

Edukasi Penyakit Gastritis Sejak Dini: Cegah Sakit Ciptakan Fokus Belajar di Lingkungan SMP Negeri 6 Banjarbaru

**Hayatus Sa'adah¹, Nor Latifah², Irfan Zamzani³, Risa Ahdyani⁴, Retna Eka Dewi⁵,
Muhammad Awaluddin Padjrin⁶, Makki⁷, Mahmudah⁸, Maulida Azzahra⁹**

^{1,2,4,6,7,8,9} *S1 Farmasi/Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia*

^{3,5} *PSPPA/Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia*

Corresponding Author

Nama Penulis: Hayatus Sa'adah

E-mail: hayatussaadah@umbjm.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memberikan edukasi tentang definisi, penyebab, gejala dan terapi farmakologi atau non-farmakologi dari penyakit gastritis pada remaja sejak dini untuk pencegahan sehingga dapat meningkatkan fokus belajar. Metode yang digunakan adalah metode KIE (Konseling Informasi dan Edukasi) oleh Dosen dan Mahasiswa S1 Farmasi/Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, dilaksanakan secara offline di SMPN 6 Banjarbaru. Berdasarkan hasil KIE kepada Siswa SMPN 6 Banjarbaru, mereka sudah mengetahui penyakit Gastritis dengan nama lain Maag. Sebagian besar pernah mengalami gastritis disebabkan karena tidak sarapan agar sampai ke sekolah tepat waktu. Dengan adanya KIE ini, siswa lebih memahami penyakit gastritis, pengobatan dan pencegahannya.

Kata kunci – gastritis, konseling, informasi, edukasi, SMPN

Abstract

The purpose of this counseling is to provide education about the definition, causes, symptoms and pharmacological or non-pharmacological therapy of gastritis in adolescents from an early age for prevention so that it can improve learning focus. The method used is the IEC (Information and Education Counseling) method by Lecturers and Students of S1 Pharmacy/Faculty of Pharmacy, Muhammadiyah University of Banjarmasin, implemented offline at SMPN 6 Banjarbaru. Based on the results of IEC to SMPN 6 Banjarbaru Students, they already know Gastritis with another name, Ulcers, Most of them have experienced gastritis due to not having breakfast in order to get to school on time. With this IEC, students better understand gastritis, its treatment and prevention.

Keywords – gastritis, counseling, information, education, SMPN

PENDAHULUAN

Gastritis atau Dyspepsia atau istilah yang sering dikenal oleh masyarakat sebagai maag atau penyakit lambung adalah kumpulan gejala yang dirasakan sebagai nyeri ulu hati, orang yang terserang penyakit ini biasanya sering mual, muntah, rasa penuh, dan rasa tidak nyaman. Kejadian gastritis di Indonesia masih memiliki prevalensi yang tinggi. Kejadian gastritis di Indonesia dapat menyerang semua lapisan masyarakat dari semua lapisan umur. Sehingga sampai saat ini kejadian gastritis masih menjadi salah satu masalah penyakit terbesar di Indonesia. Gaya hidup yang tidak sehat dapat dilihat dari apa yang dikonsumsi, kebiasaan makan dan minum yang buruk, hal ini dapat menyebabkan terjadinya peradangan pada lambung. maka dari sekian banyak faktor yang ditemukan dalam penelitian peneliti tertarik untuk mengkaji faktor-faktor penyebab terjadinya gastritis. Gastritis dapat terjadi tiba tiba (gastritis akut) atau secara bertahap (gastritis kronis).

Gastritis merupakan penyakit yang cenderung mengalami kekambuhan sehingga menyebabkan pasien harus berulang kali untuk berobat. Gastritis dapat terjadi tiba tiba (gastritis akut) atau secara bertahap (gastritis kronis). Kebanyakan kasus gastritis tidak secara permanen merusak lambung tetapi seseorang yang menderita gastritis sering mengalami serangan kekambuhan yang mengakibatkan nyeri ulu hati. Gastritis akut merupakan suatu peradangan permukaan mukosa lambung (Zebua & Wulandari, 2023).

Menurut data dari World Health Organization (WHO), terhadap beberapa negara di dunia di mulai dengan negara yang kejadian gastritis paling tinggi yaitu Amerika dengan presentase 47%, India dengan presentase 43%. Sedangkan di Indonesia 40,80%, dan di beberapa wilayah Indonesia cukup tinggi dengan prevalensi 274,398 kasus dari 238.452.952 jiwa penduduk. Di dunia, insiden gastritis sekitar 1,8 - 2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahun (Putri *et al.*, 2017).

Helicobacter pylori merupakan penyebab utama penyakit gastritis. Menurut penelitian, gastritis yang dipicu bakteri ini bisa menjadi gastritis menahun karena *Helicobacter pylori* dapat hidup dalam waktu yang lama dilambung manusia dan memiliki kemampuan mengubah kondisi lingkungan yang sesuai dengan lingkungannya sehingga *Helicobacter pylori* akan mengiritasi mukosa lambung serta menimbulkan rasa nyeri di sekitar epigastrium. Gastritis kronis jika dibiarkan tidak terawat, akan menyebabkan ulkus peptik dan pendarahan pada lambung. Serta dapat meningkatkan resiko kanker lambung, terutama jika terjadi penipisan secara terus menerus pada dinding lambung dan perubahan pada sel-sel di dinding lambung (Sarasvati, 2010).

Kasus gastritis yang banyak diderita anak muda selain disebabkan oleh gaya hidup dan stres, diakibatkan juga tidak peduli serta kecenderungan menganggap remeh terhadap penyakit gastritis ini. Fenomena gastritis cenderung meningkat karena masyarakat tidak begitu peduli dengan penyakit ini dan menganggap gastritis sebagai penyakit ringan. Menurut Departemen Kesehatan RI, walaupun gastritis terkesan sebagai penyakit ringan, namun angka kejadiannya sangat banyak terlebih di Indonesia. Jika pengetahuan dan kesadaran mengenai gastritis kurang, maka akan beresiko untuk melakukan kebiasaan-kebiasaan pemicu gastritis dan akhirnya menderita gastritis. Demikian juga menurut penelitian yang dilakukan oleh Rosiani *et al* (2020) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan kekambuhan gastritis adalah pengetahuan yang kurang. Banyak anak muda yang memiliki pengetahuan yang kurang dan menyebabkan meningkatnya perilaku penyebab gastritis. Pengetahuan yang kurang menyebabkan perilaku beresiko gastritis kerap dilakukan (Verawati, 2020).

Remaja sering kali terjebak dalam pola makan yang tidak sehat dan tidak teratur, bahkan sampai mengalami gangguan pola makan. Hal ini dikarenakan aktivitas kehidupan sehari-hari mereka disibukkan dengan penugasan sekolah pembelajaran online dan beban hidup lainnya, sehingga mereka cenderung kurang memperhatikan makanan yang dikonsumsi, baik waktu dan jenis makanannya yang membuat mereka cenderung mengalami masalah lambung yaitu maag atau gastritis. Gastritis merupakan suatu proses inflamasi atau juga gangguan kesehatan yang disebabkan oleh salah satu faktor iritasi dan infeksi pada mukosa dan submukosa lambung (Tussakinah *et al.*, 2018).

Tingginya angka kejadian gastritis dipengaruhi oleh beberapa faktor secara garis besar penyebab gastritis dibedakan atas zat internal yaitu adanya kondisi yang memicu pengeluaran asam lambung yang berlebihan, dan zat eksternal yang menyebabkan iritasi dan infeksi. Gastritis biasanya terjadi ketika mekanisme perlindungan dalam lambung mulai berkurang sehingga menimbulkan peradangan (inflamasi). Kerusakan ini ini bisa disebabkan oleh gangguan kerja fungsi lambung, gangguan struktur anatomi yang bisa berupa luka atau tumor, jadwal makan yang tidak teratur, konsumsi alkohol atau kopi yang berlebih, gangguan stres, merokok, pemakaian obat penghilang nyeri dalam jangka panjang dan secara terus menerus, stres fisik, infeksi bakteri *Helicobacter pylori* (Sarasvati, 2010).

METODE

kegiatan KIE (Konseling Informasi dan Edukasi) dilaksanakan secara offline di SMPN 6 Banjarbaru. Pelaksanaan kegiatan dalam bentuk pengabdian dosen dan mahasiswa dengan tema "Edukasi penyakit Gastritis Sejak Dini". Peserta kegiatan ini meliputi Siswa Menengah Pertama sebanyak 30 orang dan pada kegiatan ini diawali dengan pembukaan, sambutan dari dosen, pembagian konsumsi, pembagian pretest, pemberian materi, pengisian posttest, dan pengisian kuisioner. Berikut media untuk pemberian materi:



Gambar 1.
Leaflet KIE

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gastritis atau lebih dikenal sebagai maag berasal dari Bahasa Yunani yaitu gastro, yang berarti perut/lambung dan tritis yang berarti inflamasi/peradangan. Gastritis bukan merupakan penyakit tunggal, tetapi terbentuk dari beberapa kondisi yang kesemuanya itu mengakibatkan peradangan pada lambung. Biasanya peradangan terjadi karena akibat dari infeksi bakteri *Helicobacter pylori*.

Untuk terapi farmakologi dari gastritis seperti Antagonis Reseptor H2 Histamin, antasida, Penguat Mukosa Lambung seperti sukralfat dan juga Inhibitor Pompa Proton. Adapula terapi non-farmakologi untuk gaya hidup yang dianjurkan untuk mengelola dan mencegah timbulnya gangguan pada lambung, seperti mengatur pola makan, olahraga teratur, menghindari makanan berlemak tinggi yang menghambat pengosongan isi lambung, menghindari mengkonsumsi makanan yang terlalu pedas dan kelola stres psikologi seefisien mungkin.

Gastritis dapat terjadi tiba tiba (gastritis akut) atau secara bertahap (gastritis kronis). Kebanyakan kasus gastritis tidak secara permanen merusak lambung tetapi seseorang yang menderita gastritis sering mengalami serangan kekambuhan yang mengakibatkan nyeri ulu hati.

Berdasarkan hasil yang dilakukan dapat disampaikan saran bahwa kesehatan kepada pasien khususnya pada penderita gastritis yaitu dengan memberikan informasi tentang menjaga pola makan, baik frekuensi makan maupun porsi makan dan mengurangi konsumsi jenis makanan mengiritasi

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

lambung serta bagaimana menghindari stres. Hal tersebut kami dampakan di Sekolah SMP Negri 6 Banjarbaru guna untuk edukasi terhadap anak anak beranjak dewasa agar lebih mengenal dan mengetahui tentang penyakit gastritis. Berikut dokumentasi pada saat KIE:



Gambar 2.
Pelaksanaan KIE

Evaluasi *pretest-postest* peserta dilakukan sebelum dan sesudah penyampaian materi. Dimana evaluasi tersebut diukur dari lembar *pretest-postest* yang dibagikan dengan jumlah 10 pertanyaan dalam bentuk pilihan ganda. Kami membagikan lembar *pretest-postest* ke peserta sesuai dengan jumlah peserta yang hadir, yaitu sebanyak 30 lembar. Berikut nilai *pretest-postest* pada saat KIE:

Tabel 1.
Hasil *Pretest & Postest*

No	Nama Peserta	Nilai Pretest	Nilai Postest
1.	Aisyah nur wijayanti	80	100
2.	Amelia fakhrunisa	80	100
3.	Aswan wiranda	100	100
4.	Ahmad supianur	60	80
5.	Aisyah madina	80	80
6.	Ahmad fahri	80	80
7.	Abizar putra A	80	80
8.	Elysa davina	60	80
9.	Dedeh Siti julaiha R.	80	100
10.	Fadhil Mahmud Hakim P.	60	80
11.	M. alfian	60	100
12.	M. Bagus surya	80	80
13.	M. Fariz Pratama	80	80
14.	M. Gaisan diya addien	60	80
15.	M. Yusuf M.	80	80
16.	M. Hudda	100	100
17.	M. Ajir Setiawan	80	80
18.	M. Hasbi H.	100	100
19.	Nur nabilla	100	80
20.	Naufal karim	40	80

21.	Noor Anita	80	80
22.	Rayhana amalia	100	100
23.	Olivia yuliani	80	80
24.	Luthfi H.P.	40	80
25.	Rezki bintang R.P	80	100
26.	Reycha okta S	100	80
27.	Sayid annis	80	60
28.	Shofa nur azizah	60	80
29.	Tegar	40	40
30.	William Ferdinantha	80	100

Kami juga melakukan evaluasi kepuasan peserta dilakukan setelah penyampaian materi dan diskusi. Dimana evaluasi kepuasan peserta diukur dari kuesioner yang dibagikan dengan jumlah 10 pertanyaan dengan pilihan mulai dari sangat tidak puas hingga sangat puas. Kami membagikan lembar kepuasan ke peserta sesuai dengan jumlah peserta yang hadir, yaitu sebanyak 30 lembar. Berikut kuesioner pada saat KIE:

Tabel 2.
Hasil Kuesioner Kepuasan

No	Aspek yang dinilai	STP	TP	CP	11P	SP
1	Penampilan petugas penyuluh meliputi kerapihan dan kesopanan			3	11	16
2	Media yang digunakan pada saat penyuluhan			3	11	16
3	Sikap petugas penyuluhan meliputi keramahan dan kesopanan			1	7	22
4	Bahasa yang digunakan penyuluh mudah dipahami			3	15	12
5	Petugas menyediakan konsumsi selama penyuluhan			4	11	15
6	Materi yang diberikan sesuai kebutuhan peserta			3	11	15
7	Materi yang disampaikan jelas dan mudah dipahami			3	9	18
8	Petugas memberikan kesempatan bertanya kepada peserta			3	10	18
9	Petugas penyuluhan dapat menjawab pertanyaan dengan baik			2	12	16
10	Materi yang disampaikan bermanfaat dan dapat diaplikasikan			3	7	20

KESIMPULAN

Berdasarkan dari data hasil kegiatan KIE terkait "Edukasi penyakit Gastritis Sejak Dini" dapat disimpulkan bahwa para siswa merasa sangat bermanfaat tentang informasi dan edukasi yang di berikan serta puas akan kegiatan KIE yang kami adakan, dimana hal ini didasari dari data kuesioner yang telah kami bagikan. Adapun melalui evaluasi data dari hasil *pretest-posttest* dapat disimpulkan terjadi peningkatan pemahaman peserta terkait materi tentang "Edukasi penyakit Gastritis Sejak Dini" yang dibuktikan melalui peningkatan nilai *posttest* dari uji yang diberikan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Mahasiswa yang telah kebersamai KIE, kepada Guru-guru SMPN 6 Banjarbaru yang telah memfasilitasi KIE, Siswa SMPN 6 Banjarbaru yang aktif dari awal-akhir acara KIE, dan rekan dosen yang membantu untuk penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Putri, A. T., Rezal, F., & Akifah. (2017). Efektifitas Media Audio Visual dan Leaflet terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Tentang Pencegahan Penyakit Gastritis pada Santriwati di Pondok Pesantren Hidayatullah Putri dan Ummusshabri Kota Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–11.
- Sarasvati. (2010). *Cara Holistik dan Praktis Atasi Maag*. Jakarta: PT Buana Ilmu Populer.
- Tussakinah, W., Masrul, M., & Burhan, I. R. (2018). Hubungan Pola Makan dan Tingkat Stres terhadap Kekambuhan Gastritis di Wilayah Kerja Puskesmas Tarok Kota Payakumbuh Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 217. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.805>
- Verawati, L. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Prilaku Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia. *Nutrix Journal*, 4(2).
- Zebua, E., & Wulandari, I. S. M. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan Terhadap Resiko Gastritis Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Advent Indonesia yang Menjalani Sistem Blok. *Jurnal Ners*, 7(1), 165–169. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.12670>