

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN KONSUMSI KOPI TERHADAP TERJADINYA
GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD) PADA MAHASISWA FAKULTAS
TEKNIK UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**ANGGIE PUTRI KURNIASARI- 25000122140361
2026-SKRIPSI**

Penyakit Refluks Gastroesofageal (GERD) merupakan penyakit gastrointestinal kronis yang disebabkan oleh aliran balik isi lambung ke kerongkongan. Studi potong lintang ini mengevaluasi bagaimana pola makan dan konsumsi kopi berhubungan dengan Penyakit Refluks Gastroesofageal (GERD) di kalangan mahasiswa teknik tahun terakhir di Universitas Diponegoro, demografi yang sangat rentan terhadap gangguan gastrointestinal akibat stres akademik. Pengambilan sampel acak bert stratified proporsional digunakan untuk merekrut 100 mahasiswa aktif dari angkatan 2022. Data mengenai gejala dan kebiasaan dikumpulkan menggunakan GERD-Q versi Indonesia bersama dengan kuesioner terstruktur, diikuti oleh analisis Chi-Square ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan prevalensi GERD sebesar 31%. Kebiasaan diet secara umum ($p = 0,829$), makanan pedas ($p = 0,820$), pilihan makanan asam ($p = 0,230$), camilan pedas ($p = 0,893$), asupan kopi secara keseluruhan ($p = 0,257$), dan mengonsumsi kopi saat perut kosong ($p = 0,712$) tidak menunjukkan korelasi yang signifikan secara statistik dengan GERD. Namun, asosiasi yang sangat signifikan diidentifikasi terkait dengan frekuensi gejala refluks langsung yang dipicu setelah mengonsumsi kopi ($p = 0,000$). Hal ini menunjukkan bahwa relaksasi sfingter esofagus bawah (LES) lokal dan hipersensitivitas visceral merupakan faktor patogenik yang lebih kritis daripada kebiasaan gaya hidup yang lebih luas. Oleh karena itu, program kesehatan universitas harus menekankan mitigasi stres dan kesadaran akan gejala somatik untuk membantu mahasiswa mengatasi beban kerja akademik yang berat dengan aman.

Kata kunci : pola makan, konsumsi kopi, penyakit refluks gastroesofageal (GERD), mahasiswa teknik