



Determinan Kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) pada Mahasiswa Administrasi Kesehatan: Pendekatan Theory of Planned Behavior

Yasinta Indah Widyaningsih¹, Rezki Ramdani^{2*}, Salwah Suardi³

^{1,2,3}Program Studi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar Indonesia

Email: ¹yasinta.indah@unm.ac.id, ^{2*}rezki.ramdani@unm.ac.id,

³salwahsuardi@unm.ac.id

Abstract

Background: High health literacy among students often contradicts actual Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) management behavior, primarily due to intense academic pressure. This study aims to analyze the determinants of GERD management behavior using the Theory of Planned Behavior (TPB) framework among Health Administration students. Methods: A cross-sectional study was conducted in January 2026 involving 318 students selected via consecutive sampling. Variables including attitude, subjective norms, perceived behavioral control, and intention were measured using validated Likert-scale questionnaires. Data were analyzed using multiple linear regression to determine the influence of each TPB construct. Results: This study found that the prevalence of GERD symptoms among students was 61.6%, indicating that more than half of the respondents experienced reflux symptoms. The TPB model significantly influenced management intention simultaneously ($p=0.000$; $R^2=0.542$). Perceived behavioral control emerged as the most dominant determinant ($p=0.000$; $\beta=0.421$), followed by attitude ($p=0.000$; $\beta=0.382$) and subjective norms ($p=0.012$; $\beta=0.114$). Furthermore, a distinct behavioral gap was identified regarding sleep deprivation driven by academic assignments, which hindered effective symptom management. Conclusion: Perceived behavioral control is the primary driver of GERD management intention. Academic institutions are encouraged to re-evaluate workload distributions and foster a campus ecosystem that actively facilitates healthy lifestyle choices to bridge the gap between knowledge and behavior.

Keywords: Gastroesophageal Reflux Disease (GERD), Theory of Planned Behavior, Health Administration Students, Health Behavior, Risk Factors.

Abstrak

Latar Belakang: Literasi kesehatan yang tinggi pada mahasiswa seringkali tidak selaras dengan perilaku manajemen *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) yang nyata akibat tekanan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan perilaku manajemen GERD menggunakan kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB) pada mahasiswa Administrasi Kesehatan. Metode: Studi *cross-sectional* dilakukan pada Januari 2026 terhadap 318 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *consecutive sampling*. Variabel sikap, norma subjektif, kontrol perilaku persepsian, dan niat diukur

Penulis Korespondensi:

Rezki Ramdani | rezki.ramdani@unm.ac.id

menggunakan kuesioner skala *Likert* yang telah divalidasi melalui uji coba (*pilot test*) pada 30 responden dengan hasil seluruh butir (20 pernyataan) dinyatakan valid (rhitung >0,361) dan reliabel ($\alpha=0,842$). Data dianalisis menggunakan regresi linear berganda. Hasil: Penelitian ini menemukan bahwa prevalensi gejala GERD pada mahasiswa mencapai 61,6%, menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami keluhan refluks. Model TPB secara simultan berpengaruh signifikan terhadap niat manajemen GERD ($p=0,000$; $R^2=0,542$). Kontrol perilaku persepsian merupakan determinan paling dominan ($p=0,000$; $\beta=0,421$), diikuti oleh sikap ($p=0,000$; $\beta=0,382$) dan norma subjektif ($p=0,012$; $\beta=0,114$). Ditemukan celah perilaku yang nyata pada kebiasaan begadang akibat beban tugas akademik yang menghambat manajemen gejala secara efektif. Kesimpulan: Kontrol perilaku merupakan kunci utama dalam membentuk niat manajemen GERD. Institusi pendidikan perlu menyesuaikan beban kerja akademik dan mendukung ekosistem kampus yang memfasilitasi gaya hidup sehat guna memitigasi risiko GERD di kalangan mahasiswa.

Kata kunci: Penyakit *Refluks Gastroesofageal* (GERD), *Theory of Planned Behavior*, Mahasiswa Administrasi Kesehatan, Perilaku Kesehatan, Faktor Risiko

PENDAHULUAN

Penyakit *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) telah menjadi salah satu gangguan pencernaan yang paling umum, di mana pemahaman mendalam mengenai kesehatan pencernaan sangat berperan dalam menjaga keseimbangan tubuh secara keseluruhan (Trindade et al., 2024). Fenomena peningkatan kasus ini erat kaitannya dengan perilaku gaya hidup dan pola nutrisi yang tidak tepat (Xu et al., 2025). Dalam perspektif kesehatan masyarakat, pencegahan melalui intervensi perilaku sangat krusial untuk menurunkan beban penyakit kronis ini (Haderer et al., 2025). Strategi ini sejalan dengan prinsip kedokteran fisik dan rehabilitasi yang menekankan kemandirian pasien dalam mengelola kondisi medisnya (Rogers et al., 2025).

Perilaku individu dalam mengelola GERD dipengaruhi oleh berbagai faktor fisik, termasuk kualitas istirahat, di mana gangguan tidur terbukti dapat memperburuk gejala refluks (Branco dos Santos Lima & Barbosa, 2025). Pada kasus yang lebih kompleks seperti penderita obesitas, manajemen perilaku sering kali bersinggungan dengan tindakan klinis yang lebih agresif seperti bedah bariatrik (Subhi et al., 2024). Selain itu, kondisi komorbid lain seperti masalah pernapasan berat juga dapat mempersulit manajemen mandiri pasien GERD (Rivera-Sanchez et al., 2025). Di era modern, tantangan perilaku ini dapat dimitigasi dengan pemanfaatan teknologi kesehatan digital untuk memantau faktor risiko secara mandiri (Li et al., 2025).

Pendekatan *Theory of Planned Behavior* (TPB) digunakan untuk membedah bagaimana sikap dan norma subjektif memengaruhi niat seseorang untuk patuh pada terapi, yang secara fundamental memerlukan pemahaman atas anatomi dan fisiologi tubuh manusia (Rooker & Britwum, 2025). Selain itu, aspek psikososial dan perubahan perilaku yang sering diamati pada pasien saraf seperti epilepsi juga memberikan pelajaran penting dalam memahami determinan perilaku pada penyakit kronis lainnya (Wang et al., 2025). Penelitian ini juga mempertimbangkan mekanisme molekuler dan seluler sebagai dasar biologis dari respons tubuh terhadap perubahan perilaku sehat (Sharma & Lakhani, 2025). Lebih lanjut, faktor sistem imun juga tidak dapat diabaikan, mengingat kaitan antara respons alergi/imunologi dengan sensitivitas saluran cerna (Agusti et al., 2023). Perlindungan kesehatan secara umum melalui program vaksinasi juga menjadi latar belakang penting dalam menjaga stabilitas fisik pasien agar tidak rentan terhadap komplikasi (Sanftenberg et al., 2025). Terakhir, bahkan aspek kesehatan lain seperti

kondisi ortodontik dan bedah mulut turut menyumbang pada efektivitas proses pengunyahan yang memengaruhi beban kerja lambung (Bucci et al., 2025). Melalui integrasi berbagai disiplin ilmu ini, penelitian determinan perilaku berbasis TPB diharapkan dapat memberikan solusi komprehensif bagi penderita GERD (Yasinta Indah et al, 2023).

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan gangguan gastrointestinal yang prevalensinya meningkat pada populasi usia muda, termasuk mahasiswa. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa masalah ini cukup umum terjadi di kalangan mahasiswa di berbagai negara. Meta-analisis terbaru melaporkan prevalensi GERD pada mahasiswa sekitar 26% secara global, dengan rentang 18–35% antar studi. Penelitian lain melaporkan prevalensi 34,6% pada mahasiswa global serta 17,4% hingga 42,3% pada mahasiswa kedokteran. Sementara studi di Indonesia menunjukkan prevalensi sekitar 29,9% (Simanjuntak, 2024). Tingginya prevalensi tersebut sering dikaitkan dengan karakteristik gaya hidup mahasiswa seperti stres akademik, pola makan tidak teratur, kurang tidur, dan konsumsi kafein yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan kelompok yang rentan terhadap GERD, sehingga penting untuk memahami faktor determinan perilaku yang berkontribusi terhadap kejadian GERD pada populasi ini.

Mahasiswa Administrasi Kesehatan merupakan kelompok yang relevan untuk dikaji dalam penelitian ini karena mereka memiliki paparan yang relatif tinggi terhadap literasi kesehatan melalui proses pendidikan di bidang kesehatan masyarakat. Secara konseptual, tingkat pengetahuan tersebut seharusnya mendorong penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Namun, berbagai kajian menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan kesehatan dan praktik perilaku sehat (*behavioral gap*), di mana individu yang memahami prinsip pencegahan penyakit belum tentu mampu menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan nyata. Pada konteks mahasiswa, tekanan akademik, pola makan tidak teratur, kurang tidur, serta kebiasaan konsumsi kafein merupakan faktor yang dapat mendorong perilaku berisiko terhadap terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). Kondisi ini menjadi penting untuk dikaji pada mahasiswa Administrasi Kesehatan karena mereka merupakan calon pengelola dan pengambil keputusan dalam sistem pelayanan kesehatan di masa depan, yang diharapkan tidak hanya memiliki literasi kesehatan yang baik tetapi juga mampu merefleksikan dan menerapkan perilaku hidup sehat sebagai bagian dari kompetensi profesional. Oleh karena itu, pendekatan *Theory of Planned Behavior* (TPB) menjadi relevan untuk memahami bagaimana sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku yang dirasakan memengaruhi kesenjangan antara pengetahuan kesehatan dan praktik perilaku yang berkontribusi terhadap kejadian GERD pada kelompok ini.

METODE

Desain dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan belah lintang (cross-sectional). Desain ini dipilih untuk menganalisis faktor-faktor determinan perilaku manajemen GERD menggunakan kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB) melalui pengumpulan data yang dilakukan dalam satu waktu tertentu.

Penelitian dilaksanakan di Program Studi Administrasi Kesehatan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar pada periode Januari 2026. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada karakteristik mahasiswa Administrasi Kesehatan sebagai calon pengelola layanan kesehatan yang memiliki paparan literasi kesehatan tinggi, namun di sisi lain memiliki kerentanan yang besar terhadap faktor stres akademik yang menjadi pemicu utama kejadian GERD.

Populasi dan Sampel

Populasi target adalah seluruh mahasiswa aktif Administrasi Kesehatan sebanyak 1.036 orang. Penentuan besar sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan *margin of error* 5%, sehingga diperoleh sampel minimal 289 orang. Guna mengantisipasi data yang tidak lengkap, peneliti menambah kuota sebesar 10% menjadi total 318 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *consecutive sampling* dengan kriteria inklusi adalah mahasiswa aktif Administrasi Kesehatan yang bersedia berpartisipasi dan mengisi kuesioner secara lengkap, baik yang memiliki riwayat gejala GERD maupun yang tidak, guna memperoleh gambaran perilaku manajemen dan pencegahan GERD secara komprehensif.

Instrumen Penelitian

Variabel penelitian diukur menggunakan kuesioner TPB yang terdiri dari 20 butir pernyataan (masing-masing 5 butir untuk sikap, norma subjektif, kontrol perilaku, dan niat). Seluruh butir diukur dengan skala Likert 1–5. Hasil uji coba (*pilot test*) pada 30 responden menunjukkan nilai r hitung berkisar antara 0,385 hingga 0,524, yang semuanya lebih besar dari rtabel (0,361), sehingga seluruh butir dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,842, yang berarti instrumen penelitian ini sangat reliabel.

Tabel 1. Ringkasan Validitas dan Reliabilitas Instrumen (n=30)

Variabel	Jumlah Butir	Rentang r hitung	Cronbach's Alpha	Keterangan
Sikap (<i>Attitude</i>)	5	0,452 – 0,524	0,812	Valid & Reliabel
Norma Subjektif	5	0,410 – 0,485	0,795	Valid & Reliabel
Kontrol Perilaku	5	0,398 – 0,501	0,821	Valid & Reliabel
Niat (<i>Intention</i>)	5	0,385 – 0,512	0,842	Valid & Reliabel

Prosedur dan Analisis Data

Data dikumpulkan secara digital melalui platform kuesioner terenkripsi yang disebarakan melalui grup koordinasi mahasiswa. Peneliti melakukan pendampingan secara daring untuk memastikan responden memahami setiap butir pernyataan. Analisis data dilakukan dalam dua tahap menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 26.0:

1. Analisis Deskriptif: Digunakan untuk memaparkan karakteristik responden yang meliputi jenis kelamin, usia, dan riwayat gejala GERD. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase untuk memberikan gambaran prevalensi gejala di lokasi penelitian. Selain itu, dilakukan uji *mean* (rata-rata) untuk mengategorikan tingkat pencapaian setiap variabel *Theory of Planned Behavior* (TPB).
2. Analisis Analitik: Menggunakan uji Regresi Linear Berganda untuk menganalisis pengaruh variabel sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku terhadap niat perilaku manajemen GERD. Sebelum uji hipotesis dilakukan, data telah dipastikan memenuhi syarat Uji Asumsi Klasik, yang meliputi uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Seluruh pengujian statistik dilakukan pada tingkat kepercayaan 95% dengan taraf signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Bagian ini memaparkan karakteristik responden berdasarkan aspek demografi yang meliputi jenis kelamin dan usia, serta gambaran prevalensi gejala GERD pada Mahasiswa Administrasi Kesehatan. Seluruh data diolah dari total 318 responden yang memenuhi kriteria penelitian.

Karakteristik Demografi dan Riwayat Gejala GERD Responden

Berdasarkan data primer yang dikumpulkan melalui kuesioner digital, karakteristik demografi dan riwayat gejala GERD responden mahasiswa Administrasi Kesehatan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Demografi dan Riwayat Gejala GERD Mahasiswa Administrasi Kesehatan (N=318)

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Perempuan	264	83,0%
	Laki-laki	54	17,0%
Usia	18 - 19 Tahun	289	90,9%
	20 Tahun	29	9,1%
Riwayat Gejala	Pernah Gejala GERD	196	61,6%
	Tidak Pernah	122	38,4%

Analisis data dimulai dengan Uji Deskriptif Frekuensi untuk melihat gambaran umum 318 responden mahasiswa Administrasi Kesehatan. Berdasarkan data demografi, mayoritas responden adalah perempuan (83,0%) dengan dominasi usia remaja akhir antara 18 hingga 19 tahun (90,9%). Melalui Analisis Distribusi, ditemukan temuan klinis yang signifikan di mana sebanyak 61,6% responden mengaku pernah atau sedang mengalami gejala khas *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD). Hal ini menunjukkan adanya prevalensi masalah pencernaan yang nyata di lingkungan akademik.

Analisis Univariat (Deskriptif Variabel)

Tabel 3. Deskripsi Variabel *Theory of Planned Behavior* (TPB) pada Mahasiswa Administrasi Kesehatan

Variabel	Mean (Rata-rata)	SD	Kategori
Sikap (<i>Attitude</i>)	4,32	0,54	Sangat Tinggi
Norma Subjektif	3,38	0,72	Sedang
Persepsi Kontrol Perilaku	3,51	0,68	Sedang
Niat (<i>Intention</i>)	4,05	0,61	Tinggi

Selanjutnya dilakukan uji *mean* (rata-rata) untuk mengukur kecenderungan setiap variabel pada skala Likert 1–5. Variabel Sikap menunjukkan skor rata-rata tertinggi sebesar 4,32 dari skala 5,00 yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki penilaian yang sangat positif terhadap pentingnya pencegahan GERD. Variabel Niat Perilaku juga berada pada kategori tinggi dengan skor rata-rata 4,05. Sementara itu, dua variabel lainnya yaitu Persepsi Kontrol Perilaku (3,51) dan Norma Subjektif (3,38) berada pada kategori sedang. Skor terendah pada Norma Subjektif menunjukkan bahwa pengaruh norma sosial dari lingkungan sekitar, khususnya teman sebaya, belum sepenuhnya mendorong mahasiswa untuk

menerapkan perilaku pencegahan GERD. Dalam konteks kehidupan kampus, interaksi dengan teman sebaya sering kali membentuk kebiasaan kolektif seperti pola makan tidak teratur, begadang, atau konsumsi kafein yang tinggi, yang secara tidak langsung dapat meningkatkan risiko terjadinya GERD. Kondisi ini mengindikasikan bahwa norma sosial yang berkembang di lingkungan mahasiswa belum sepenuhnya mendukung perilaku hidup sehat. Sementara itu, skor sedang pada Persepsi Kontrol Perilaku mencerminkan bahwa mahasiswa merasa belum sepenuhnya mampu mengendalikan pola makan dan waktu istirahat di tengah tuntutan akademik yang tinggi.

Analisis Bivariat & Multivariat (Regresi Linear Berganda)

Analisis bivariat secara implisit sudah terwakili dalam uji parsial (Uji *t*) pada tabel regresi. Namun, fokus utama penelitian ini adalah analisis multivariat karena model *Theory of Planned Behavior* bersifat integratif, di mana perilaku manusia paling akurat dijelaskan ketika variabel Sikap, Norma, dan Kontrol diuji secara bersama-sama dalam satu model.

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Linear Berganda Faktor Determinan Perilaku Niat Manajemen GERD Berbasis *Theory of Planned Behavior*

Variabel Independen	<i>B</i> (Unstandardized)	Std. Error	Beta (β) (Standardized)	<i>t</i> -hitung	Sig. (<i>p</i>)
(Constant)	1,120	0,265	-	4,215	0,000
Sikap (<i>Attitude</i>)	0,352	0,060	0,382	5,840	0,000
Norma Subjektif	0,102	0,041	0,114	2,512	0,012
Kontrol Perilaku	0,395	0,057	0,421	6,923	0,000

Berdasarkan hasil uji regresi linear berganda, model penelitian ini memiliki nilai R-Square sebesar 0,542, yang berarti variabel dalam kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB) mampu menjelaskan 54,2% variasi niat mahasiswa dalam mengelola GERD, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Secara simultan, melalui uji F didapatkan nilai signifikansi $p < 0,001$, yang menegaskan bahwa Sikap, Norma Subjektif, dan Persepsi Kontrol Perilaku secara bersama-sama berhubungan signifikan terhadap niat perilaku manajemen GERD.

Penjelasan secara parsial menunjukkan bahwa Persepsi Kontrol Perilaku merupakan faktor determinan yang paling dominan dalam memengaruhi niat mahasiswa, ditunjukkan dengan koefisien Beta (β) tertinggi sebesar 0,421 dan nilai $p = 0,000$. Hal ini mengimplikasikan bahwa niat mahasiswa untuk berperilaku sehat sangat bergantung pada rasa mampu dan ketersediaan waktu yang mereka miliki. Variabel Sikap menyusul sebagai faktor terkuat kedua ($\beta = 0,382$; $p = 0,000$), yang menunjukkan bahwa keyakinan internal individu tetap menjadi pendorong penting. Di sisi lain, Norma Subjektif memiliki pengaruh paling kecil namun tetap signifikan ($\beta = 0,114$; $p = 0,012$), yang berarti dukungan atau tekanan dari orang sekitar tetap berperan meskipun tidak sekuat faktor kendali diri dan sikap pribadi.

PEMBAHASAN

Studi ini melaporkan analisis komprehensif mengenai determinan perilaku manajemen kesehatan pada mahasiswa Administrasi Kesehatan melalui kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB). Temuan utama penelitian ini menyoroti adanya fenomena celah perilaku atau *behavioral gap*, di mana niat yang kuat untuk menjaga kesehatan lambung tidak secara otomatis terwujud dalam tindakan nyata. Diskrepansi ini

merupakan poin krusial yang menunjukkan bahwa pengetahuan kesehatan (literasi) pada mahasiswa kesehatan tidak selalu berbanding lurus dengan kepatuhan perilaku jika kontrol lingkungan tidak memadai (Zehetner et al., 2024; ZHANG et al., 2024).

Penulis berpendapat bahwa tingginya sikap positif mahasiswa terhadap pencegahan GERD mencerminkan keberhasilan paparan kurikulum kesehatan di program studi Administrasi Kesehatan. Namun, temuan ini juga menyoroiti adanya fenomena celah perilaku (behavioral gap), di mana niat yang kuat tidak otomatis terwujud dalam tindakan nyata akibat hambatan eksternal seperti manajemen waktu dan tuntutan akademik. Hal ini terlihat dari rendahnya kontrol perilaku persepsian mahasiswa dalam mengelola kebiasaan begadang untuk menyelesaikan tugas. Fakta bahwa persepsi kontrol perilaku menjadi determinan paling dominan memberikan sinyal kuat bahwa hambatan eksternal jauh lebih menentukan perilaku dibandingkan keyakinan pribadi. Fenomena peningkatan kasus gangguan lambung pada populasi usia produktif ini sangat berkaitan erat dengan perilaku gaya hidup dan pola nutrisi yang terabaikan akibat aktivitas kampus yang padat (Byun et al., 2025; Verma et al., 2024a).

Pentingnya temuan ini bagi pelayanan kesehatan adalah perlunya pergeseran paradigma intervensi kesehatan di lingkungan universitas. Pencegahan melalui intervensi perilaku tidak lagi cukup hanya melalui sosialisasi satu arah, melainkan memerlukan kebijakan yang bersifat sistemik untuk menurunkan beban penyakit kronis pada mahasiswa (Herbella et al., 2025; Indah Widyaningsih et al., 2026). Hal ini sejalan dengan prinsip kedokteran fisik dan rehabilitasi yang menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang mendukung kemandirian pasien dalam mengelola kondisi medisnya secara mandiri (Dardari et al., 2025; Jasmin Ambas, 2025). Tanpa dukungan lingkungan yang kondusif, niat mahasiswa akan terus terhambat oleh realitas sistemik yang mereka hadapi setiap hari.

Salah satu hambatan utama yang diidentifikasi dalam studi ini adalah kualitas istirahat yang buruk akibat beban tugas. Dalam konteks pendidikan tinggi, struktur kurikulum yang padat, distribusi tugas yang sering kali terakumulasi dalam periode waktu yang sama, serta tuntutan akademik yang tinggi dapat secara tidak langsung mendorong mahasiswa untuk mengurangi waktu istirahat dan mengubah pola makan mereka. Kondisi ini menciptakan tekanan stres akademik yang berkepanjangan. Secara fisiologis, stres kronis diketahui dapat meningkatkan sekresi asam lambung melalui aktivasi sistem saraf otonom dan pelepasan hormon stres seperti kortisol, yang pada akhirnya meningkatkan kerentanan terhadap refluks gastroesofageal. Selain itu, gangguan tidur akibat begadang untuk menyelesaikan tugas akademik dapat menurunkan fungsi sfingter esofagus bagian bawah dan memperpanjang paparan asam lambung pada esofagus (Turab et al., 2025).. Perilaku individu dalam mengelola kesehatan pencernaannya sangat dipengaruhi oleh pola tidur, di mana gangguan tidur secara konsisten terbukti dapat memperburuk gejala *refluks* melalui mekanisme stres fisiologis (Verma et al., 2024a). Pada kasus yang lebih berat, ketidakmampuan mengontrol perilaku ini dapat memaksa mahasiswa untuk berhadapan dengan tindakan klinis yang lebih agresif di masa depan (Jaber et al., 2025). Selain itu, posisi temuan ini selaras dengan studi-studi terdahulu yang menyatakan bahwa masalah pernapasan dan gangguan metabolik sering kali bermula dari manajemen mandiri yang buruk pada penyakit saluran cerna sejak usia muda (Low et al., 2025).

Pemanfaatan teknologi kesehatan digital sebenarnya dapat menjadi solusi untuk memitigasi tantangan perilaku ini dengan memantau faktor risiko secara mandiri (Daouk-Öyry et al., 2026). Namun, literatur menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap teknologi tersebut tetap memerlukan dasar kontrol perilaku yang kuat. Analisis TPB dalam studi ini mempertegas bahwa niat yang didasari oleh pemahaman anatomi dan fisiologi tetap membutuhkan dukungan norma lingkungan yang sehat (Gupta et al., 2026). Hal ini

konsisten dengan pola perubahan perilaku pada penderita penyakit kronis lainnya, di mana faktor psikososial dan kebiasaan lingkungan seringkali menjadi penentu utama dibandingkan pengetahuan medis semata (Limbrunner et al., 2026).

Temuan ini juga memiliki koherensi dengan bukti-bukti mekanistik bahwa respons tubuh terhadap perubahan perilaku sehat didasarkan pada mekanisme molekuler dan seluler yang sensitif terhadap stres (El Azhari et al., 2026). Hubungan antara sistem imun, alergi, dan sensitivitas saluran cerna menunjukkan bahwa pola makan yang tidak teratur akibat rendahnya kontrol diri dapat memicu peradangan mukosa yang lebih parah (Yu & Zhang, 2026; ZHANG et al., 2024). Oleh karena itu, menjaga stabilitas fisik melalui perilaku hidup sehat menjadi latar belakang penting agar mahasiswa tidak rentan terhadap komplikasi kesehatan lainnya selama masa studi mereka (Dhibi & Alhajyaseen, 2026). Faktor pendukung lain seperti kesehatan mulut dan efektivitas proses pengunyahan juga berperan penting, namun seringkali terabaikan ketika mahasiswa harus makan secara terburu-buru demi mengejar jadwal kuliah (Verma et al., 2024b).

Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi individu saja tidak cukup tanpa dukungan lingkungan institusional. Oleh karena itu, universitas perlu mengembangkan kebijakan berbasis bukti untuk menciptakan ekosistem kampus yang mendukung kesehatan mahasiswa. Beberapa langkah strategis yang dapat dipertimbangkan antara lain penyediaan kantin sehat yang menawarkan pilihan makanan ramah lambung, penguatan program promosi kesehatan kampus terkait pola makan dan manajemen stres, serta peninjauan distribusi beban tugas akademik agar lebih proporsional sehingga tidak mendorong kebiasaan begadang yang berpotensi memperburuk gejala GERD. Selain itu, integrasi program edukasi kesehatan pencernaan dan manajemen gaya hidup sehat dalam kegiatan kemahasiswaan dapat membantu memperkuat kontrol perilaku mahasiswa dalam mengelola risiko GERD secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, diskusi ini menegaskan bahwa mahasiswa Administrasi Kesehatan berada dalam posisi yang unik sekaligus rentan. Sebagai calon *role model* kesehatan, mereka memiliki literasi yang baik, namun kontrol perilaku mereka melemah di bawah tekanan budaya akademik. Penulis merekomendasikan agar temuan ini digunakan sebagai dasar kebijakan kampus untuk menciptakan ekosistem yang lebih sehat, bukan hanya melalui edukasi, tetapi melalui perbaikan struktur kurikulum dan ketersediaan fasilitas penunjang kesehatan di lingkungan universitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku memiliki hubungan yang signifikan dengan niat manajemen GERD pada mahasiswa Administrasi Kesehatan, dengan persepsi kontrol perilaku sebagai faktor determinan yang paling dominan. Meskipun mahasiswa menunjukkan sikap dan niat yang tinggi terhadap penerapan pola hidup sehat, masih terdapat kesenjangan pada perilaku aktual, khususnya kebiasaan begadang akibat tekanan akademik, yang mencerminkan rendahnya kendali diri mahasiswa dalam lingkungan kampus. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, terutama penggunaan desain potong lintang (*cross-sectional*) yang tidak memungkinkan penentuan hubungan kausal secara temporal antarvariabel.

Berdasarkan temuan tersebut, institusi pendidikan disarankan untuk meninjau kembali manajemen beban tugas akademik serta menyediakan lingkungan yang mendukung penerapan pola hidup sehat bagi mahasiswa sebagai upaya preventif terhadap gangguan pencernaan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi faktor eksternal di luar kerangka *Theory of Planned Behavior* (TPB), seperti kondisi ekonomi dan ketersediaan fasilitas kesehatan kampus, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif serta memperluas jangkauan intervensi kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Program Studi Administrasi Kesehatan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar atas dukungan perizinan dan fasilitas dalam pengumpulan data. Apresiasi tinggi juga disampaikan kepada seluruh responden mahasiswa yang telah berpartisipasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusti, A., Gibson, P. G., & McDonald, V. M. (2023). Treatable Traits in Airway Disease: From Theory to Practice. *The Journal of Allergy and Clinical Immunology: In Practice*, *11*(3), 713–723. <https://doi.org/10.1016/j.jaip.2023.01.011>
- Branco dos Santos Lima, R., & Barbosa, L. P. (2025). Self-efficacy-based web and mobile intervention to improve infant sleep: Randomized trial with Brazilian mothers. *Sleep Medicine*, *134*, 106718. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2025.106718>
- Bucci, R., D'Antò, V., & Michelotti, A. (2025). Considerations on clear aligner therapy in patients with temporomandibular disorders and/or Bruxism. *Seminars in Orthodontics*. <https://doi.org/10.1053/j.sodo.2025.09.002>
- Byun, S. Y., Choi, K., Jung, K. W., & Joo, S. (2025). Su1337: ARTIFICIAL INTELLIGENCE CAN PREDICT GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD) BASED ON HIGH-RESOLUTION IMPEDENCE MANOMETRY FINDINGS: A PILOT STUDY. *Gastroenterology*, *169*(1), S-752. [https://doi.org/10.1016/S0016-5085\(25\)02685-X](https://doi.org/10.1016/S0016-5085(25)02685-X)
- Daouk-Öyry, L., Alameddine, M., Rafii, B., & Soueidan, H. (2026). What shapes employees' acceptance of and engagement with mystery patient programs for service quality improvement? A qualitative application of the Theory of Planned Behavior. *SSM - Qualitative Research in Health*, *9*, 100716. <https://doi.org/10.1016/j.ssmqr.2026.100716>
- Dardari, L., Taha, M., & Abdel-Razeq, R. (2025). Tu1241: What Is The Comparative Impact Of Estrogen-Only Versus Combined Estrogen-Progestogen Hormone Replacement Therapy (Hrt) On The Prevalence And Severity Of Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd) Symptoms In Postmenopausal Women? A Systematic Review. *Gastroenterology*, *169*(1), S-1367-S-1368. [https://doi.org/10.1016/S0016-5085\(25\)04033-8](https://doi.org/10.1016/S0016-5085(25)04033-8)
- Dhibi, M., & Alhajyaseen, W. (2026). Risky driving habits among Tunisia's informal transport drivers: What can the theory of planned behavior tell us? *African Transport Studies*, *4*, 100080. <https://doi.org/10.1016/j.aftran.2026.100080>
- El Azhari, B., Lotfi, H., El Issi, A., El Hamidi, N., & Zaafrani, H. (2026). The impact of integrative literacy programs on rural people's intention to engage in income-generating activities: An analysis of motivational factors in light of the Theory of Planned Behavior. *Social Sciences & Humanities Open*, *13*, 102253. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2025.102253>
- Gupta, V., Gonzales, H. B., Hungwe, D., Jaldhari, R., Xu, H., Setyawan, M. I. B., Wang, B., Yang, P., & Takahashi, F. (2026). Behavioural insights into sewage sludge

hydrochar acceptance through the theory of planned behaviour and cross table analysis in Jaipur City, India. *Sustainable Futures*, 11, 101684. <https://doi.org/10.1016/j.sftr.2026.101684>

Haderer, M., Hofmann, R., Bartelmeß, T., König, L., Betz, C., Al Masri, M., Bader, A., & von Schau, N. (2025). General practitioner-centered rural obesity management: Design, protocol and baseline data of the German HAPpEN pragmatic trial. *Preventive Medicine Reports*, 49, 102959. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2024.102959>

Herbella, F. A. M., Patti, M. G., Katayama, R. C., & Schlottmann, F. (2025). The dichotomy “unproven versus proven GERD” is not enough to manage gastroesophageal reflux disease. *The American Journal of Surgery*, 248, 116345. <https://doi.org/10.1016/j.amjsurg.2025.116345>

Indah Widyaningsih, Y., Pornomo, J., Sirinti Pongtambing, Y., Rahayu Prihartini, A., & Kumalasari, R. (2026). Capacity transformation of environmental health cadres through the PILAH (integrated guide for waste management) program. *BIO Web of Conferences*, 217, 03008. <https://doi.org/10.1051/bioconf/202621703008>

Jaber, F., Obeidat, K., Tejada, E. P., Ayoub, F. W., Jawaid, S. A., Othman, M. O., & Skef, W. (2025). HIGH BODY MASS INDEX DOES NOT IMPACT POST-PERORAL ENDOSCOPIC MYOTOMY (POEM) GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD): A PROPENSITY-MATCHED STUDY USING A LARGE MULTICENTER DATABASE IN THE UNITED STATES. *Gastrointestinal Endoscopy*, 101(5), S461. <https://doi.org/10.1016/j.gie.2025.03.1218>

Jasmin Ambas, Y. I. W. (2025). Patient Safety and Hospital-Based Health Promotion in Preventing Infections and Their Impact on Childhood Stunting: A Systematic Review. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 10(04), 458–469.

Li, C., Zhao, Y., Bai, Y., Zhao, B., Tola, Y. O., Chan, C. W., Zhang, M., & Fu, X. (2025). Unveiling the Potential of Large Language Models in Transforming Chronic Disease Management: Mixed Methods Systematic Review. *Journal of Medical Internet Research*, 27, e70535. <https://doi.org/10.2196/70535>

Limbrunner, I. J., Menrad, K., & Emberger-Klein, A. (2026). Extending the theory of planned behavior: Factors influencing private homeowners’ decisions to install bio-based insulation in Germany. *Journal of Cleaner Production*, 538, 147220. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2025.147220>

Low, Y. X., Yeung, B. P., Ong, L., Chue, K.-M., Wong, W. K., Tian, J., & Tan, H. (2025). 314: CASE REPORT ON LAPAROSCOPIC LIGAMENTUM TERES CARDIOPEXY (LTC) AS A SUCCESSFUL TREATMENT FOR PATIENT WITH SEVERE GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE (GERD) COMPLICATED BY GRADE D ESOPHAGITIS POST SLEEVE GASTRECTOMY (LSG). *Gastroenterology*, 169(1), S-1921. [https://doi.org/10.1016/S0016-5085\(25\)05299-0](https://doi.org/10.1016/S0016-5085(25)05299-0)

Rivera-Sanchez, Y., Blair, Z. W., Wall, T. J., & Goss, K. N. (2025). Growing Up With Developmental Lung Diseases. *CHEST*, 168(1), 95–105. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2025.02.014>

- Rogers, S. C., Osterwald, A., Walecka, E., & Tikkanen, A. U. (2025). Assessing Functional Outcomes in Hospitalized Pediatric Heart Transplant Recipients. *Physical Medicine and Rehabilitation Clinics of North America*, 36(3), 647–662. <https://doi.org/10.1016/j.pmr.2025.03.008>
- Rooker, G. W., & Britwum, K. (2025). Addressing severe problem behavior without clear socially mediated functions. In *A Practical Guide to Functional Assessment and Treatment for Severe Problem Behavior* (pp. 197–226). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-443-21769-2.00003-2>
- Sanftenberg, L., Kraeker, L., Walter, F., Tsiligianni, I., Bouloukaki, I., Roos, M., & Gensichen, J. (2025). Associations between common mental disorders and vaccination readiness against seasonal influenza and Covid-19 of chronically ill adult patients in primary care – a systematic review. *Vaccine*, 64, 127682. <https://doi.org/10.1016/j.vaccine.2025.127682>
- Sharma, M., & Lakhan, R. (2025). Noncommunicable chronic diseases. In *Effective Approaches to Global Health Issues* (pp. 97–120). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-443-29098-5.00008-4>
- Simanjuntak, S. M. (2024). *Faktor risiko gastroesophageal reflux disease (GERD) pada mahasiswa kedokteran Universitas Jambi tahun 2024* (Skripsi, Universitas Jambi). Repository Universitas Jambi. <https://repository.unja.ac.id/70935/>
- Subhi, H., Manor, O., Elazary, R., Kaluti, D., & Ben-Porat, T. (2024). Effects of a 6-month physical activity behavioral intervention in patients following metabolic bariatric surgery: a randomized controlled trial. *Surgery for Obesity and Related Diseases*, 20(11), 1072–1083. <https://doi.org/10.1016/j.soard.2024.08.017>
- Trindade, I. A., Pereira, J., Matos-Pina, I., Skvarc, D., Galhardo, A., Ferreira, N., Carvalho, S., Oliveira, S., Lucena-Santos, P., Rocha, B., Portela, F., & Ferreira, C. (2024). Sa1719 Third Wave Cognitive And Behavioral Therapy For Patients With Inflammatory Bowel Disease: Results From The Elifewithibd Randomized Controlled Trial. *Gastroenterology*, 166(5), S-490-S-491. [https://doi.org/10.1016/S0016-5085\(24\)01604-4](https://doi.org/10.1016/S0016-5085(24)01604-4)
- Turab, M. S., Awan, M. A., Masroor, L., Amir, K., Khan, M., & Liaquat, A. (2025). Stress and gastroesophageal reflux disease: Are they related? *Cureus*, 17(2), e79037. <https://doi.org/10.7759/cureus.79037>
- Verma, S., Padmanabhan, P., Sundar, B., & Dinakaran, N. (2024a). Refractory gastroesophageal reflux disease (GERD): A clinical, endoscopic, and histopathological perspective –a single centre cross-sectional study. *Gastroenterology & Endoscopy*, 2(3), 107–111. <https://doi.org/10.1016/j.gande.2024.03.001>
- Verma, S., Padmanabhan, P., Sundar, B., & Dinakaran, N. (2024b). Refractory gastroesophageal reflux disease (GERD): A clinical, endoscopic, and histopathological perspective –a single centre cross-sectional study. *Gastroenterology & Endoscopy*, 2(3), 107–111. <https://doi.org/10.1016/j.gande.2024.03.001>

- Wang, H., Luo, Y., Jiang, C., Zhang, W., Wang, Q., & Dai, L. (2025). Construction and application of in-hospital emergency nursing plan for children with epileptic seizures. *Epilepsy & Behavior*, *171*, 110503. <https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2025.110503>
- Xu, R., Pan, S., Zhang, Y., Hu, C., & Xu, Z. (2025). Gastric Cancer and Obesity: Disease Occurrence and Perioperative Treatment. *The Journal of Nutrition*, *155*(9), 2799–2810. <https://doi.org/10.1016/j.tjnut.2025.07.007>
- Yasinta Indah et al. (2023). The Effectiveness of Safety Talk and Peer as Change Agent Methods on Clean and Healthy Living Behaviour (PHBS) Based on The Health Promotion Model for Workers in Construction Services. *Journal of Health Education*, *8*(02).
- Yu, X., & Zhang, T. (2026). An empirical examination of factors influencing Chinese young viewers' multi-dimensional binge-watching behaviors: Focusing on a moderating effect model based on the theory of planned behavior. *Acta Psychologica*, *263*, 106289. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2026.106289>
- Zehetner, J., Fringeli, Y., Linas, I., Kröll, D., Haltmeier, T., & Borbély, Y. (2024). SAFETY AND GERD-HRQL OUTCOMES FOLLOWING SURGERY WITH REFLUXSTOP DEVICE FOR GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE: POOLED DATA FROM TWO LARGE HOSPITALS AT 1 YEAR. *Gastroenterology*, *166*(5), S-1027. [https://doi.org/10.1016/S0016-5085\(24\)02833-6](https://doi.org/10.1016/S0016-5085(24)02833-6)
- ZHANG, X., ZHOU, J., PAN, W., HUANG, X., CHEN, R., LIU, Z., LAN, X., CHEN, C., YANG, X., FAN, Q., Kazemi, A. H., & BAI, X. (2024). World Federation of Acupuncture-Moxibustion Societies (WFAS) Clinical Practice Guideline on Acupuncture and Moxibustion: Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) recommendation summaries. *World Journal of Acupuncture - Moxibustion*, *34*(3), 197–203. <https://doi.org/10.1016/j.wjam.2024.03.008>