

## HUBUNGAN STRESS DAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN KEJADIAN *GASTROESOPHAGEAL REFLUKS DISEASE (GERD)* PADA MASYARAKAT KELURAHAN KALEKE KABUPATEN BANGGAI

### THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND EATING HABITS WITH THE INCIDENCE OF GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD) IN THE COMMUNITY OF KALEKE VILLAGE BANGGAI DISTRICT

**Indra Astuti<sup>1\*</sup>, Evelin kalaha<sup>2</sup>, Prisilia Dadung<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> UPT Puskesmas Kampung Baru, Kabupaten Banggai, Indonesia

\*Email Corespondention: [indraastutiperawat@gmail.com](mailto:indraastutiperawat@gmail.com)

#### ABSTRAK

Pasien GERD mengeluhkan bermacam-macam gejala, seperti heartburn, regurgitation, dan gangguan makan, tetapi terkadang pasien datang dengan keluhan sesak, nyeri dada, dan batuk. Tujuan penelitian diketahuinya Hubungan Stress dan Kebiasaan Makan dengan Kejadian GERD pada masyarakat Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai. Metode penelitian yang pendekatan *Cross sectional* dengan waktu pengumpulan data dan penelitian 30 Juni sampai 31 Juli 2024. Populasi semua masyarakat yang ada di Kelurahan Kaleke dengan jumlah sampel 36 responden, dengan menggunakan teknik purposive sampling, data dianalisis menggunakan data univariat dan bivariat dengan uji Chi Square. Hasil Stress sebagian besar tidak stress berjumlah 29 orang (80,6%) dan yang mengalami stress berjumlah 7 orang (19,4%). Kebiasaan makan sebagian besar baik berjumlah 28 orang (77,8%) dan kurang baik berjumlah 8 orang (22,2%). Hasil uji chi square didapatkan p-value <0,000 sehingga ada Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) pada Masyarakat Kelurahan Kaleke. Hasil uji chi square didapatkan p-value <0,000 sehingga ada Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) pada Masyarakat Kelurahan Kaleke. Saran Diharapkan hasil penelitian pengembangan ilmu pengetahuan (kesehatan khususnya) baik dalam bentuk pembenaran atau penemuan hal baru.

**Kata kunci:** Stres, Kebiasaan Makan, GERD

#### ABSTRAK

GERD patients complain of various symptoms, such as heartburn, regurgitation, and eating disorders, but sometimes patients come with complaints of tightness, chest pain, and cough. The purpose of the study was to find out the relationship between stress and eating habits with the incidence of GERD in the community of Kaleke Village, Banggai Regency. Cross sectional approach with data collection time and research 30 June to 31 July 2024. The population was all people in Kaleke Village with a sample size of 36 respondents, using purposive sampling technique, the data was analysed using univariate and bivariate data with Chi Square test. The results of Stress most of the people were not stressed 29 people (80.6%) and those who experienced stress were 7 people (19.4%). Eating habits are mostly good, totalling 28 people (77.8%) and less good, totalling 8 people (22.2%). The results of the chi square test obtained a p-value <0.000 so that there is a relationship between eating habits and the incidence of gastroesophageal reflux disease (GERD) in the Kaleke Village community. The results of the chi square test obtained a p-value <0.000 so that there is a relationship between eating habits and the incidence of gastroesophageal reflux disease (GERD) in the Kaleke Village community. Suggestions It is hoped that the results of research will develop

science (health in particular) either in the form of justification or discovery of new things.

**Keywords:** Stress, Eating Habits, GERD

## PENDAHULUAN

Ginjal adalah salah satu organ penting tubuh kita yang bertugas untuk menyaring (filtrasi) dan mengeluarkan racun atau sisa metabolisme dari dari dan membuangnya menjadi urin. Gagal ginjal kronis Dimana fungsi ginjal secara bertahap menurun dan tidak dapat pulih kembali. Mempertahankan fungsi ginjal adalah Upaya yang dapat dilakukan, ini termasuk terapi hemodialisis atau cuci darah yang meskipun dapat mencegah kematian, tetapi tidak dapat menyembuhkan atau memulihkan fungsi ginjal secara keseluruhan, selain hemodialisis pasien gagal ginjal juga memerlukan pengobatan seperti transplantasi ginjal dan dialysis peritoneal. (Kurniawati dan asikin, 2018).

*Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* merupakan salah satu jenis gangguan pencernaan yang cukup sering dijumpai di masyarakat. GERD adalah suatu kondisi refluksnya HCL dari gaster ke esofagus, mengakibatkan gejala klinis dan komplikasi yang menurunkan kualitas hidup seseorang, (Ndraha, 2018)

Prevalensi GERD di Amerika Utara yaitu 18,1%-27,8% di Eropa yaitu 8,8%- 25,9% di Asia Timur 2,5%-7,8%, Australia 11,6%, dan Amerika Selatan yaitu 23,0% (El-Serag, Sweet, Winchester, & Dent, 2018). Di Indonesia berdasarkan studi yang dilakukan di Rumah sakit Cipto Mangunkusumo, didapatkan peningkatan prevalensi GERD dari 5,7% pada tahun 2010 sampai 25,18% pada tahun 2020. Peningkatan ini terjadi akibat adanya perubahan gaya hidup yang dapat meningkatkan faktor risiko (Simadibrata,Rani, & Adi, 2019). Berdasarkan profil kesehatan di Indonesia tahun 2015, Masalah lambung merupakan salah satu penyakit dalam 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap di rumah

sakit di Indonesia dengan jumlah 30.154 kasus 4,9 persen.

GERD dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor genetik, pola makan/diet, tingkat stress yang tinggi, kebiasaan merokok, nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAID), dan obesitas. Faktor pelindung dan perusak gaster juga mempengaruhi kondisi GERD. faktor pelindung gaster diantaranya yaitu sekresi mukus, sekresi bikarbonat, aliran darah mukosa, dan regenerasi epitel, sedangkan faktor perusak gaster yaitu asam hidroklorida (HCL) lambung serta zat-zat yang dapat merangsang sekresi asam HCL gaster berlebihan dan dilatasi gaster. Dengan menghindari faktor perusak seperti makanan pedas atau asam, makanan tinggi soda, berminyak, kopi, dan NSAID, diharapkan dapat menghindari kekambuhan GERD (Ndraha, 2019).

Kondisi stres, kecemasan dan depresi juga memiliki keterkaitan dengan GERD. Ketika seseorang mengalami stres atau tekanan emosional, tubuh akan merespons dengan melepaskan hormon stres seperti kortisol. Hormon ini dapat mempengaruhi sistem pencernaan, termasuk meningkatkan produksi asam lambung. Kondisi stres yang berkepanjangan juga dapat mempengaruhi pola makan dan gaya hidup seseorang. Sebagian orang bahkan cenderung mengonsumsi makanan yang tidak sehat atau berlebihan saat stres, seperti makanan tinggi lemak, pedas, atau asam, yang dapat memicu refluks asam lambung. Selain itu, stres juga dapat mempengaruhi kontraksi otot-otot di sekitar saluran pencernaan, termasuk otot sfingter esofagus bagian bawah yang berfungsi untuk mencegah aliran balik asam lambung. Jika otot ini tidak berfungsi dengan baik, asam lambung dapat naik ke kerongkongan dan

menyebabkan gejala seperti heartburn atau rasa terbakar di dada. Stres juga dapat mempengaruhi pola tidur dan kualitas tidur seseorang. Gangguan tidur yang disebabkan oleh stres dapat mempengaruhi fungsi sistem pencernaan dan meningkatkan risiko terjadinya gangguan asam lambung. Untuk itu dalam mengatasi kondisi asam lambung yang terkait dengan stres, kecemasan, dan depresi, penting untuk mengelola stres dengan baik.

Pasien GERD mengeluhkan bermacam-macam gejala, seperti heartburn, regurgitation, dan gangguan makan, tetapi terkadang pasien datang dengan keluhan sesak, nyeri dada, dan batuk. (Patti, 2016). GERD yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan iritasi asam lambung tinggi dalam jangka lama hingga menyebabkan luka pada lambung dan infeksi. Bahkan dapat menyebabkan kanker lambung yang berakibat fatal.

Berdasarkan data rekam medik Puskesmas Kampung Baru, Penyakit GERD mengalami trend kenaikan dari tahun 2021-2023 dengan penderita terbanyak berasal dari Kelurahan Kaleke yang merupakan wilayah kerja Puskesmas kampung Baru (data sekunder, 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat di wilayah Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai memiliki berbagai faktor risiko kejadian GERD diantaranya kebiasaan makan yang tidak sehat maupun faktor paparan stress

## **METODE**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik dengan pendekatan Cross Sectional, yaitu bertujuan untuk mengetahui hubungan stress dan kebiasaan makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2024 dengan lokasi penelitian di Kelurahan

Kaleke kec. Luwuk Kab. Banggai Provinsi Sulawesi Tengah. Populasi penelitian ini adalah semua penderita GERD yang berdomisili di Kelurahan Kaleke Kecamatan Luwuk Kabupaten Banggai yang teridentifikasi berdasarkan pelaporan Puskesmas Kampung Baru Sebanyak 36 orang berdasarkan jumlah kunjungan per Mei tahun 2024. Sampel penelitian adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi Pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*

## **HASIL**

### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

UPT Rsud Kabupaten Banggai merupakan satu – satunya milik Pemerintah Daerah Kabupaten Banggai,

Kabupaten Banggai memiliki wilayah luas 2.448,79 km<sup>2</sup>. Wilayah Kabupaten Banggai berbatasan langsung dengan Kabupaten Banggai kepulauan di sebelah utara, Di sebelah timur, Kabupaten Banggai berbatasan langsung dengan Laut Maluku. Kabupaten Banggai berbatasan langsung dengan Kabupaten Banggai Laut. Sedangkan di sebelah barat, Kabupaten Banggai berbatasan langsung dengan Selat Peling.

Banggai terdiri dari gugusan atau rangkaian pulau-pulau berukuran sedang dan kecil sejumlah 121, lima diantaranya berukuran sedang, sisanya kecil-kecil bahkan ada yang berwujud batu karang, mencuat ke permukaan. Laut yang mengelilinginya merajut tebaran pulau itu menjadi satu gugusan yang disebut Banggai. Luas hamparan laut di wilayah ini lima kali lipat dibandingkan dengan luas daratannya.

## 1. Analisis Univariat

Analisis Univariat disajikan dalam tabel 4.1 sebagai berikut :

**Tabel 4.1**  
**Distribusi frekuensi Jenis kelamin, Usia, Pekerjaan dan Riwayat GERD pada masyarakat Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai**

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>%</b>
Perempuan	29	80.6
Laki-laki	7	19.4
<b>Usia</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>%</b>
18-25 tahun	4	11.1
26-35 tahun	27	75.0
> 36 tahun	5	13.9
<b>Pekerjaan</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>%</b>
IRT	31	86.1
PNS	2	5.6
Swasta	3	8.3
<b>Riwayat GERD</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>%</b>
Tidak GERD	28	77.8
GERD	8	22.2
Jumlah	36	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan sebagian besar berjumlah 29 orang (80,6%) dan laki-laki berjumlah 7 orang (19,4%). Usia sebagian besar 26-35 tahun berjumlah

27 orang (75%), pekerjaan sebagian besar IRT berjumlah 31 orang (86,1%), riwayat tidak GERD sebagian besar berjumlah 28 orang (77,8%) dan GERD berjumlah 8 orang (22,2%).

**Tabel 4.2**  
**Distribusi Stress dan kebiasaan makan pada masyarakat Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai**

<b>Stress</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>%</b>
Tidak	29	80.6
Iya	7	19.4
<b>Kebiasaan Makan</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>%</b>
Baik	28	77.8
Kurang Baik	8	22.2
Jumlah	36	100

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa stress sebagian besar tidak stress berjumlah 29 orang

(80,6%) dan yang mengalami stress berjumlah 7 orang (19,4%). Kebiasaan makan sebagian besar baik berjumlah

28 orang (77,8%) dan kurang baik berjumlah 8 orang (22,2%).

## 2. Analisis Bivariat

Hubungan Stress dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke

**Tabel 4.3**  
**Hubungan Stress dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke**

Stress	Kejadian GERD				Total	P-Value
	Tidak		Iya			
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Tidak	28	96,6	1	3,4	29	0,000
Iya	0	0	7	100	7	
Jumlah	28	77,8	8	22,2	36	

Sumber: Data Primer 2024

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari hasil uji *Chi Square* dengan nilai hasil p value 0,000 ( $\leq 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang

berarti ada Hubungan Stress dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke.

**Tabel 4.4**  
**Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke**

Kebiasaan makan	Kejadian GERD				Total	P-Value
	Tidak		Iya			
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Kurang	28	100	0	0	28	0,000
Baik	0	0	8	100	8	
Jumlah	28	77,8	8	22,2	36	

Sumber: Data Primer 2024

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari hasil uji *Chi Square* dengan nilai hasil p value 0,001 ( $\leq 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada Hubungan Kebiasaan

Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke.

## PEMBAHASAN

- Gambaran stress pada masyarakat penderita *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* di Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai Stress sebagian besar tidak stress berjumlah 29 orang (80,6%) dan yang mengalami stress berjumlah 7 orang (19,4%). Situasi stres

seringkali tidak dapat dihindari bagi orang-orang tertentu. Oleh karena itu, triknya adalah dengan mengontrolnya dengan baik melalui pola makan yang memenuhi kebutuhan nutrisi, istirahat yang cukup, olahraga yang konsisten, dan relaksasi yang cukup. Dalam hal ini,

penulis berpendapat bahwa perut akan sulit beradaptasi karena pola makan yang tidak menentu. Produksi asam lambung akan berlebihan jika berlangsung lama, yang dapat mengiritasi dinding mukosa lambung dan menyebabkan tukak lambung kemudian bisa membuat merasa sakit dan terluka. Tanda dan gejala ini bisa memicu sensasi panas dan terbakar

Kondisi stres, kecemasan dan depresi juga memiliki keterkaitan dengan GERD. Ketika seseorang mengalami stres atau tekanan emosional, tubuh akan merespons dengan melepaskan hormon stres seperti kortisol. Hormon ini dapat mempengaruhi sistem pencernaan, termasuk meningkatkan produksi asam lambung. Kondisi stres yang berkepanjangan juga dapat mempengaruhi pola makan dan gaya hidup seseorang. Sebagian orang bahkan cenderung mengonsumsi makanan yang tidak sehat atau berlebihan saat stres, seperti makanan tinggi lemak, pedas, atau asam, yang dapat memicu refluks asam lambung. Selain itu, stres juga dapat mempengaruhi kontraksi otot-otot di sekitar saluran pencernaan, termasuk otot sfingter esofagus bagian bawah yang berfungsi untuk mencegah aliran balik asam lambung. Jika otot ini tidak berfungsi dengan baik, asam lambung dapat naik ke kerongkongan dan menyebabkan gejala seperti heartburn atau rasa terbakar di dada. Stres juga dapat mempengaruhi pola tidur dan kualitas tidur seseorang. Gangguan tidur yang disebabkan oleh stres dapat mempengaruhi fungsi sistem pencernaan dan meningkatkan risiko terjadinya gangguan asam lambung. Untuk itu dalam mengatasi kondisi asam lambung yang terkait dengan stres, kecemasan, dan depresi, penting untuk mengelola stres dengan baik.

## **2. Gambaran kebiasaan makan pada masyarakat penderita *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* di Kelurahan Kaleke Kabupaten Banggai**

Kebiasaan makan sebagian besar baik berjumlah 28 orang (77,8%) dan kurang baik berjumlah 8 orang (22,2%).

Kebiasaan makan menjadi salah satu pemicu terjadinya penyakit gastritis, karena dapat

dilihat dari frekuensi makan, dan jenis makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Dari pola makan yang kurang baik ini dapat memicu peningkatan sekresi HCL yang dapat mengiritasi mukosa dalam lambung. Ketidakmampuan lambung dalam mencerna makanan sehingga mengakibatkan produksi asam lambung yang meningkat dan hal ini terjadi akibat waktu makan yang tidak teratur. Efek dari ketika gastritis kambuh yaitu terasanyeri pada ulu hati, muntah, serta sering bersendawa (Sitompul and Wulandari 2021).

GERD dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor genetik, pola makan/diet, tingkat stress yang tinggi, kebiasaan merokok, nonsteroidal anti-inflammatory drugs (NSAID), dan obesitas. Faktor pelindung dan perusak gaster juga mempengaruhi kondisi GERD. faktor pelindung gaster diantaranya yaitu sekresi mukus, sekresi bikarbonat, aliran darah mukosa, dan regenerasi epitel, sedangkan faktor perusak gaster yaitu asam hidroklorida (HCL) lambung serta zat-zat yang dapat merangsang sekresi asam HCL gaster berlebihan dan dilatasi gaster. Dengan menghindari faktor perusak seperti makanan pedas atau asam, makanan tinggi soda, berminyak, kopi, dan NSAID, diharapkan dapat menghindari kekambuhan GERD (Ndraha, 2019). Pasien GERD mengeluhkan bermacam-macam gejala, seperti heartburn, regurgitation, dan gangguan makan, tetapi terkadang pasien datang dengan keluhan sesak, nyeri dada, dan batuk. (Patti, 2016). GERD yang tidak tertangani dengan baik dapat menyebabkan iritasi asam lambung tinggi dalam jangka lama hingga menyebabkan luka pada lambung dan infeksi. Bahkan dapat menyebabkan kanker lambung yang berakibat fatal.

## **3. Hubungan Stress dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke**

Hasil uji *Chi Square* dengan nilai hasil p value 0,000 ( $\leq 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Wijayanti et al. (2019) dan Sonya (2020), yang menemukan hubungan yang kuat antara stres dan porsi makan.

Diketahui bahwa stres dapat memengaruhi nafsu makan secara negatif atau positif, yang menyebabkan gangguan makan. Saat sedang stres, orang dengan ciri-ciri tertentu makan lebih banyak camilan secara keseluruhan dan asupan makanan meningkat. Akibatnya, orang mengalami emosi yang tidak stabil. Karena fakta bahwa makan telah terbukti membuat orang merasa nyaman, orang seringkali lebih memilih untuk melarikan diri dengan makan banyak makanan berenergi tinggi. Stres dapat mengakibatkan peningkatan dan penurunan nafsu makan karena mood tubuh tidak mendukung asupan makanan. (Kusnadi, E & Yundari, 2020)

Tidak hanya pola makan, stres juga merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya gastritis. Menurut (Sartika, Rositasari, and Bintoro 2020) pengidap gastritis yang tekanan pikiran psikis mempunyai efek 3,240 kali lebih besar buat mengidap gastritis dibanding dengan yang tidak strespsikis. Stress berhubungan dengan kenaikan berat tubuh serta penyusutan berat tubuh. Sebagian orang memilah buat konsumsi garam, lemak, serta gula buat mengalami ketegangan serta setelah itu hadapi akumulasi berat tubuh. Turunnya berat tubuh ialah salah satu akibat yang sangat non khusus dari kondisi tekanan pikiran kronis.

#### **4. Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke**

Hasil uji *Chi Square* dengan nilai hasil p value 0,000 ( $\leq 0,05$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan

bahwa ada hubungan antara stress dan pola makan terhadap penyakit gastritis Menurut sejumlah hipotesis, orang yang menjalani kehidupan yang sibuk dan mengabaikan makanannya lebih rentan terkena gastritis. Asam lambung akan mencerna lapisan mukosa lambung saat kosong sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman (Chasanah, 2019). Selain itu, gastritis disebabkan oleh pola makan yang tidak teratur atau puasa yang terlalu lama. Ini menyebabkan lonjakan kadar asam lambung, yang mengikis permukaan lambung dan menyebabkan bisul. Bahaya gastritis akan meningkat jika erosi sudah terjadi.

Salah satu penyebab utama asam lambung naik adalah kebiasaan makan yang tidak biasa. Konsentrasi asam lambung berkurang saat makanan atau cairan dikonsumsi dan masuk ke lambung, melindungi lambung agar tidak termakan. Risiko kambuhnya gastritis dapat dipengaruhi oleh perubahan pola makan, antara lain waktu makan yang tidak teratur, frekuensi makan, variasi makanan, dan ukuran porsi. (Megawati, 2020).

Pada penelitian ini, penulis berpendapat bahwa kebiasaan makan dan stres memang mempengaruhi perkembangan gastritis karena gagal makan saat sedang stres di tempat kerja akan menyebabkan seseorang terlambat makan dan bahkan melewatkan jadwal rutin, yang akan menyebabkan refluks asam di perut.

*Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* merupakan salah satu jenis gangguan pencernaan yang cukup sering dijumpai di masyarakat. GERD adalah suatu kondisi refluksnya HCL dari gaster ke esofagus, mengakibatkan gejala klinis dan komplikasi yang menurunkan kualitas hidup seseorang, (Ndraha, 2018)

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat diambil kesimpulan :

1. Stress sebagian besar tidak stress

- berumlah 29 orang (80,6%) dan yang mengalami stress berjumlah 7 orang (19,4%).
2. Kebiasaan makan sebagian besar baik berjumlah 28 orang (77,8%) dan kurang baik berjumlah 8 orang (22,2%).
  3. Hasil uji *chi square* didapatkan p-value <0,000 sehingga ada Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke.
  4. Hasil uji *chi square* didapatkan p-value <0,000 sehingga ada Hubungan Kebiasaan Makan dengan kejadian *Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada Masyarakat Kelurahan Kaleke.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Ajjah, F.,F.,B, Mamfuluti, T., Putra, I., R., T. (2020). Hubungan Pola Makan dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD); Fakultas Kedokteran, Universitas Syiah Kuala
- Amran, A. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Gastroesophageal Reflux Disease. Jakarta : Universitas Trisakt
- Azizah, M. dkk (2021). Anatomi Fisiologi Sistem Pencernaan pada Manusia. Solok. Cendekia Muslim
- Hirlan. (2014). Ilmu penyakit dalam. Jakarta: Balai penerbit FKUI.
- Karina, R., F. (2016). Karakteristik Penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Keluhan Utama di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Al Islam. (p. Vol. 2 No 2). Bandung: Prosiding
- Makmun, D. (2017). Penyakit Refluks Gastrowofageal In. In A. I. W Sudoyo A, Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. 6th ed. (pp. 1750–7.). Jakarta: Internal Publishing Pusat Penerbit Ilmu Penyakit Dalam
- Purthyana, N., H., D., dan Somayana (2020, Periode Juli-Desember). Hubungan Antara Berat Badan Lebih Dengan Penyakit Refluks Gastroesofageal di RSUP Sanglah Denpasar. p. 9.
- Puspita, F. C., Putri, L. A., Rahardja, C., Utari, A. P., & Syam, A. F. (2017). Prevalence of Gastroesophageal Reflux Disease and Its Risk Factors In Rural Area. The Indonesian Journal of Gastroenterology, Hepatology, and Digestive Endoscopy.
- Radjamin, P., Nusi, A., I., Kalanjati, P. (2019). Profil Penderita Gastro Esophageal Reflux Disease (GERD) dan Non-Erosive Reflux Disease (Nerd) di RSUD dr.
- Soetomo Surabaya. Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga. Pendidikan Dokter.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif. Bandung: Alfabeta
- Syam, A., F. Hapsari, P., F, Makmun, D. (2016). The Prevalence and Risk Factors of GERD among Indonesian Medical Doctors. Makara J Heal Res. 20(2):35–40.
- Asnuddin, A., Nurdin, S., Indasah, I., Prasetyo, J., & Pratiwi, W. R. (2024). Peningkatan Pelayanan Kesehatan Lansia dengan Hipertensi Melalui Edukasi dan Konseling Selfcare. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(5), 160-165.