BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup seperti merokok, konsumsi alkohol, obesitas, makan terlalu banyak, kopi, *stress*, berbaring setelah makan, mengkonsumsi makanan atau minuman asam dapat menyebabkan gangguan kesehatan *system* pencernaan. Gaya hidup tersebut dapat menyebabkan gangguan kesehatan sistem pencernaan salah satunya GERD (*Gastroesophageal Reflux Disease*). GERD adalah gangguan berupa isi lambung mengalami refluks berulang ke dalam esofagus, menyebabkan gejala dan atau komplikasi yang mengganggu (Saputera, 2017). Gejala khas GERD adalah *heartburn* dan *regurgitation* (Karina, 2016). Bahaya penyakit GERD jika dibiarkan terus menerus akan merusak fungsi sistem pencernaan dan meningkatkan risiko terkena kanker esofagus sehingga diperlukan pengobatan yang tepat (Ndraha, 2016)**.**

Di Indonesia belum ada data epidemiologinya mengenai penyakit ini, namun di Divisi Gastroenterologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI RSUPN Cipto Mangunkusumo Jakarta didapatkan kasus esofagitis sebanyak 22,8% dari semua pasien yang menjalani pemeriksaan endoskopi atas indikasi dyspepsia. GERD dapat diderita oleh laki-laki dan perempuan. Rasio laki-laki dan wanita untuk terjadinya GERD adalah 2:1 sampai 3:1. GERD pada negara berkembang sangat dipengaruhi oleh usia, usia dewasa antara 60-70 tahun merupakan usia yang seringkali mengalami GERD (Amran, 2019).

Berdasarkan survei online terbaru yang dilakukan oleh Syam, Hapsari dan Makmum (2016) pada bulan Agustus 2013 dan Juni 2015 melaporkan bahwa dari 2.045 subyek yang berpartisipasi dalam survei di Indonesia, ada 57,6% subjek GERD. Prevalensi GERD di Indonesia telah mencapai 27,4%. Berdasarkan studi pendahuluan, pasien GERD di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya mengalami peningkatan sebanyak 12%. Berdasarkan pengelompokkan jenis kelamin pada pasien GERD bulan Januari hingga Desember 2015 menunjukkan jumlah pasien pria sebanyak 54 pasien (46,6%). Pasien GERD dengan jenis kelamin wanita ditemukan sebanyak 62 pasien

(53,4%). Kesimpulan yang dapat diambil adalah jumlah pasien wanita ditemukan lebih banyak dibandingkan pasien pria. Berdasarkan penelitian diatas bahwa prevalensi GERD di Indonesia belum ada data epidemiologi yang pasti.

Selain itu GERD dapat disebabkan oleh asupan atau pola makan. Pola makan merupakan hal yang penting untuk memantau dan mengatur asupan makanan. Pola makan terdiri dari frekuensi makan, jenis makan dan porsi makan. Apabila kita mengonsumsi makanan yang tidak sehat, maka hal tersebut dapat mempengaruhi kesehatan tubuh kita dalam jangka waktu yang panjang. Salah satu kebiasaan pola makan yang sering diabaikan adalah mengonsumsi makanan yang kurang bergizi, melewati jam makan, atau makan terlalu malam (Syam, Hapsari & Makmum, 2016).

Pola makan adalah susunan jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi seseorang atau kelompok orang pada waktu tertentu terdiri dari frekuensi makan, jenis makanan, dan porsi makan. Menu seimbang perlu dimulai dan dikenal dengan baik sehingga akan terbentuk kebiasaan makan makanan seimbang dikemudian hari. Kebiasaan makan digunakan untuk menggambarkan kebiasaan dan perilaku yang berhubungan dengan pengaturan pola makan. Pola makan yang tidak teratur dan tidak tepat dapat menyebabkan gangguan sistem pencernaan. Dalam penelitian jumlah dan frekuensi makan perlu diperhatikan untuk meringankan pekerjaan saluran pencernaan dimana sebaiknya makan tiga kali sehari dalam porsi kecil. Jenis makanan merangsang perlu diperhatikan agar tidak merusak lapisan mukosa lambung (Sulastri, 2012).

Pola makan yang sehat merupakan konsumsi makanan yang mengandung banyak gizi yaitu seperti buah-buahan dan sayuran yang mengandung banyak vitamin dan mineral. Pola makan yang sehat juga dapat membantu perkembangan tubuh dan meningkatkan konsentrasi untuk belajar. Pola makan yang tidak sehat merupakan konsumsi makanan yang mengandung kadar minyak yang banyak, makanan yang pedas, dan konsumsi alkohol yang bisa memicu dengan terjadinya GERD (Syam, Hapsari & Makmum, 2016)**.**

Berdasarkan penelitian terdahulu menunjukkan bahwa obesitas, berat badan dan kenaikan IMT berkaitan dengan GERD (Amran, 2019). Terbuktinya adanya peningkatan prevalensi GERD dengan peningkatan IMT berkisar 59%-79% dan

diantaranya subyek yang memiliki IMT masuk dalam kategori obesitas (Singh dkk, 2013). Penderita obesitas berperan terhadap kejadian GERD dikarenakan memiliki tekanan intra abdominal dan intra gastrik lebih tinggi dibandingkan dengan penderita yang memiliki IMT normal. Indeks masa tubuh (IMT) adalah indikator yang digunakan untuk menilai status gizi seseorang pada usia dewasa. IMT dihitung dengan cara membagi berat badan (dalam kilogram) dengan tinggi badan dikuadratkan (dalam meter^2). IMT dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan (Ajjah, Mamfuluti, & Putra, 2020)

Makanan cepat saji berkontribusi terhadap peningkatan IMT seseorang, ini terjadi karena kandungan lemak dan gula yang tinggi pada makanan cepat saji. Selain makanan cepat saji, peningkatan porsi dan frekuensi makan berpengaruh terhadap peningkatan IMT. Orang yang mengonsumsi makanan tinggi lemak lebih cepat mengalami peningkatan berat badan dibandingkan orang yang mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat dengan jumlah kalori yang sama (Abramowitz & Prada, 2014).

Masalah gizi berlebih saat ini merupakan masalah yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak ditangani, dikhawatirkan angka prevalensi GERD akan semakin meningkat sehingga sulit diatasi apabila faktor-faktor risiko seperti berat badan berlebih tidak dikendalikan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap pasien Poliklinik Penyakit Dalam di RSUP Sanglah Denpasar tahun 2018 menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara IMT berat badan lebih dengan penyakit *refluks gastroesofageal*, baik secara statistik maupun secara klinis. Temuan ini diduga dikarenakan penggunaan jumlah sampel yang belum cukup banyak serta dibatasi oleh waktu penelitian yang cukup singkat (Purthayana & Somayana, 2020).

Selain itu GERD dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan untuk mencegah terjadinya GERD. Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting agar membentuk pola hidup yang baik. Untuk mencegah penyakit GERD sebaiknya pasien meningkatkan pengetahuan melalui petugas kesehatan, media cetak, dan media elektronik agar terbentuk perilaku yang positif tentang pola makan yang sehat dan menghindari makanan yang menaikan asam lambung seperti: tomat, jeruk, bawang, makanan pedas, pappermint, makanan berlemak,

minuman beralkohol, kafein, coklat, minuman karbonasi, minuman anggur dapat meningkatkan asam lambung sebagai faktor penyebab penyakit GERD (Radjamin, Nusi & Kalanjati, 2019).

Berdasarkan uraian di atas, masih terdapat permasalahan dan juga kontroversi mengenai hubungan pola makan (asupan), status gizi dan pengetahuan dengan kejadian GERD. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Penatalaksanaan Asuhan Gizi Terstandar pada pasien *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) di RSU Muhammadiyah Metro".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka dapat dirumuskan sebagai berikut :

Bagaimana penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien penyakit GERD di RS Muhammadiyah Metro?

C. Tujuan

1. **Tujuan Umum**

   Melakukan asuhan gizi pada pasien GERD secara individual di Instalasi Gizi RSU Muhammadiyah Metro.

2. **Tujuan Khusus**

   a. Melakukan asessment gizi pada pasien GERD di RSU Muhammadiyah Metro.

   b. Melakukan diagnosis gizi pada pasien GERD di RSU Muhammadiyah Metro.

   c. Melakukan intervensi gizi pada pasien GERD di RSU Muhammadiyah Metro.

   d. Melakukan monitoring dan evaluasi pada pasien GERD di RSU Muhammadiyah Metro.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan pelayanan gizi khusus bagi pasien GERD di RSU Muhammadiyah Metro dan sebagai bahan pembelajaran bagi penulis.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada instansi untuk dapat meningkatkan perannya dalam melaksanakan asuhan gizi terstandar pada pasien GERD.

b. Bagi Penulis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber acuan dan menambah wawasan bagi penulis khususnya mengenai asuhan gizi klinik pada pasien GERD.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat penelitian ini bagi institusi pendidikan diharapkan dapay menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode studi kasus dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana penatalaksanaan asuhan gizi terstandar pada pasien GERD. Penelitian ini dilaksanakan di RSU Muhammadiyah Metro pada tanggal 16 Februari 2022 dengan sampel penelitian 1 pasien GERD. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis deskriptif.