

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TERJADINYA**  
***GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD)* PADA MAHASISWA**  
**TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI KABUPATEN**  
**MOJOKERTO**



**AWWALUN FADILAH DIYU SAPUTRI**

**202001086**

**PRODI S1 KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI**

**2024**

**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TERJADINYA**  
***GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD)* PADA MAHASISWA**  
**TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI KABUPATEN**  
**MOJOKERTO**



**AWWALUN FADILAH DIYU SAPUTRI**  
**202001086**

**PRODI S1 KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI**  
**2024**

# SURAT PERNYATAAN

## SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur *Plagiatisme* saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 7 April 2024

Yang Menyatakan



AWWALUN FADILAH DIYU SAPUTRI

202001086

## HALAMAN PERSETUJUAN

### HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah/Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian

Akhir Program

Judul : HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN TERJADINYA  
*GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD)*  
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS  
BINA SEHAT PPNI KABUPATEN MOJOKERTO

Nama : AWWALUN FADILAH DIYU SAPUTRI

Nim 202001086

Pada Tanggal : 7 April 2024

Pembimbing I

Oleh:

BINA SEHAT PPNI

Ima Rahmawati, M.Si.M.Kep  
NIK 162 601 029

Pembimbing II

Raras Merbawani, S.Kep.,Ns.,M.H Kes  
NIK 162 601 119

## HALAMAN PENGESAHAN



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia  
**UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI**  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN      FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL  
• <http://www.ubs-ppni.ac.id>      • 0321-390203 (Fax) / Call Center : 0813281223  
• [info@ubs-ppni.ac.id](mailto:info@ubs-ppni.ac.id)      • Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : AWWALUN FADILAH DIYU SAPUTRI  
NIM : 202001086  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Pada Tanggal : 10 Oktober 2024  
Judul Skripsi : "Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya GASTROPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD) Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

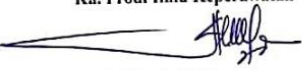
### DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Emyk Windartik, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)  
Penguji 1 : Ima Rahmawati, M.Si., M.Kep. (.....)  
Penguji 2 : Raras Merbawani, S.Kep.Ns.,M.HKes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 10 Oktober 2024

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

  
**Ana Zakiyah, M.Kep**  
NIK : 162 601 036

## KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan Judul **Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya *Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd)* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Bina Sehat Ppni Kabupaten Mojokerto**. Selesaiannya penulisan Skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada :

1. Dr. Windu Santoso, M.Kep selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Tri Ratnaningsih, M. Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
3. Ana Zakiyah, M.Kep selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Ima Rahmawati,. M.Si.M.Kep selaku pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis
5. Raras Merbawani, S.Kep.,Ns.,M.H Kes selaku pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu dalam bimbingan kepada penulis
6. Emyk Windartik, S.Kep., M. Kes selaku dosen penguji yang telah menguji dan menerima masukan kepada penulis.
7. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah membantu terselesaikannya pembelajaran di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Mojokerto, 7 April 2024

Penulis

## MOTTO

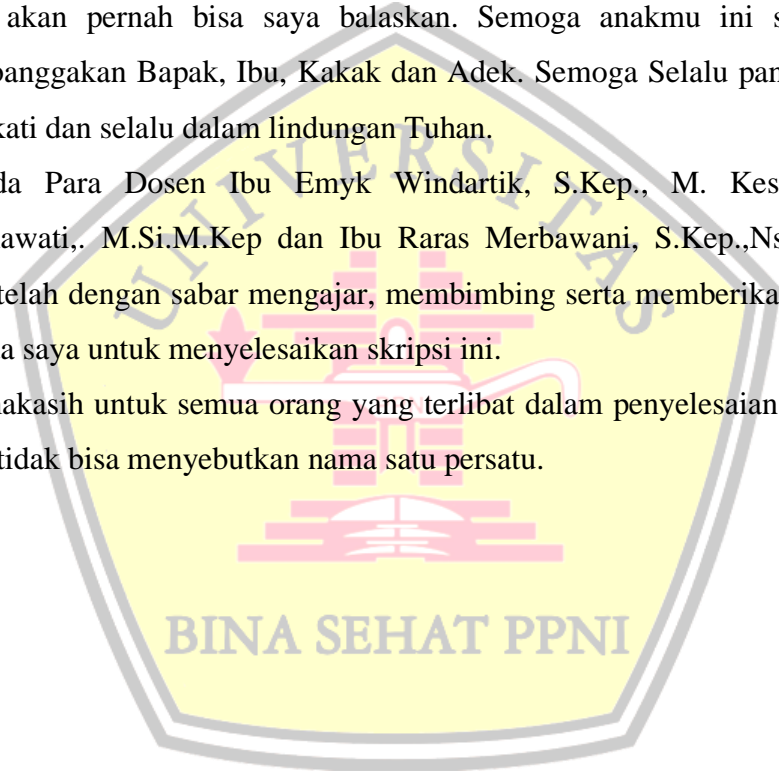
Berdoa dan Berusaha



## PERSEMBAHAN

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang baik atas berkat, hikmat dan anugerahnya, yang telah Engkau berikan kepada saya sampai saat dan detik ini. Sehingga terselesaikannya skripsi ini, yang saya persembahkan kepada:

1. Terimakasih untuk keluarga yang selalu memberikan dukungan lewat doa serta memberikan bantuan baik secara material maupun non material. Semua itu tidak akan pernah bisa saya balaskan. Semoga anakmu ini segera bisa membanggakan Bapak, Ibu, Kakak dan Adek. Semoga Selalu panjang umur, diberkati dan selalu dalam lindungan Tuhan.
2. Kepada Para Dosen Ibu Emyk Windartik, S.Kep., M. Kes, Ibu Ima Rahmawati, M.Si.M.Kep dan Ibu Raras Merbawani, S.Kep.,Ns.,M.H Kes yang telah dengan sabar mengajar, membimbing serta memberikan dorongan kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Terimakasih untuk semua orang yang terlibat dalam penyelesaian skripsi ini, maaf tidak bisa menyebutkan nama satu persatu.





## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN .....	viii
ABSTRAK .....	ix
ABSTRACT .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat teoristik .....	6
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Pola Makan .....	8
2.1.1 Definisi Pola Makan.....	8
2.1.2 Komponen Pola Makan.....	9
2.1.3 Pola Makan Seimbang.....	15
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Makan .....	18
2.1.5 Dampak Pola Makan Tidak Sehat .....	22
2.1.6 Indikator Pengukuran Pola Makan.....	24

2.2	Konsep Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)	26
2.3	Definisi Gastrophageal Reflux Disease	26
2.3.1	Patofisiologi	27
2.3.2	Gejala Gastrophageal Reflux Disease	28
2.3.3	Faktor Risiko Penyebab Gastrophageal Reflux Disease	29
2.3.4	Dampak Gastrophageal Reflux Disease	31
2.3.5	Komplikasi	31
2.3.6	Pencegahan Gastrophageal Reflux Disease	32
2.3.7	Indikator Pengukuran Kejadian Gastrophageal Reflux Disease	32
2.4	Mahasiswa Tingkat Akhir	34
2.4.1	Definisi Mahasiswa Tingkat Akhir	34
2.4.2	Tugas Mahasiswa Tingkat Akhir	35
2.4.3	Problematika Mahasiswa Tingkat Akhir	35
2.5	Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd) Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Bina Sehat Ppni Kabupaten Mojokerto	36
2.6	Kerangka Teori	38
2.7	Kerangka Konseptual	39
2.8	Hipotesis Penelitian	40
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>		<b>52</b>
3.1	Desain Penelitian	52
3.2	Populasi, Sampling dan Sampel	52
3.2.1	Populasi	52
3.2.2	Sampling	53
3.2.3	Sampel	54
3.3	Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	54
3.3.1	Identifikasi Variabel Penelitian	54
3.3.2	Definisi Operasional	55
3.4	Prosedur Penelitian	56
3.5	Kerangka Kerja	58
3.6	Pengumpulan Data	59

3.6.1 Instrumen Penelitian.....	59
3.6.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	60
3.7 Pengelolaan Data.....	60
3.7.1 Langkah-langkah menganalisa data : .....	60
3.7.2 Analisa Uji Stastistik.....	63
3.8 Etika Penelitian .... ..	64
3.9 Keterbatasan .....	65
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>66</b>
4.1 Hasil .....	66
4.1.1 Data Umum .....	66
4.1.2 Data Khusus .....	67
4.2 PEMBAHASAN .....	69
4.2.1 Karakteristik individu berdasarakan Pola makan .....	69
4.2.2 Karakteristik Individu berdasarkan Kejadian GERD.....	71
4.2.3 Karakteristik individu berdasarkan Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd) Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Bina Sehat Ppni Kabupaten Mojokerto .....	72
<b>BAB 5 PENUTUP .....</b>	<b>74</b>
5.1 Kesimpulan .....	74
5.2 Saran .....	75
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>77</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kriteria Pemenuhan Kebutuhan Kalori dan Zat Gizi Makro	12
Tabel 2.2 Tabel Penilaian Pola Konsumsi	26
Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya <i>Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd)</i> Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Bina Sehat Ppni Kabupaten Mojokerto	55



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya *Gastroesophageal Reflux Disease* (Gerd) Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Bina Sehat Ppni Kabupaten Mojokerto ..... 39



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Lampiran Hasil Uji Statistik.....	55
--	----



## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, I. R. & Suprayitno, 2020. Hubungan Keteraturan Makan Dengan Kejadian GERD Pada Kelompok Usia 20-45 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda Tahun 2019. *Borneo Student Research*, 1(3), pp. 1942-1947.
- Adawiyah, R. I. & Suprayitno, 2020. Hubungan Keteraturan Makan Dengan Kejadian GERD Pada Kelompok Usia 20-45 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring Kota Samarinda Tahun 2019. *Borneo Student Research*, 1(3), pp. 1942-1947.
- Agus Mahendra, P. P., 2019. Jadwal Makan Berdasarkan Dokter Gizi. *Journal Nutrition*.
- Agustina, N., 2022. *Konsumsi Sayur dan Buah*. Palembang: Kementerian Kesehatan.
- Aisyah, 2020. Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Konsumsi Makanan Berserat Pada Siswa SMK Negeri 6 Yogyakarta. In: *Skripsi*. Yogyakarta: IBM.
- Amelia, A. & Nugroho, P. S., 2021. Hubungan Antara Frekuensi Konsumsi Mie Instan dan Minuman Soda Dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja. *Borneo Student Research*, 2(2), pp. 1105-1110.
- Angela, I. I., Punuh, M. I. & Malonda, N. S. H., 2018. Hubungan Antara Asupan Energi dan Protein Dengan Status Gizi Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas KombosKota Manado. *Jurnal Universitas Sam Ratulangi*, pp. 45-52.
- Anwari, S. R., 2018. Perilaku Konsumsi Kopi Di Kalangan Mahasiswa Di Kafe Sepanjang Jalan Kalpataru Kota Malang. *Jurnal Ilmu Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis*, Volume 6, pp. 1-14.
- Arifin, A. M., Yani, A. & Lestari, Y. N., 2021. Hubungan Frekuensi, Jenis Makanan, dan Rata-Rata Asupan Harian (Energi, Karbohidrat, Lemak, dan Protein) Dengan Kejadian GERD (Studi Pada Pegawai di Rumah Sakit

- Holistic Purwakarat). *Sport and Nutrition Journal*, 2(2), pp. 65-72.
- Askandar, T., 2015. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi 2 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Rumah Sakit Pendidikan Dr. Soetomo Surabaya*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Audina, M., 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Mie Instan Pada Mahasiswa Universitas Perintis. In: *Skripsi*. s.l.:s.n.
- Ayunda, 2020. Hubungan Keteraturan Makan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Fungsional Pada Remaja: Sistematic Riview. In: *Skripsi*. Bandung: Universitas Bhakti Kencana.
- Bassar , L. C., 2020. Hubungan Kelebihan Berat Badan Dengan Angka Kejadian Gastroesophageal Reflux Disease di Puskesmas Ariodillah Palembang. In: *Skripsi*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Brown, J. E. *et al.*, 2013. *Nutrition Through the Life Cycle*. s.l.:Cengage Learning.
- Emerenziani, *et al.*, 2020. Review Role of Overweight and Obesity in Gastrointestinal Disease. *Nutrients*, 12(111), pp. 1-14.
- Eom, H., Lee, D., Cho , Y. & Moon , J., 2022. The Association Between Meal Regularity and Weight Loss Among Women in Commercial Weight Loss Programs. *Nutrition Research and Practice*, 16(2), pp. 205-216.
- Fatie, S. D., Briliannita, A. & Florensia, W., 2021. Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Status Gizi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Sorong Pada Masa Pandemi Covid-19. *Nursing Arts*, 15(2), pp. 81-92.
- Febytia, N. D. & Dainy, N. C., 2022. Hubungan Kualitas Tidur, Asupan Zat Gizi Makro dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Mahasiswa Gizi Universitas Muhammadiyah Jakarta. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 1(3), pp. 204-209.
- Fikrinnisa, R., 2018. Hubungan Keteraturan Makan dan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Lemak Dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Fungsional Pada Remaja Putri di SMA Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi* , 7(2), pp. 175-180.
- Fitri Ajjah, B. F., Mamfaluti, T. & Imansyah Putra, T. R., 2020. Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Journal of Nutrition College*, Volume 9, pp. 170-175.



- Gillespie, J., 2021. "You are what You eat": The role of Dietary Macronutrients and Micronutrients in MaFID. *Clinical Liver Disease*, 18(2), p. 67.
- Handaya, A. Y., 2017. *Deteksi Dini & Atasi 31 Penyakit Bedah Saluran Cerna (Digestif)*. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Handayani, M. & Thomy, T. A., 2018. Hubungan Frekuensi, Jenis, dan Porsi Makan Dengan Kejadian GERD Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 1(2), pp. 41-42.
- Hardinsyah & Supariasa, I., 2017. *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Hartaningrum, P. I., Sutiari, N. K. & Dwijayanti, L. A., 2021. Hubungan antara Asupan Gizi dengan Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 12(3), pp. 411-418.
- Hartriyanti, Y., Tyasnugroho Suyoto, P. S., Sabrini, I. A. & Wigati, M., 2020. *Gizi Kerja*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hatala, T. N., 2022. *Keperawatan Anak: Pertumbuhan Berat Badan Balita*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Hepiriyani, 2022. *Mengonsumsi Minuman Manis Berisiko Terjadinya Kematian*. Palembang: Kementerian Kesehatan.
- Hutajulu, N., 2021. Dampak Buruk Telat Makan Bagi Kesehatan. *NERS Unair*, 10 April.
- Ismail, F., 2018. *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan dan Ilmu-Ilmu Sosial*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Jauhari, A., Anamisa, D. R. & Muffaroha, F. A., 2020. *Pengantar Sistem Informasi (Model, Siklus, Desain, Sistem Pendukung Keputusan)*. Malang: MNC Publishing.
- Julaiha, F., Syam, B. & Rafsanjani, T. M., 2022. Faktor Risiko Terjadinya Dispepsia di Puskesmas Blangkejeren Kabupaten Gayo Lues Tahun 2020. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh*, 5(1), pp. 1-11.

- Kabir, Miah & Islam, 2018. Factors Influencing Eating Behavior and Dietary Intake Among Resident Students In A Public University In Bangladesh: A Qualitative Study. *PLoS One*, 13(6), pp. 1-17.
- Kadir, S., 2022. *Gizi Masyarakat*. Yogyakarta: Absolute Media.
- Kadir, S., 2022. *Kuliner Bergizi Berbasis Budaya*. Sleman: CV. Absolute Media.
- Kementerian Kesehatan, 2014. *Peraturan Kemenkes Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan, 2018. *Data Konsumsi Zat Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan, 2019. *Angka Kecukupan Gizi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan, 2020. *Hari Bawa Bekal*. Jakarta: Infodatin.
- Kementerian Kesehatan, 2022. Kenali Cemas dan Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Kemenkes Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan*, 09 Agustus.
- Khairani, M., Afrinis, N. & Yusnira, 2021. Hubungan Asupan Energi dan Protein dengan Status Gizi Santri Madrasah Aliyah Darul Qur'an Tahun 2021. *Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 5(3), pp. 10985-10991.
- Khairiyah, E. L., 2016. Pola Makan Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2016. In: *Skripsi*. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, pp. 9-36.
- Khoirina, A. *et al.*, 2015. Gambaran Food Preferences Pada Siswa-Siswi Obesitas Di Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Jakarta Tahun 2015. In: *Karya Tulis Ilmiah*. Jakarta: UIniversitas Islam Negeri Jakarta.
- Koujan, S. E., Keshteli, A. H., Esmailzadeh, A. & Adibi, P., 2021. Association between Dietary Fat Intake and Odds of Gastro-esophageal Reflux Disorder (GERD) in Iranian Adults. *International Journal of Preventive Medicine*, 12(77).