kebiasaan merokok, diabetes, asma, riwayat keluarga dengan GERD, serta skleroderma. Jenis makanan tertentu juga dapat memicu gejala refluks gastroesofageal, seperti bawang, saus tomat, mint, minuman berkarbonasi, cokelat, kafein, makanan pedas, makanan berlemak, alkohol, serta porsi makan yang terlalu besar (Mustika, S., 2021).

Kafein dapat ditemukan dalam minuman seperti kopi, teh, cokelat, soda, dan minuman berenergi. Kafein dapat mengubah cara kerja reseptor adenosin, yang dapat mempengaruhi kesehatan dengan dampak positif dan negatif. Dampak positif kafein meliputi peningkatan suasana hati, memperbaiki konsentrasi, meningkatkan performa aktivitas fisik, menangkai

radikal bebas sebagai antioksidan, membantu menurunkan berat badan. Namun, konsumsi kafein secara berlebihan juga dapat menyebabkan masalah seperti nyeri kepala, dispepsia, kualitas tidur yang buruk, kecemasan, dan peningkatan frekuensi BAK (Ginting et al., 2022).

Saat ini, konsumsi kafein di dunia tergolong cukup tinggi. Lebih dari 80% penduduk dunia mengonsumsinya setiap hari, baik sebagai stimulan atau dalam kombinasi dengan obat-obatan. Menurut *International Coffee Council* (ICC), Indonesia merupakan konsumen kopi terbesar kedua di Asia setelah Jepang. Hal ini mencerminkan tingginya tingkat konsumsi kopi di kalangan masyarakat Indonesia (Ningsih, P. W. et al., 2023).

Menurut data *International Coffee Organization* (ICO), melaporkan bahwa terjadi peningkatan konsumsi kopi Indonesia pada tahun 2019 sebanyak 3,6 juta karung menjadi 5 juta karung pada tahun 2020. Pelajar dan mahasiswa merupakan konsumen kedua dengan jumlah 35,5% setelah pekerja swasta dengan jumlah 47,9% (ICO, 2021). Konsumsi kafein tampaknya menjadi tren di kalangan pelajar dan mahasiswa di Indonesia, yang memiliki manfaat untuk meningkatkan energi, memperbaiki konsentrasi, dan mengatasi rasa kantuk saat lelah belajar ataupun beraktivitas. Perkembangan dan pengaruh gaya hidup serta banyaknya kafe dan kedai kopi berkontribusi signifikan terhadap peningkatan jumlah konsumen pecinta minuman berkafein (Ningsih, P. W. et al., 2023).

Kafein memiliki pengaruh terhadap gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) dengan cara menurunkan tekanan pada *Lower Esophageal Sphincter* (LES), yang berfungsi mencegah terjadinya refluks asam lambung ke dalam esofagus. Ketika tekanan pada LES berkurang, asam lambung akan mudah naik, yang dapat menyebabkan gejala seperti *heartburn* dan regurgitasi (Dhillon, N. A. et al., 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Chang et al. (2021) mengungkapkan bahwa kafein dapat merangsang sekresi asam lambung dan menurunkan tekanan pada LES, yang berkontribusi pada peningkatan gejala GERD. Oleh karena itu, bagi yang mengalami GERD, sangat penting untuk memperhatikan dan membatasi konsumsi kafein. Konsumsi yang berlebihan dapat menimbulkan serta memperburuk gejala GERD dan meningkatkan ketidaknyamanan (Chang et al., 2021).

Melalui penelitian lain yang dilakukan oleh Ginting et al. (2022), bahwa mahasiswa sering kali kurang memahami efek samping yang mungkin timbul akibat konsumsi kafein setiap harinya, termasuk potensi peningkatan gejala GERD (Ginting et al., 2022). Mengingat banyaknya mahasiswa yang menjalani gaya hidup yang padat dan mengandalkan minuman berkafein untuk meningkatkan energi dan fokus saat belajar. Dengan mengandalkan minuman berkafein, banyak mahasiswa yang mengonsumsi minuman berkafein lebih dari satu kali selama sehari. Namun, penting untuk diingat bahwa kafein dapat memperburuk gejala GERD, baik secara langsung maupun tidak langsung (Akhriani et al., 2016; Anggadiredja et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 13 mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika, didapatkan bahwa 6 mahasiswa memiliki riwayat GERD yang diakibatkan oleh pola makan tidak sehat. Dalam tujuh hari terakhir, gejala yang sering dialami adalah mual. Selain itu, jenis minuman berkafein yang sering dikonsumsi adalah kopi.

Berdasarkan paparan yang telah dikemukakan, maka penting mengetahui seberapa besar hubungan konsumsi minuman berkafein dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika. Hal ini mengingat banyaknya mahasiswa yang sering mengonsumsi minuman berkafein terutama dalam bentuk kopi dan teh, yang semakin populer di kalangan mahasiswa. Namun, masih ada mahasiswa yang tidak menyadari adanya gejala GERD yang mungkin muncul akibat kebiasaan tersebut.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, sehingga dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan konsumsi minuman berkafein dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan konsumsi minuman berkafein dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini yaitu, sebagai berikut:

1. Mengetahui konsumsi minuman berkafein pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon.
2. Mengetahui gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon.
3. Mengetahui hubungan konsumsi minuman berkafein dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan, khususnya mengenai hubungan konsumsi minuman berkafein dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD).

2. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat bagi peneliti

Memperluas pemahaman peneliti mengenai hubungan konsumsi minuman berkafein dengan gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD), serta menjadi pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian.

2. Manfaat bagi Institut Mahardika

Diharapkan mampu dijadikan sebagai referensi dalam pengembangan keilmuan, serta meningkatkan kesadaran mahasiswa untuk gaya hidup sehat khususnya dalam mengonsumsi makanan dan minuman.

3. Manfaat bagi responden/mahasiswa

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mengenai hubungan konsumsi minuman berkafein dengan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) yang timbul, sehingga mahasiswa dapat lebih bijak dalam mengonsumsi minuman berkafein untuk menjaga kesehatan saluran pencernaan.

1.5 Keaslian Penelitian

Berikut beberapa penelitian terdahulu terkait judul “Hubungan Konsumsi Minuman Berkafein dengan Gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD)

pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Institut Mahardika Cirebon”, sebagai berikut:

1. Mehta, R. S. et al. (2020) *Association Between Beverage Intake and Incidence of Gastroesophageal Reflux Symptoms*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara asupan kopi, teh, dan soda dengan peningkatan risiko gejala GERD pada wanita yang terdaftar dalam sebuah kelompok, *Nurses' Health Study II* (NHS II). Data diperoleh melalui *food frequency questionnaires* (FFQs). Penelitian ini menggunakan desain kohort prospektif. Responden dalam penelitian sebanyak 48.308 wanita yang tidak mengalami GERD. Didapat hasil adanya hubungan antara asupan kopi, teh, dan soda dengan peningkatan risiko gejala GERD.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabelnya. Sedangkan perbedaannya pada jenis kelamin responden, desain penelitian yang digunakan, tahun penelitian, serta tempat penelitiannya.

2. Maradjabessy, N. F. R. et al. (2023) *Kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) Berdasarkan Skor GERD-Q pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Tahun 2023*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui angka kejadian dan karakteristik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura yang mengalami GERD berdasarkan skor GERD-Q. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan studi deskriptif kategorik menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *proportional*

stratified random sampling. Data didapat dari 264 responden melalui kuesioner GERD-Q. Dengan hasil menunjukkan bahwa prevalensi GERD pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Pattimura sebanyak 40 orang dengan keluhan utama regurgitasi dan karakteristik responden dengan GERD terbanyak pada usia 18 tahun, perempuan, dan kelompok IMT kategori normal.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah instrumen penelitian dan teknik sampling yang digunakannya. Sedangkan perbedaannya yaitu pada tempat, tahun, judul, serta tujuan penelitian.

3. Ilham, D. et al. (2024) Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pola makan terhadap kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling. Data didapat dari 60 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2020 melalui kuesioner (GERD-Q dan SQ-FFQ). Dengan hasil menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada respondennya yaitu mahasiswa dan instrumen yang digunakan. Sedangkan perbedaannya terdapat pada desain penelitian, tempat penelitian, tahun penelitian, dan teknik pengambilan sampel yang digunakan.

4. Saraswati, A. P. et al. (2021) Hubungan antara Konsumsi Kopi dengan Gejala *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD). Penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara konsumsi kopi dengan gejala GERD. Desain penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Data didapat dari 86 responden melalui kuesioner (FFQ dan GERD-Q). Dengan hasil menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi kopi dengan gejala GERD pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya angkatan 2016-2018.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada desain penelitian, teknik pengambilan sampel, dan instrumen yang digunakannya. Sedangkan perbedaannya yaitu pada tahun penelitian, variabel pertama yang diteliti serta tempat penelitiannya.