



MEMBANGUN SUBJECTIVE WELL-BEING SEBAGAI INDIKATOR KETAHANAN PSIKOLOGIS PENDERITA GERD MELALUI INTERVENSI BERBASIS SELF-ESTEEM DAN SELF-GRATITUDE

Riska Rohmawati*, Umi Hanik, Ratna Yunita Sari, Imamatul Faizah, Siti Nur Hasina

Program Studi S1 Keperawatan, Departemen Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl.

Jemursari No. 51 – 57, Jemur Wonosari Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

[*riskarohmawati@unusa.ac.id](mailto:riskarohmawati@unusa.ac.id)

ABSTRAK

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan penyakit kronis yang berdampak pada kondisi fisik dan kesejahteraan psikologis penderitanya. Upaya peningkatan subjective well-being melalui intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude masih belum banyak diterapkan pada komunitas penderita GERD. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan subjective well-being penderita GERD melalui intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude di Kelurahan Wonokromo, Surabaya. Kegiatan dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif berbasis komunitas melalui sosialisasi, edukasi, pelatihan self-esteem dan self-gratitude, praktik gratitude journal, serta pendampingan oleh tim pengabdian dan kader kesehatan. Evaluasi dilakukan pada 77 penderita GERD menggunakan instrumen self-esteem, self-gratitude, dan subjective well-being, dengan analisis deskriptif melalui distribusi frekuensi dan persentase. Hasil menunjukkan sebagian besar peserta memiliki self-esteem baik (65,08%), self-gratitude tinggi (90,9%), dan subjective well-being tinggi (70,1%). Program ini meningkatkan partisipasi aktif peserta dan pemahaman tentang pentingnya aspek psikologis dalam pengelolaan GERD. Intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude berpotensi mendukung peningkatan subjective well-being serta dapat diterapkan sebagai bagian dari program pemberdayaan masyarakat untuk pengelolaan penyakit kronis yang lebih komprehensif.

Kata kunci: GERD; self-esteem; self-gratitude; subjective well-being

BUILDING SUBJECTIVE WELL-BEING AS AN INDICATOR OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AMONG ADULTS WITH GERD THROUGH SELF-ESTEEM AND SELF-GRATITUDE-BASED INTERVENTIONS

ABSTRACT

Gastroesophageal reflux disease (GERD) is a chronic condition that affects not only physical health but also patients' psychological well-being. However, interventions based on self-esteem and self-gratitude have rarely been implemented to improve subjective well-being among GERD communities. This community service program aimed to enhance the subjective well-being of individuals with GERD through self-esteem- and self-gratitude-based interventions in Wonokromo Village, Surabaya. The program was carried out using a community-based participatory approach through socialization, health education, training on self-esteem and self-gratitude, gratitude journal practice, and ongoing mentoring by the service team and community health cadres. Evaluation was conducted among 77 individuals with GERD using self-esteem, self-gratitude, and subjective well-being instruments, and the data were analyzed descriptively using frequency distributions and percentages. The findings showed that most participants had good self-esteem (65.08%), high self-gratitude (90.9%), and high subjective well-being (70.1%). The program also promoted active participant engagement and improved understanding of the importance of psychological factors in GERD management. Self-esteem- and self-gratitude-based interventions show potential as a supportive strategy for improving subjective well-being and may be integrated into community empowerment programs to support more holistic chronic disease management.

Keywords: gastroesophageal reflux disease; self-esteem; self-gratitude; subjective well-being

PENDAHULUAN

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan salah satu penyakit saluran cerna kronis dengan prevalensi yang terus meningkat di berbagai negara. Analisis global menunjukkan bahwa prevalensi GERD mengalami peningkatan dari tahun ke tahun dan diproyeksikan terus bertambah seiring perubahan gaya hidup, urbanisasi, peningkatan obesitas, serta tingginya paparan stres pada masyarakat modern (Xie et al., 2025). Di Indonesia, GERD menjadi salah satu gangguan gastrointestinal yang sering dijumpai pada pelayanan kesehatan primer maupun rumah sakit. Pedoman Penatalaksanaan GERD di Indonesia tahun 2024 menjelaskan bahwa penyakit ini ditandai oleh refluks isi lambung ke esofagus yang menimbulkan gejala mengganggu, seperti heartburn, regurgitasi, nyeri dada nonkardiak, gangguan tidur, hingga komplikasi pada saluran cerna apabila tidak ditangani secara optimal (Indonesia, n.d.).

GERD tidak hanya memberikan dampak terhadap kondisi fisik, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis dan sosial penderita. Gejala yang bersifat kronis dan berulang menyebabkan keterbatasan aktivitas, gangguan tidur, kecemasan, serta penurunan kualitas hidup. Penelitian Tandarto et al. (2020) menunjukkan adanya hubungan antara GERD dengan kualitas hidup pasien, di mana semakin berat gejala yang dialami maka semakin rendah kualitas hidup penderita. Selain itu, adanya gangguan gastrointestinal fungsional yang menyertai GERD juga terbukti semakin memperburuk kualitas hidup pasien (Kirca et al., 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan GERD tidak cukup berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan pendekatan biopsikososial yang memperhatikan kesejahteraan psikologis pasien.

Salah satu indikator penting dalam kesehatan psikologis adalah subjective well-being, yaitu evaluasi individu terhadap kehidupannya yang mencakup kepuasan hidup, afek positif, dan afek negatif. Individu dengan subjective well-being yang baik cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih tinggi dalam menghadapi penyakit kronis, lebih patuh terhadap pengobatan, serta memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Sebaliknya, rendahnya subjective well-being dapat memperburuk persepsi terhadap gejala penyakit, meningkatkan stres psikologis, dan menurunkan motivasi dalam melakukan perawatan diri.

Peningkatan subjective well-being dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, di antaranya self-esteem dan self-gratitude. Self-esteem merupakan penilaian positif individu terhadap dirinya sendiri yang berperan dalam membangun rasa percaya diri, penerimaan diri, dan kemampuan menghadapi tekanan hidup. Penelitian mengenai pengaruh self-esteem terhadap subjective well-being menunjukkan bahwa individu dengan self-esteem yang lebih baik memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, terutama ketika didukung oleh lingkungan sosial yang positif (Rara et al., 2024). Di sisi lain, self-gratitude merupakan kemampuan individu untuk mensyukuri pengalaman hidup yang dimiliki sehingga mampu meningkatkan emosi positif, optimisme, dan kepuasan hidup. Kajian sistematis mengenai hubungan gratitude dengan subjective well-being menunjukkan bahwa rasa syukur memiliki kontribusi positif terhadap peningkatan kesejahteraan psikologis individu (Hasnie et al., 2023).

Selain aspek psikologis, kemampuan melakukan self-care juga menjadi bagian penting dalam pengelolaan GERD. Perawatan diri yang baik terbukti berperan sebagai mediator antara efikasi diri dan kualitas hidup pasien GERD (Rara et al., 2024). Namun demikian, keberhasilan self-care sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis individu. Oleh karena itu, intervensi yang mengintegrasikan

edukasi kesehatan dengan penguatan self-esteem dan self-gratitude dipandang lebih komprehensif dalam mendukung pengelolaan penyakit kronis.

Di Kelurahan Wonokromo, Surabaya, masyarakat memiliki karakteristik mobilitas tinggi, aktivitas kerja yang padat, serta pola makan yang kurang teratur sehingga berpotensi meningkatkan risiko GERD. Program edukasi mengenai GERD telah mulai dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai deteksi dini dan penatalaksanaan penyakit (Martin et al., 2024). Namun, kegiatan tersebut masih berfokus pada aspek medis dan belum mengintegrasikan intervensi psikologis sebagai bagian dari upaya meningkatkan subjective well-being penderita GERD. Padahal, pendekatan berbasis psikologi positif berpotensi membantu penderita dalam menghadapi penyakit kronis secara lebih adaptif.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengintegrasikan edukasi kesehatan dengan intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude untuk meningkatkan subjective well-being penderita GERD. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pengelolaan GERD, tetapi juga memperkuat kesejahteraan psikologis sehingga penderita mampu menjalani kehidupan yang lebih produktif dan berkualitas. Berdasarkan uraian tersebut, tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan subjective well-being penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) melalui intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude di Kelurahan Wonokromo, Surabaya. Artikel ini menjawab pertanyaan bagaimana penerapan intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude dalam kegiatan pengabdian masyarakat dapat mendukung peningkatan subjective well-being penderita GERD sebagai bagian dari pengelolaan penyakit kronis secara holistik.

METODE

Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan Community-Based Participatory Research (CBPR) yang melibatkan masyarakat, kader kesehatan, dan tenaga kesehatan sebagai mitra dalam pelaksanaan program. Evaluasi kegiatan menggunakan desain one-group pretest–posttest untuk mengetahui perubahan subjective well-being peserta setelah mengikuti intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juni - Juli tahun 2026 di Kelurahan Wonokromo, Kecamatan Wonokromo, Kota Surabaya. Sasaran kegiatan adalah penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) yang berdomisili di Kelurahan Wonokromo, berusia ≥ 18 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik, serta bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan menandatangani informed consent. Sebanyak 77 penderita GERD berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Instrumen yang digunakan terdiri atas modul edukasi pengelolaan GERD, modul intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude, gratitude journal, serta kuesioner self-esteem, self-gratitude, dan subjective well-being sebagai instrumen evaluasi. Selain itu, digunakan lembar observasi untuk menilai keaktifan peserta selama kegiatan berlangsung. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan koordinasi bersama Kelurahan Wonokromo, Puskesmas, dan kader kesehatan. Selanjutnya dilakukan pretest menggunakan kuesioner untuk mengukur kondisi awal self-esteem, self-gratitude, dan subjective well-being peserta. Tahap intervensi meliputi edukasi mengenai GERD dan pengelolaannya, pelatihan penguatan self-esteem melalui refleksi diri dan pengenalan potensi diri, pelatihan self-gratitude melalui latihan rasa syukur dan penyusunan gratitude journal, diskusi kelompok, serta pendampingan dalam menerapkan materi pada kehidupan sehari-hari. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, peserta mengikuti posttest menggunakan instrumen yang sama untuk mengevaluasi perubahan setelah intervensi.

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi, persentase, rerata, dan simpangan baku untuk menggambarkan karakteristik peserta. Perbedaan skor self-esteem, self-gratitude, dan subjective well-being sebelum dan sesudah intervensi dianalisis menggunakan uji statistik yang sesuai dengan distribusi data. Seluruh hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan narasi untuk menggambarkan efektivitas intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude dalam meningkatkan subjective well-being penderita GERD

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Wonokromo, Kecamatan Wonokromo, Kota Surabaya dengan melibatkan 77 penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). Kegiatan meliputi edukasi mengenai GERD, pelatihan penguatan self-esteem dan self-gratitude, praktik gratitude journal, diskusi kelompok, serta pendampingan oleh tim pengabdian dan kader kesehatan. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran self-esteem, self-gratitude, dan subjective well-being sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi.

Tabel 1.
Distribusi self-gratitude, self-esteem, dan subjective well-being

	Sebelum		Sesudah	
Self-Gratitude	f	%	f	%
Rendah (15-44)	50	64,9	2	2,6
Sedang (45-74)	25	32,5	5	6,5
Tinggi (75-105)	2	2,6	70	90,9
Self-Esteem				
Kurang (0-10)	55	71,4	2	2,6
Cukup (11-20)	19	24,7	21	27,3
Baik (21-30)	3	3,9	54	70,1
Subjective Well-Being				
Rendah (5-19)	19	24,7	7	9,1
Sedang (20-25)	56	72,7	16	20,8
Tinggi (26-35)	2	2,6	54	70,1

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum intervensi sebagian besar peserta memiliki *self-esteem* kategori kurang sebanyak 55 orang (71,4%). Setelah intervensi, jumlah tersebut menurun menjadi 2 orang (2,6%), sedangkan kategori baik meningkat dari 3 orang (3,9%) menjadi 54 orang (70,1%). Sebelum intervensi, mayoritas peserta berada pada kategori rendah sebanyak 50 orang (64,9%). Setelah intervensi, sebagian besar peserta berpindah ke kategori tinggi sebanyak 70 orang (90,9%), sedangkan kategori rendah menurun menjadi 2 orang (2,6%). Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta berada pada kategori sedang sebanyak 56 orang (72,7%), sedangkan kategori tinggi hanya 2 orang (2,6%). Setelah intervensi, peserta dengan kategori tinggi meningkat menjadi 54 orang (70,1%), sementara kategori sedang dan rendah mengalami penurunan.

Secara umum, hasil tersebut menunjukkan adanya pergeseran kategori dari tingkat rendah dan sedang menuju kategori tinggi setelah pelaksanaan intervensi berbasis self-esteem dan self-gratitude. Pergeseran ini mengindikasikan bahwa program yang diberikan mampu memperkuat aspek psikologis peserta sebagai bagian dari pengelolaan GERD secara komprehensif. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan *subjective well-being* penderita *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) melalui intervensi berbasis *self-esteem* dan *self-gratitude*. Hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan yang positif pada ketiga aspek psikologis yang diukur. Sebelum intervensi, sebagian besar peserta memiliki *self-esteem* kategori kurang (71,4%), *self-gratitude* kategori rendah (64,9%), dan *subjective well-being* kategori sedang (72,7%). Setelah mengikuti edukasi,

pelatihan, dan pendampingan, proporsi peserta dengan *self-esteem* kategori baik meningkat menjadi 70,1%, *self-gratitude* kategori tinggi menjadi 90,9%, dan *subjective well-being* kategori tinggi menjadi 70,1%. Pergeseran distribusi kategori tersebut menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu memperkuat kesejahteraan psikologis penderita GERD.

Temuan ini menunjukkan bahwa pengelolaan GERD tidak hanya berfokus pada pengendalian gejala fisik, tetapi juga perlu memperhatikan aspek psikologis. GERD merupakan penyakit kronis dengan gejala yang berulang, seperti *heartburn*, regurgitasi, nyeri dada nonkardiak, dan gangguan tidur, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta menurunkan kualitas hidup. Peningkatan prevalensi GERD secara global juga menunjukkan bahwa penyakit ini menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang memerlukan pendekatan pengelolaan yang lebih komprehensif (Xie et al., 2025). Penelitian Tandarto et al. (2020) juga melaporkan bahwa semakin berat gejala GERD yang dialami pasien, semakin rendah kualitas hidup yang dirasakan. Selain itu, keberadaan gangguan gastrointestinal fungsional yang menyertai GERD dapat semakin memperburuk kualitas hidup sehingga penanganannya perlu mempertimbangkan aspek fisik dan psikologis secara bersamaan (Kerry et al., 2023).

Peningkatan *self-esteem* setelah intervensi menunjukkan bahwa kegiatan refleksi diri, edukasi, dan diskusi kelompok mampu membantu peserta mengenali potensi diri serta meningkatkan keyakinan dalam menghadapi penyakit kronis. *Self-esteem* merupakan salah satu faktor psikologis yang berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam beradaptasi dengan tekanan hidup. Individu dengan *self-esteem* yang baik cenderung memiliki penerimaan diri yang lebih tinggi, lebih optimis, dan lebih termotivasi untuk menjalankan perilaku kesehatan secara konsisten. Hubungan positif antara *self-esteem* dan *subjective well-being* juga telah dilaporkan dalam berbagai penelitian, yang menunjukkan bahwa peningkatan harga diri berkontribusi terhadap peningkatan kesejahteraan subjektif (Area, 2024)

Intervensi berbasis *self-gratitude* juga memberikan perubahan yang sangat nyata. Sebelum kegiatan, sebagian besar peserta berada pada kategori rendah, sedangkan setelah intervensi hampir seluruh peserta berada pada kategori tinggi. Latihan *gratitude journal*, refleksi pengalaman positif, dan berbagi pengalaman selama sesi pendampingan membantu peserta mengalihkan perhatian dari keterbatasan akibat penyakit menuju berbagai aspek kehidupan yang masih dapat disyukuri. Dalam pendekatan psikologi positif, rasa syukur merupakan salah satu strategi yang efektif untuk meningkatkan emosi positif, kepuasan hidup, dan kesejahteraan psikologis. Berbagai penelitian meta-analisis menunjukkan bahwa intervensi *gratitude* secara konsisten memberikan efek positif terhadap *psychological well-being* dan *subjective well-being*, meskipun besar efeknya bervariasi antarpopulasi (Yildirim et al., 2019)

Peningkatan *self-esteem* dan *self-gratitude* diikuti oleh peningkatan *subjective well-being* peserta. Setelah intervensi, jumlah peserta dengan kategori *subjective well-being* tinggi meningkat secara nyata dibandingkan sebelum kegiatan. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan sumber daya psikologis (*psychological resources*) dapat membantu penderita GERD memandang kondisi kesehatannya secara lebih positif, mengurangi tekanan emosional, dan meningkatkan kepuasan terhadap kehidupan. Tinjauan sistematis juga menunjukkan bahwa praktik rasa syukur berkaitan dengan peningkatan kepuasan hidup, afek positif, serta penurunan stres psikologis. (Kerry et al., 2023)

Keberhasilan program ini juga dipengaruhi oleh pendekatan pengabdian yang bersifat partisipatif. Peserta tidak hanya menerima edukasi mengenai GERD, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi kelompok, latihan refleksi diri, penyusunan *gratitude journal*, dan berbagi pengalaman selama proses

pendampingan. Keterlibatan aktif peserta memungkinkan terjadinya proses belajar yang lebih bermakna sehingga materi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini sejalan dengan konsep pemberdayaan masyarakat yang menempatkan masyarakat sebagai subjek dalam proses peningkatan kesehatan, bukan hanya sebagai penerima informasi (Bistara et al., n.d.).

Hasil pengabdian ini juga memperluas temuan Martin et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi masyarakat mengenai GERD dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai deteksi dini dan pengelolaan penyakit. Pada kegiatan ini, edukasi kesehatan dipadukan dengan intervensi psikologis sehingga tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat kemampuan peserta dalam mengelola aspek emosional yang berkaitan dengan penyakit kronis. Di sisi lain, Rara et al. (2024) menjelaskan bahwa *self-care* berperan sebagai mediator antara efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien GERD. Oleh karena itu, peningkatan *self-esteem* dan *self-gratitude* yang diperoleh melalui kegiatan ini berpotensi memperkuat *self-care* sehingga mendukung peningkatan *subjective well-being* dan kualitas hidup penderita.

Secara keseluruhan, hasil pengabdian menunjukkan bahwa intervensi berbasis *self-esteem* dan *self-gratitude* merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan *subjective well-being* penderita GERD. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan mengenai pengelolaan GERD, tetapi juga memperkuat kemampuan psikologis peserta dalam menghadapi penyakit kronis. Dengan demikian, model intervensi ini berpotensi diintegrasikan ke dalam program promosi kesehatan dan pengelolaan penyakit kronis di tingkat puskesmas maupun masyarakat sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas hidup penderita GERD.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui intervensi berbasis *self-esteem* dan *self-gratitude* terbukti mampu meningkatkan *subjective well-being* pada penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) di Kelurahan Wonokromo. Peningkatan tersebut ditunjukkan oleh pergeseran kondisi psikologis peserta dari kategori rendah dan sedang menuju kategori baik atau tinggi pada aspek *self-esteem*, *self-gratitude*, dan *subjective well-being* setelah mengikuti rangkaian edukasi, latihan refleksi diri, *gratitude journal*, serta pendampingan. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan aspek psikologis melalui pendekatan Positive Psychology Intervention (PPI) dapat menjadi pelengkap intervensi medis dalam membantu penderita GERD beradaptasi dengan penyakit kronis yang dialami. Kegiatan ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan model pemberdayaan masyarakat yang mengintegrasikan edukasi kesehatan dengan intervensi psikologi positif sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis penderita penyakit kronis. Pendekatan tersebut dapat menjadi alternatif program promosi kesehatan yang dapat diterapkan di tingkat puskesmas maupun komunitas, sehingga pengelolaan GERD tidak hanya berorientasi pada pengendalian gejala fisik, tetapi juga pada peningkatan *subjective well-being* sebagai bagian dari kualitas hidup masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Area, U. M. (2024). Pengaruh Kebersyukuran Terhadap Subjective Well-Being Melalui Self- Esteem Pada Siswa Smkn 1 Setia Janji Kab . Asahan Oleh : Ikliil Nabila Hayati Program Magister Psikologi Pascasarjana Universitas Medan Area Medan Pengaruh Kebersyukuran Terhadap Subjective Well-Being Melalui Self- Esteem Pada Siswa Smkn 1 Setia Janji Kab . Asahan Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Magister Psikologi Pada Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area.

- Bistara, D. N., Setiawan, A. H., Hanik, U., & Algristian, H. (n.d.). Pelatihan Kader Dalam Peningkatan Status Kesehatan. 146–155.
- Hasnie, A., Thompson, N. R., & Sullivan, A. B. (2023). The Roles Between Gratitude , Perceived Stress , and Quality of Life Among Patients with Multiple Sclerosis. 1–8. <https://doi.org/10.1177/23743735231202732>
- Indonesia, P. G. (n.d.). PENATALAKSANAAN PENYAKIT REFLUKS GASTROESOFAGEAL (GASTROESOPHAGEAL REFLUX DISEASE / GERD) DI INDONESIA TAHUN 2024.
- Kerry, N., Chhabra, R., & Clifton, J. D. W. (2023). Being Thankful for What You Have : A Systematic Review of Evidence for the Effect of Gratitude on Life Satisfaction. November, 4799–4816.
- Kirca, A., Malouff, J. M., & Meynadier, J. (2023). The Effect of Expressed Gratitude Interventions on Psychological Wellbeing : A Meta - Analysis of Randomised Controlled Studies. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 8(1), 63–86. <https://doi.org/10.1007/s41042-023-00086-6>
- Martin, A., Santoso, A. H., Destra, E., Christian, F., Mahdaviqia, M. K., Seliwat, R., Aditya, A., Enike, S. C., Kedokteran, F., Tarumanagara, U., Barat, J., Khusus, D., & Jakarta, I. (2024). Kegiatan Pengabdian Masyarakat dalam Rangka Edukasi Masyarakat Mengenai Penapisan GERD dan Dispepsia pada Lanjut Usia umum karena keterbatasan pada fasilitas kesehatan tingkat pertama . Oleh karena itu , terdapat dilakukan dengan memberikan terapi PPI dosis ganda pada penderita yang dicurigai GERD paling umum , yang memengaruhi lebih dari 20 % populasi . Kondisi ini memiliki 3 subtiipe : 2(4).
- Rara, R., Sulistyarini, I., & Susanti, D. R. (2024). Peran Perawatan Diri sebagai Mediator antara Efikasi Diri dan Kualitas Hidup pada Pasien GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) The Role of Self-Care as A Mediator between Self-Efficacy and Quality of Life in GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) *Pat*. 12(2), 132–145.
- Xie, F., Yang, B., Yan, Z., Shen, Y., Qin, H., Chen, L., & Chen, T. (2025). Global temporal trends and projections of gastroesophageal reflux disease prevalence : Age-period-cohort analysis 2021. 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0334396>
- Yildirim, M., Alshehri, N. A., & Aziz, I. A. (2019). Does Self-esteem Mediate the Relationship between Gratitude and Subjective Well-being ? 50(2), 149–156.

