



Edukasi Pencegahan dan Penanganan Penyakit Maag Siswa SMP Negeri Satap 11 Konsel

La Ode Muhammad Fitrawan¹, Yamin², Muh. Sultan. F. S³, Muliyana⁴, Resti⁵, Sherliyanti N⁶, Tirsia Arruan M⁷

Program Studi Apoteker, Universitas Halu Oleo

e-mail: fitraapt@gmail.com

Abstrak

Penyakit asam lambung banyak diderita anak muda yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat. Asam lambung terjadi karena naiknya asam lambung menuju esofagus dan kerongkongan yang membuat lambung mengalami iritasi. Tujuan dari kegiatan adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan siswa SMP Negeri satu Atap 11 Konawe Selatan. Bentuk kegiatan berupa presentasi dalam memberikan edukasi pencegahan dan penanganan Maag. Terjadi peningkatan pengetahuan dengan nilai Pre Test sebanyak 40% dan Post Test sebanyak 60% berarti metode penyampaian yang digunakan sangat efektif.

Kata Kunci: *Maag, Pencegahan, Penanganan.*

Abstract

Gastric acid disease is often suffered by young people caused by an unhealthy lifestyle. Gastric acid occurs due to the increase in esophageal and esophageal stomach acid which causes the stomach to become irritated. The purpose of the activity is to increase knowledge and broaden the insight of students of SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan. The form of activity is in the form of a presentation in providing education on the prevention and treatment of ulcers. here was an increase in knowledge with a Pre-Test value of 40% and a Post-Test value of 60%, meaning that the delivery method used was very effective.

Kata Kunci: *Ulcer, Prevention, Treatment.*

PENDAHULUAN

Saat ini, kita menghadapi dua tantangan utama dalam bidang kesehatan, yaitu penyakit menular dan tidak menular. Penyakit tidak menular sering kali muncul akibat pengaruh gaya hidup modern yang dibentuk oleh proses globalisasi, salah satunya adalah penyakit maag. Kebiasaan hidup yang kurang sehat seperti merokok, konsumsi alkohol, makanan pedas, minuman berkafein seperti kopi, stres berlebihan, berbaring setelah makan, makanan atau minuman asam, serta obesitas, dapat memicu gangguan pada sistem pencernaan (Waluyo & Solikah, 2023). Penyakit saluran pencernaan yang paling sering ditemui adalah gastritis atau yang lebih dikenal dengan penyakit maag (Eka Novitayanti, 2020).

Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, gastritis berada di peringkat enam dengan persentase 60,86% dari total 33.580 pasien yang dirawat inap. Di posisi ketujuh terdapat kasus gastritis dengan 201.083 pasien

yang dirawat jalan. Tingkat kejadian gastritis cukup signifikan di beberapa wilayah dengan prevalensi 274.396 kasus dari 238.452.952 penduduk, yaitu 40,8%. Persentase kejadian gastritis di berbagai kota di Indonesia adalah Jakarta 50%, Palembang 35,5%, Bandung 32%, Denpasar 46%, Surabaya 31,2%, Aceh 31,7%, Pontianak 31,2%, sementara di Medan mencapai 91,6%. Berdasarkan Kementerian Kesehatan RI, gastritis adalah penyakit yang memiliki angka kejadian sangat tinggi, khususnya di Indonesia (Waluyo & Solikah, 2023). Data dari Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan bahwa pada tahun 2016 terdapat 36.243 kasus penderita gastritis (21,4%), pada tahun 2017 terdapat 39.240 kasus (22,8%), dan pada tahun 2018 terdapat 42.450 kasus (24,2%) (Erdana et al., 2022).

Kasus gastritis yang rentan dialami oleh anak muda selain dipicu oleh gaya hidup dan stres, juga disebabkan oleh kurangnya perhatian serta kecenderungan meremehkan penyakit gastritis ini. Fenomena gastritis cenderung meningkat karena masyarakat kurang memperhatikan penyakit ini dan menganggap gastritis sebagai kondisi yang sepele. Berdasarkan informasi dari Departemen Kesehatan RI, meskipun gastritis terlihat sebagai penyakit yang ringan, tetapi frekuensinya cukup tinggi, terutama di Indonesia. Apabila pemahaman dan kesadaran tentang gastritis minim, maka akan berisiko untuk melakukan kebiasaan-kebiasaan yang dapat memicu gastritis dan akhirnya mengalami gastritis (Sa'adah et al., 2024).

Pola makan yang sehat meliputi sarapan sebelum aktivitas, makan siang sebelum lapar berlebih, dan makan malam sebelum tidur. Keterlambatan makan 2-3 jam dapat menyebabkan produksi asam lambung meningkat, sehingga berpotensi mengiritasi lapisan lambung. Konsumsi makanan yang tidak sesuai, seperti makanan pedas, juga menjadi pemicu munculnya gastritis (Tanjung et al., 2023).

Secara umum, pemahaman mengenai pencegahan dan penanganan penyakit Meningkatnya Asam Lambung masih rendah di kalangan remaja, yang membuat mereka lebih rentan terhadap penyakit ini. Perilaku remaja yang kurang peduli terhadap pola makan dan jenis makanan yang mereka konsumsi dapat memicu peningkatan asam lambung (Waluyo & Solikah, 2023).

Berdasarkan latar belakang diatas kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang edukasi pencegahan dan penanganan maag pada siswa SMP Negeri satu Atap 11 Konawe Selatan sebagai upaya dalam pencegahan dan penanganan penyakit maag. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah memberikan edukasi mengenai pencegahan dan penanganan penyakit maag kepada siswa SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan, sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan sikap hidup sehat dalam mencegah serta menangani penyakit maag yang sering terjadi akibat gaya hidup tidak sehat.

METODE

Kegiatan ini menggunakan desain pretest-posttest untuk mengukur perubahan atau pengetahuan perlakuan siswa terhadap intervensi yang diberikan. Intervensi berupa pencegahan dan penanganan penyakit maag. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu, siswa berjumlah 50 orang, siswa laki-laki berjumlah 24 dan siswa Perempuan berjumlah 26. Langkah pertama yang dilakukan dengan memberikan pernyataan berupa pretest yang berjumlah 10 pernyataan yang kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi berupa presentasi dan pembagian leaflet dan langkah terakhir yaitu posttest yang berjumlah 10 untuk mengetahui tingkat pemahaman materi yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyakit asam lambung timbul akibat naiknya asam lambung ke arah esofagus atau kerongkongan. Kondisi ini terjadi ketika saluran pencernaan yang menghubungkan mulut dengan lambung mengalami peradangan. Peningkatan asam lambung adalah kondisi yang sering terjadi, namun dapat menyebabkan rasa sakit di ulu hati atau sensasi mulas di bagian bawah dada. Ketika menelan, otot yang melingkar di bagian bawah tenggorokan yang dikenal sebagai sfingter esofagus bagian bawah akan menjadi rileks. Ini bertujuan agar makanan dan minuman dapat mengalir ke lambung, setelah itu sfingter akan kembali menutup. Ketika area ini melonggar akibat gangguan atau melemah, asam lambung bisa kembali mengalir ke tenggorokan yang menyebabkan iritasi dan peradangan. Salah satu faktor yang paling sering menyebabkan penyakit asam lambung adalah hernia hiatal. Masalah ini muncul ketika bagian atas perut dan sfingter bergerak melewati diafragma, yaitu otot yang memisahkan perut dengan dada. Umumnya, diafragma berfungsi untuk mempertahankan asam di lambung. Namun karena gangguan ini, asam dapat menuju kerongkongan dan mengakibatkan gejala dari penyakit tersebut (Waluyo & Solikah, 2023)

Masyarakat masih banyak yang tidak memperhatikan kesehatan lambung mereka, gastritis biasanya tidak menunjukkan gejala yang jelas, tetapi tanda utama dari gastritis adalah rasa sakit di bagian atas perut. Gejala tambahan yang mungkin muncul adalah muntah, mual, perut kembung, dan berkurangnya selera makan. Penyebab utama gastritis umumnya disebabkan oleh infeksi *Helicobacter pylori*, di mana infeksi *H. pylori* ini merupakan faktor risiko utama untuk terjadinya ulkus peptikum dan komplikasinya, serta dapat berhubungan dengan kanker lambung. *H. pylori* mampu menyebabkan kerusakan yang terus menerus pada lapisan lambung (Yunanda et al., 2023)

Untuk pengobatan farmakologis gastritis seperti Antagonis Reseptor H₂ Histamin, antasida, Suplemen Mukosa Lambung seperti sukralfat serta Inhibitor Pompa Proton. Mengurangi sekresi asam lambung adalah fungsi utama antagonis reseptor H₂, dengan menghentikan sekresi asam yang dirangsang oleh gastrin, histamin, obat kolinomimetik, dan rangsangan vagal. Selain itu, volume sekresi asam lambung dan konsentrasi pepsin berkurang (Habibie, 2021). Terdapat terapi non-farmakologis untuk gaya hidup yang disarankan dalam

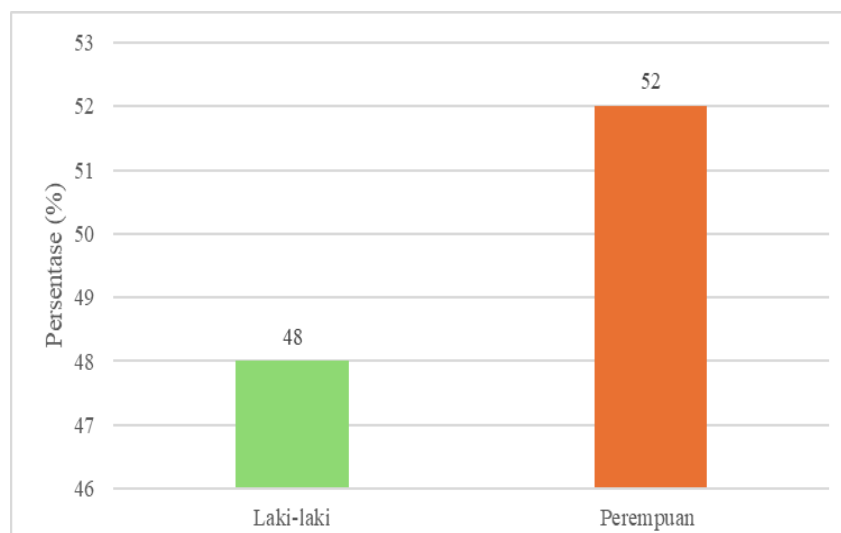
mengelola dan mencegah timbulnya masalah pada lambung, seperti mengatur pola makan, berolahraga secara teratur, menghindari makanan berlemak tinggi yang menghambat pengosongan lambung, menghindari konsumsi makanan yang terlalu pedas, serta mengelola stres psikologis dengan seefisien mungkin.

Gastritis sering menyerang individu di usia produktif, yaitu saat seseorang menjalani dan menyelesaikan pendidikan formal, mencari pekerjaan, membangun keluarga, serta aktif berperan dalam pembangunan komunitas sejalan dengan penelitian (Daffa et al., 2023) yang menyatakan bahwa gaya makan dan tekanan psikologis (stres) adalah salah satu penyebab terjadinya gastritis pada individu. Kebiasaan makan yang tidak teratur serta jenis makanan yang tidak terpantau dapat menyebabkan peningkatan asam lambung yang menyebabkan gastritis. Selain itu, stres merupakan salah satu penyebab utama terjadinya kejadian Gastritis. Karena seseorang mengalami tekanan, selera makan seseorang akan berkurang serta seseorang mengalami perubahan dalam frekuensi makannya.

Jumlah peserta dalam kegiatan ini adalah 50 siswa/siswi dari SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan yang terdiri atas 24 siswa laki-laki dan 26 siswa perempuan. Uji pra dan pasca dilaksanakan untuk menilai tingkat pemahaman siswa/siswi sebelum dan setelah presentasi.

Tabel 1. Tabel Peserta sosialisasi berdasarkan jenis kelamin

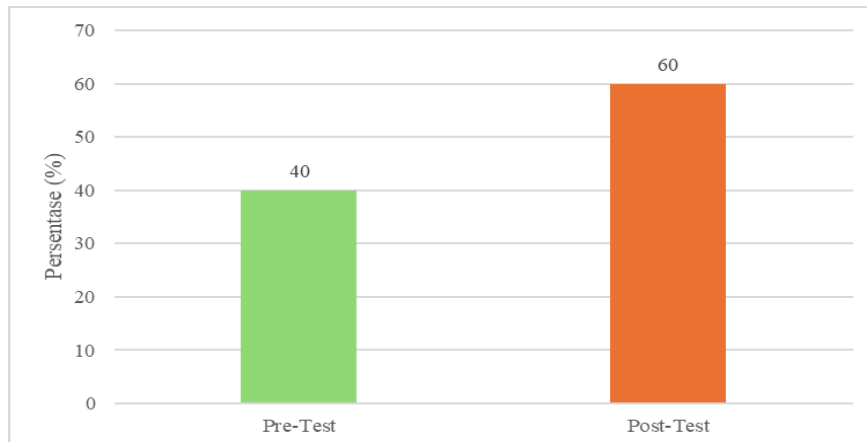
Jenis Kelamin	Jumlah peserta	Persentase (%)
Perempuan	26	52%
Laki-laki	24	48%



Gambar 1. Peserta Sosialisasi

Tabel 2. Tabel Pengetahuan Siswa terhadap Materi Sosialisasi

Kategori	Jumlah Siswa	Presentase
Pre Test	20	40%
Post Test	30	60%



Gambar 2. Grafik Pengetahuan Siswa Pre Test dan Post Test

Dari Tabel 2 dan Gambar 2, menunjukkan jumlah dan presentase siswa yang memiliki pengetahuan terhadap materi sosialisasi sebelum (Pre Test) dan sesudah (Post Test) kegiatan dilakukan. Sebelum sosialisai, hanya 20 siswa (40%) yang memahami materi. Setelah sosialisasi, meningkat menjadi 30 siswa (60%). Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa terhadap materi setelah kegiatan sosialisasi dilakukan. Dalam kegiatan ini peningkatan pengetahuan juga dibantu dengan media berupa leaflet, dimana isi dari leaflet memuat semua materi yang disampaikan melalui Power Point. Leaflet memiliki keunggulan yang ringkas, mudah ditemukan, dan dapat dibawa ke mana pun, dan masih menjadi pilihan yang tepat untuk media promosi kesehatan (Pratiwi et al., 2022)



Gambar 3. Leaflet Edukasi Pencegahan dan Penanganan Penyakit Maag

Selama kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung, para siswa SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan menunjukkan antusiasme yang tinggi. Mereka mengikuti sesi edukasi dengan semangat, aktif bertanya, dan terlibat dalam diskusi mengenai gaya hidup sehat dan pencegahan penyakit maag. Para

guru juga turut mendukung jalannya kegiatan dengan mendampingi siswa, serta memberikan motivasi agar mereka memahami pentingnya menjaga kesehatan pencernaan sejak dini. Kehadiran guru dalam kegiatan ini turut menciptakan suasana yang kondusif dan menyenangkan, sehingga penyampaian materi berlangsung secara interaktif dan komunikatif.

Dengan meningkatnya pengetahuan siswa terkait pencegahan dan penanganan penyakit maag diharapkan agar pencegahan pada penyakit maag dapat dilakukan sejak dini agar dapat menekan angka kematian karena penyakit maag. Di Indonesia angka kematian dikarenakan penyakit maag berada pada peringkat ke-142, dengan peningkatan per 100.000 penduduk dan angka kematian ini terjadi disegala usia (Achyadi et al., 2024). Setelah kegiatan ini mahasiswa Apoteker juga memberikan pelayanan Tes Kesehatan gratis kepada guru-guru SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan berupa tes cek kadar gula, kolesterol dan juga asam urat.



Gambar 4. Kegiatan Sosialisasi Edukasi Pencegahan dan Penangan Penyakit Maag Pada Siswa SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan

Gambar 4 menunjukkan foto bersama siswa dan guru SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan setelah pelaksanaan kegiatan edukasi tentang pencegahan dan penanganan penyakit maag. Kegiatan ini berlangsung dengan antusias dan penuh semangat, ditandai dengan partisipasi aktif para siswa serta dukungan penuh dari para guru sekolah.

SIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan siswa SMP Negeri Satu Atap 11 Konawe Selatan terkait Edukasi Pencegahan dan Penanganan Penyakit Maag dengan metode penyampaian berupa presentasi menggunakan Power Point dan alat bantu media berupa Leaflet yang sangat efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Achyadi, R., Firdaus, F., Hadi, S., & Setiawan, D. (2024). Edukasi Pencegahan Dan Pengobatan Maag Serta Tukak Lambung Di Apotek Kimia Farma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, 2(2), 110. <https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i2.12333>
- Daffa, R. Z., Susanti, N., Pranita, M., Jannah, M. M., Zahra, M. U., Saragih, P. A., Harahap, M., Karina, R. L., Fikri, M. A., & Wijaya, M. A. (2023). Hubungan Antara Pola Makan Dan Stres Terhadap Kejadian Penyakit Gastritis Di Desa

- Tembung Kecamatan Percut Sei Tuan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(2), 133. <https://doi.org/10.31596/Jcu.V12i2.1603>
- Eka Novitayanti. (2020). Identifikasi Kejadian Gastritis Pada Siswa Smu Muhammadiyah 3 Masaran. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 18–22. <https://doi.org/10.47701/Infokes.V10i1.843>
- Erdana, M., Ode, L., & Sety, M. (2022). *Faktor Risiko Kejadian Gastritis Pada Pasien Polri Di Wilayah Kerja Klinik Polres Muna Tahun 2022*. 3(2).
- Habibie, B. Y. (2021). Terapi Pada Dispepsia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(3), 503–510. <https://doi.org/10.37287/Jppp.V3i3.517>
- Pratiwi, G. D., Vita Lucya, & Paramitha. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Tuberkulosis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal Of Nursing)*, 8(3), 8–13. <https://doi.org/10.33023/Jikep.V8i3.1153>
- Sa'adah, H., Latifah, N., Zamzani, I., Ahdyani, R., Eka Dewi, R., Awaluddin Padjrin, M., & Azzahra, M. (2024). *Edukasi Penyakit Gastritis Sejak Dini: Cegah Sakit Ciptakan Fokus Belajar Di Lingkungan Smp Negeri 6 Banjarbaru*. 2(6), 2428–2433. <https://jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com/index.php/jpmba/index>
- Tanjung, S. R., Sinuraya, E., & Suharto, S. (2023). Pendidikan Kesehatan Keluarga Tentang Pola Makan Pada Keluarga Dengan Masalah Kesehatan Gastritis Di Wilayah Upt Puskesmas Pulo Brayan. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(9), 3906–3918. <https://doi.org/10.55681/Sentri.V2i9.1560>
- Waluyo, Joko Sunaryo, & Solikah, Siti Nur. (2023). *Edukasi Kesehatan Mengenai Penyakit Asam Lambung (Gerd) Pada Remaja Di Kel. Sangkrah, Kota Surakarta*. 6, 203–211.
- Yunanda, Friska Tifani, Wahyuriyanto, Y., Pd Retna, T., & N Wahyuningsih, T. (2023). Gambaran Faktor Penyebab Terjadinya Gastritis Di Desa Tlogowaru Wilayah Kerja Puskesmas Temandang Kabupaten Tuban. *Global Health Science*, 8(1), 41–46.