

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PENDERITA GERD (*GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE*)

Riska Rohmawati^{*1}, Imamatul Faizah², Ratna Yunita Sari³, Siti Nur Hasina⁴

Rahmadaniar Aditya Putri⁵

^{1*,2,3,4,5}Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdaltul Ulama Surabaya, Jl. SMEA No. Kec.
Wonokromo, Kota Surabaya, Jawa Timur 60243

*riskarohmawati@unusa.ac.id

ABSTRAK

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan salah satu masalah kesehatan yang menimbulkan gejala yang berdampak pada kesehatan fisik dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* penderita GERD. Penelitian ini menggunakan desain observasi analitik dengan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 82 pasien terdiagnosis GERD, dan 76 responden dipilih sebagai sampel dengan teknik *sample random sampling*, yang didapat dengan menggunakan rumus slovin. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu dukungan sosial dan variabel dependen yaitu *subjective well-being*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi spearman. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien GERD memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi (72,04%) dan tingkat *subjective well-being* yang tinggi (56,6%), dengan nilai signifikansi (p value : < 0,012). Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berhubungan dengan *subjective well-being*, tetapi bukan satu-satunya faktor yang memengaruhinya.. Oleh karena itu, dukungan sosial perlu dipandang sebagai salah satu komponen penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis pasien GERD.

Kata Kunci: Dukungan sosial, Kesejahteraan, Gerd

ABSTRACT

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) is a health condition that causes symptoms affecting both physical and psychological health. This study aims to determine the relationship between social support and subjective well-being in patients with GERD. This study employed an analytical observational design using a cross-sectional method. The study population consisted of 82 patients diagnosed with GERD, and 76 respondents were selected as the sample using random sampling, calculated using the Slovin formula. The independent variable in this study was social support, and the dependent variable was subjective well-being. The instruments used were the *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) and the *Satisfaction With Life Scale* (SWLS). Data analysis was performed using Spearman's correlation test. The results of the study indicate that the majority of GERD patients have high levels of social support (72.04%) and high levels of subjective well-being (56.6%), with a significant p -value ($p < 0.012$). These findings suggest that social support is associated with subjective well-being, but it is not the sole factor influencing it. Therefore, social support should be viewed as an important component in supporting the psychological well-being of GERD patients.

Keyword: Social support. Well being, Gerd

PENDAHULUAN

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan penyakit saluran cerna kronis yang ditandai oleh refluks isi lambung ke esofagus dan dapat menimbulkan gejala fisik berulang seperti *heartburn*, regurgitasi, gangguan tidur, serta ketidaknyamanan yang berdampak pada kualitas hidup pasien (Ajjah et al., 2020). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi aspek fisik, tetapi juga berkontribusi terhadap gangguan psikologis, termasuk stres, kecemasan, dan penurunan kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* (Luo et al., 2023).

Menurut *Konsensus Nasional Penatalaksanaan Penyakit Refluks Gastroesofageal (GERD) di Indonesia Revisi 2019*, prevalensi GERD di Indonesia cenderung meningkat. Penelitian pada populasi urban di Indonesia menunjukkan prevalensi sebesar 9,35%, sedangkan survei daring terhadap 2.045 responden mendapatkan 57,6% responden memenuhi kriteria GERD berdasarkan kuesioner GERD-Q (Fauzi et al., 2019). Peningkatan ini dikaitkan dengan perubahan gaya hidup mendadak, seperti penurunan aktivitas fisik dan kondisi mental yang memburuk. Prevalensi GERD di Jawa Timur mencapai 31,2% yaitu dengan jumlah 30.154 kejadian Di Surabaya, penelitian oleh Radjamine et al. (2019) di RSUD Dr. Soetomo menemukan 116 pasien menderita GERD. Tingginya prevalensi GERD yang terus meningkat dengan gejala yang berbeda-beda sangat berdampak terhadap kualitas hidup yang menurun dan produktivitas kerja pasien.

GERD (*Gastroesophageal Reflux Disease*) terjadi akibat kelemahan pada *Lower Esophageal Sphincter* (LES) yang menyebabkan isi lambung, sehingga asam lambung naik ke kerongkongan. Faktor penyebabnya dapat berupa kebiasaan makan tidak teratur, konsumsi makanan tinggi lemak, stres, obesitas, merokok, dan penggunaan obat tertentu. Pada tahap awal, penderita mungkin hanya mengalami keluhan ringan seperti rasa terbakar di dada (*heartburn*), nyeri dada, atau nyeri ulu hati setelah makan makanan tertentu. Seiring waktu, penderita GERD sering mengalami kelelahan, kesulitan menelan, batuk kronis, suara serak, penurunan kualitas tidur, hingga penarikan diri dari aktivitas sosial. Akibat dari kondisi fisik yang terus terganggu ini, pasien menjadi lebih rentan mengalami tekanan psikologis, seperti stres, kecemasan, dan depresi. Hal ini berkontribusi pada penurunan *subjective well-being* (SWB), yaitu persepsi seseorang terhadap kebahagiaan, kepuasan hidup, dan kualitas emosional yang dialaminya.

Kesejahteraan subjektif atau *Subjective Well-Being* (SWB) merupakan indikator penting dalam menilai kualitas hidup seseorang. SWB merujuk pada bagaimana seseorang menilai kehidupannya secara keseluruhan dan terdiri atas tiga komponen utama, yaitu *life satisfaction*, afek positif, dan afek negatif. *Life satisfaction* menggambarkan evaluasi kognitif individu terhadap kehidupannya, afek positif menunjukkan frekuensi pengalaman emosi menyenangkan, sedangkan afek negatif mencerminkan frekuensi emosi tidak menyenangkan seperti stres dan kecemasan. SWB berkaitan erat dengan kesehatan fisik, hubungan sosial, serta ketahanan terhadap stres dan penyakit (Kendra, 2022). Individu dengan SWB tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan, memiliki pandangan hidup yang positif, dan menjalani kehidupan yang lebih produktif. Namun, SWB dapat menurun pada individu yang

mengalami penyakit kronis. Dalam banyak kasus, keterbatasan dalam bersosialisasi dan rasa tidak nyaman berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dapat memperburuk kondisi psikologis.

Dalam hal ini, dukungan sosial menjadi salah satu faktor pelindung yang memiliki peran sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif individu (Hatta Fudholi & Hanifah, 2023). Dukungan sosial mencakup bantuan emosional, informasi, serta tindakan nyata dari orang-orang terdekat seperti keluarga, pasangan, teman, maupun tenaga medis yang dapat memberikan rasa nyaman agar pasien merasa lebih diperhatikan, dan meningkatkan harapan serta semangat untuk sembuh. Sayangnya, tidak semua pasien GERD memiliki akses atau pengalaman dukungan sosial yang cukup. Sebagian dari mereka merasa tidak dipahami oleh lingkungan, atau bahkan menyembunyikan kondisi mereka karena malu dan takut dianggap lemah (Guadagnoli & Taft, 2020).

Melihat kondisi tersebut, penting untuk meneliti sejauh mana dukungan sosial yang diterima oleh pasien GERD berkontribusi terhadap *subjective well-being* mereka. Dukungan emosional dan praktis dari keluarga, teman, maupun tenaga kesehatan berperan besar dalam membantu pasien menghadapi penyakit dan mempertahankan *subjective well-being* yang lebih baik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai pentingnya peran lingkungan sosial mendukung kesejahteraan psikologis pasien GERD. Selain itu, hasil dari penelitian ini dapat menjadi landasan untuk pengembangan intervensi psikososial yang lebih holistik dalam penanganan penyakit GERD. Tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga memberikan perhatian pada kesehatan psikologis pasien. Hal ini penting untuk membantu pasien mengelola penyakit secara lebih efektif dan menjalani hidup yang lebih berkualitas.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being* pada pasien GERD. Penelitian dilakukan pada 76 responden yang dipilih dari 82 pasien GERD di Puskesmas Wonokromo Surabaya menggunakan teknik *simple random sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel independen dalam penelitian ini adalah dukungan sosial, sedangkan variabel dependen adalah *subjective well-being*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *Satisfaction With Life Scale* (SWLS), kemudian dianalisis dengan uji korelasi Spearman Rank pada tingkat signifikansi $p < 0,05$. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan laik etik dengan nomor 0355/EC/KEPK/UNUSA/2025.

Dalam pelaksanaan penelitian, terdapat kemungkinan munculnya bias respon akibat subjektivitas jawaban responden dalam mengisi kuesioner, serta *recall bias* terkait pengalaman dukungan sosial yang dirasakan. Selain itu, beberapa variabel perancu seperti usia, jenis kelamin, lama menderita GERD, kondisi psikologis, dan tingkat keparahan gejala tidak dianalisis secara mendalam, sehingga dapat memengaruhi kekuatan hubungan antara dukungan sosial dan *subjective well-being*.

HASIL

Distribusi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, status pekerjaan, status perkawinan dan lama menderita penyakit GERD.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Remaja	10	13,2
Dewasa muda	44	57,9
Dewasa	17	22,4
Lanjut usia	5	6,6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	22,4
perempuan	59	77,6
Lama menderita		
< 5 tahun	42	55,26
5– 10 tahun	24	31,58
5 tahun	10	13,16
Total	76	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 76 responden sebagian besar (57,9%) berusia 20-40 tahun yang termasuk kategori dewasa muda, hampir seluruh (77,6%) berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 59 responden, sebagian besar (55,26%) responden telah menderita selama < 5 tahun, yaitu sebanyak 42 responden.

Tabel 2. Tabulasi Silang Dukungan Sosial Dengan *Subjective Well-Being* Pada Pasien GERD

Dukungan Sosial	Subjective Well being						Total	
	Rendah		Sedang		Tinggi			
	n	%	n	%	n	%		
Rendah	1	100	0	0	0	0	1	100
Sedang	3	15	9	45	8	40	20	100
Tinggi	1	1,8	19	34,5	35		55	100
Total	5	6,57	28	36,8	43	56,5	76	100

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari 55 responden yang memiliki dukungan sosial tinggi, sebagian besar responden yaitu sebanyak 35 orang (63,6%) berada pada kategori *subjective well-being* yang tinggi. Sementara itu, 20 responden dengan dukungan sosial sedang, hampir setengah berada pada kategori *subjective well-being* yang sedang.

Tabel 3. Hubungan Dukungan Sosial Dengan *Subjective Well-Being* Pada Pasien GERD

		Dukungan sosial	SWB
Spearman's rho	Dukungan sosial	<i>Correlation Coefficient</i>	.288
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.012
		N	76
	SWB	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	.012
		N	76

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai $p = 0,012$ ($p < 0,05$), sehingga H_0 ditolak dan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan subjective well-being pada pasien GERD di Puskesmas Wonokromo Surabaya. Nilai koefisien korelasi ($r = 0,288$) menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan lemah hingga sedang, yang mengindikasikan bahwa peningkatan dukungan sosial cenderung diikuti oleh peningkatan subjective well-being, meskipun kekuatan hubungannya tidak kuat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar pasien GERD memiliki tingkat dukungan sosial dan subjective well-being yang tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa keberadaan dukungan dari lingkungan sekitar dapat menjadi sumber daya psikososial yang membantu pasien dalam menghadapi dampak penyakit kronis yang dialami. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman, maupun lingkungan sosial memungkinkan pasien memperoleh rasa aman, penerimaan, serta bantuan dalam menghadapi berbagai tuntutan akibat penyakit, sehingga kondisi tersebut dapat mendukung terciptanya kepuasan hidup dan emosi yang lebih positif.

Peran dukungan sosial dalam meningkatkan kesejahteraan subjektif telah dijelaskan oleh Mahasneh (2022), yang menyatakan bahwa individu dengan dukungan yang memadai cenderung merasa lebih dihargai, lebih tenang secara emosional, dan mampu mempertahankan pandangan positif terhadap kehidupannya, terutama ketika menghadapi kondisi kesehatan yang menantang. Hal serupa juga dikemukakan oleh Khairudin & Mukhlis (2019), bahwa dukungan emosional, informasi, maupun instrumental berhubungan positif dengan subjective well-being melalui peningkatan kemampuan coping, penurunan tingkat stres, serta meningkatnya emosi positif. Selain itu, Triningsih & Prastisti (2022) menemukan bahwa dukungan sosial berkontribusi terhadap peningkatan rasa bermakna, rasa dihargai, dan kepuasan hidup, sehingga individu lebih mampu mempertahankan kesejahteraan psikologisnya ketika menghadapi berbagai tekanan.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan subjective well-being memiliki kekuatan korelasi yang lemah ($r = 0,288$), walaupun secara statistik signifikan. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa tingginya kesejahteraan subjektif pada pasien GERD tidak dapat dijelaskan hanya oleh keberadaan dukungan sosial.

Dengan kata lain, dukungan sosial berperan sebagai salah satu faktor yang mendukung kesejahteraan subjektif, tetapi kontribusinya tidak bersifat dominan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pasien yang memperoleh dukungan sosial tinggi belum tentu memiliki subjective well-being yang tinggi apabila tidak disertai dengan kemampuan adaptasi psikologis yang baik.

Kekuatan hubungan yang relatif lemah tersebut dapat dipahami karena subjective well-being merupakan konstruk yang bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Xu et al. (2022) menjelaskan bahwa kesejahteraan subjektif dipengaruhi oleh kombinasi faktor seperti kesehatan psikologis, kemampuan coping, dan karakteristik kepribadian, sedangkan dukungan sosial berperan sebagai mediator yang memperkuat pengaruh faktor-faktor tersebut terhadap subjective well-being. Dengan demikian, keberadaan dukungan sosial saja belum cukup untuk menghasilkan kesejahteraan subjektif yang optimal apabila individu belum mampu mengelola stres, menerima kondisi penyakit, serta mempertahankan fungsi psikologis yang adaptif.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan Huang & Zhang (2022) yang menunjukkan bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap subjective well-being cenderung lebih kecil dibandingkan pengaruh faktor internal seperti optimisme, regulasi emosi, dan tingkat stres. Siedlecki (2015) bahkan menegaskan bahwa pengaruh positif dukungan sosial terhadap subjective well-being mengalami penurunan setelah faktor kepribadian diperhitungkan. Hal tersebut mengindikasikan bahwa persepsi individu terhadap kualitas hidup dan kesejahaterannya tidak hanya ditentukan oleh bantuan yang diterima dari lingkungan, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam memaknai pengalaman hidup dan beradaptasi terhadap kondisi yang dihadapi.

Pada konteks pasien GERD, kondisi penyakit yang bersifat kronis dan dapat kambuh sewaktu-waktu memungkinkan munculnya berbagai keluhan fisik maupun psikologis yang memengaruhi kesejahteraan subjektif. Oleh karena itu, dukungan sosial yang tinggi tidak selalu diikuti dengan subjective well-being yang tinggi apabila pasien masih mengalami kecemasan terhadap penyakitnya, kesulitan mengendalikan stres, atau belum mampu menerima kondisi kesehatannya. Sebaliknya, pasien dengan dukungan sosial yang sedang tetapi memiliki kemampuan coping dan penyesuaian diri yang baik tetap berpotensi memiliki tingkat subjective well-being yang tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan kesejahteraan subjektif pada pasien GERD memerlukan pendekatan yang lebih komprehensif, tidak hanya melalui penguatan dukungan sosial, tetapi juga melalui upaya peningkatan aspek psikologis individu.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial merupakan faktor yang penting dalam meningkatkan subjective well-being pada pasien GERD, namun bukan merupakan faktor yang paling dominan. Rendahnya kekuatan korelasi yang ditemukan menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif pasien GERD merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, sehingga intervensi yang ditujukan untuk meningkatkan subjective well-being perlu mempertimbangkan aspek psikologis individu selain dukungan dari lingkungan sosial.

SIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan dengan kekuatan lemah antara dukungan sosial dan subjective well-being pada pasien GERD di Puskesmas Wonokromo Surabaya. Dukungan sosial memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan subjektif pasien, namun subjective well-being merupakan kondisi yang dipengaruhi oleh berbagai faktor sehingga tidak hanya ditentukan oleh dukungan sosial semata. Penelitian ini terbatas pada penggunaan desain cross-sectional dan hanya mengkaji satu variabel independen, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi subjective well-being agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajjah, B. F. F., Mamfaluti, T., & Putra, T. R.I. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd). *Journal of Nutrition College*, 9(3), 169–179. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i3.27465>
- Alwhaibi, M. (2023). Anxiety and Depression and Health-Related Quality of Life in Adults with Gastroesophageal Reflux Disease: A Population-Based Study. *Healthcare (Switzerland)*, 11(19). <https://doi.org/10.3390/healthcare11192637>
- Bedrov, A., Gable, S. L., & Bedrov, A. (2022). *Thriving together: the benefits of women's social ties for physical, psychological and relationship health*.
- Di, S. (2022). *Meaning in life and adolescent self-control: Effect of perceived social support and its gender differences*. December, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1087668>
- Dong, X., Xing, Z., Song, H., & Hu, D. (2025). *The impact of education on subjective well-being: a meta-analysis based on 59 empirical studies*. August, 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1651896>
- Fauzi, A., Makmun, D., Pribadi, R. R., & Maulahela, H. (2019). *Konsensus Nasional Penatalaksanaan Penyakit Refluks Gastroesophageal (Gastroesophageal Reflux Disease/GERD) di Indonesia (Revisi 2019)*. Jakarta: Perkumpulan Gastroenterologi Indonesia bekerja sama dengan PIP Interna.
- Ge, C., & Li, Y. (2020). *The Effect of Education on Residents' Subjective Well-Being*. 403(Iafsm 2019), 335–342.
- Guadagnoli, L., & Taft, T. H. (2020). Internalized Stigma in Patients with Eosinophilic Gastrointestinal Disorders. *Journal of Clinic Psychology in Medical Settings*, 27(1), 1–10. <https://doi.org/10.1007/s10880-019-09605-7>
- Hatta Fudholi, D., & Hanifah, S. (2023). Lusiana Rahmadiyah Panggabean Analisis Kualitas Hidup Pada Pasien Gerd Anxietas. *Jurnal Ilmiah Farmasi*, 12(2), 143–156.
https://ejournal.poltekharber.ac.id/index.php/parapemikir/article/download/4955/pdf_111
- Huang, L., & Zhang, T. (2022). Perceived Social Support, Psychological Capital, and Subjective Well-Being among College Students in the Context of Online.

- Learning during the COVID-19 Pandemic. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 31(5), 563–574. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3>
- Kendra, C. (2022). Kesejahteraan Subjektif—Cara Mengukur Kebahagiaan Anda Sendiri. *Verywell Mind*
- Luo, Z., Zhong, S., Zheng, S., Li, Y., Guan, Y., Xu, W., Li, L., Liu, S., Zhou, H., Yin, X., Wu, Y., Liu, D., & Chen, J. (2023). Influence of social support on subjective well-being of patients with chronic diseases in China: chain- mediating effect of self-efficacy and perceived stress. *Frontiers in Public Health*, 11(June), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1184711>
- Mahasneh, A. M. (2022). The Relationship between Subjective Well-being and Social Support among Jordanian University Students. *Psychology in Russia: State of the Art*, 15(2), 53–64. <https://doi.org/10.11621/pir.2022.0204>
- Meisenberg, G., & Woodley, A. (2015). Gender Differences in Subjective Well- Being and Their Relationships with Gender Equality. *Journal of Happiness Studies*, 16(6), 1539–1555. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9577-5>
- Pemerintah, P. (2021). *Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan. 10250*.
- Penatalaksanaan, K. N., & Gastroesophageal, P. R. (2022). *Penyakit Refluks Gastroesophageal (Gastroesophageal Reflux Disease / Gerd) Di Indonesia. Revisi*.
- Radjainin, I. S. P., Nusi, I. A., & Kalanjati, V. P. (2019). Profil Penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) dan Non-Erosive Reflux Disease (NERD) di RSUD dr. Soetomo Surabaya. *Majalah Bioformologi*, 29(1), 13–18.
- Siedlecki, K. L. (2015). *The Relationship Between Social Support and Subjective Well-Being Across Age*. 117(2), 561– 576. <https://doi.org/10.1007/s11205-013-0361-4>
- Sulistiani, W., & Kristiana, I. F. (2022). *Validation Of The Indonesian Version Of The (Mspss): A Rasch Model Approach*. 21(1), 89–103.
- Triningsih, E., & Prastisti, D. W. (2022). *Hubungan Antara Dukungan Sosial, Optimisme, Dan Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Tahun Pertama*. 1–17
- Xu, X., Xu, Y., Zhao, J., Ye, P., Yu, M., Lai, Y., Wang, J., & Huang, Q. (2022). *Good Personality and Subjective Well-Being: Presence of Meaning in Life and Perceived Social Support as Mediator*