

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Penyuluhan Dan Pendidikan Kesehatan Terhadap Masyarakat Tentang Peradangan Yang Terjadi Pada Lapisan Lambung (Gastritis)

Musdalifah^{1*}, Rusli Abdullah², Herman³, Endam Apulina Br Sembiring⁴, Arnianti⁵

¹Program Studi Keperawatan, Institut Kesehatan dan Bisnis St. Fatimah Mamuju

²Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

^{3,5}Program Studi Keperawatan, STIKes Yapika Makassar

⁴Program Studi Keperawatan, Universitas Putra Abadi Langkat

ABSTRACT

Gastritis or ulcer disease is a disease that we are very familiar with in everyday life. This disease is often characterized by heartburn, nausea, vomiting, satiety, stomach pain and so on. The purpose of this Community Service Activity is to prevent complications and improve the health of the community optimally regarding inflammation that occurs in the lining of the stomach (Gastritis). The Community Service Activity Method with the Pre Test - Post Test Design design is by conducting interventions in the form of counseling and health education to the community optimally regarding inflammation that occurs in the lining of the stomach (Gastritis). The results of the Community Service activity showed that there was an increase in the average general knowledge score before the counseling was given, which was 52%, while after the counseling was given, the average knowledge score increased to 85%. The conclusion is that community service activities provide very useful knowledge for the community who participate in counseling and health education for the community about inflammation that occurs in the lining of the stomach (Gastritis).

Keywords: Counseling, Health Education, Community, Inflammation, Stomach Lining (Gastritis)

ABSTRAK

Penyakit gastritis atau maag merupakan penyakit yang sangat kita kenal dalam kehidupan sehari-hari. Penyakit ini sering ditandai dengan nyeri ulu hati, mual, muntah, cepat kenyang, nyeri perut dan lain sebagainya. Tujuan Kegiatan PkM ini adalah untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat secara optimal tentang peradangan yang terjadi pada lapisan lambung (Gastritis). Metode Kegiatan PkM dengan rancangan Pre Test - Post Test Design yaitu dengan melakukan intervensi berupa penyuluhan dan pendidikan

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

kehatan kepada masyarakat secara optimal tentang peradangan yang terjadi pada lapisan lambung (Gastritis). Hasil kegiatan PkM menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan secara umum sebelum pemberian penyuluhan adalah 52% sedangkan setelah diberikan penyuluhan, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 85%. Kesimpulan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat sangat memberikan pengetahuan yang bermanfaat bagi masyarakat yang mengikuti dalam penyuluhan dan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat tentang peradangan yang terjadi pada lapisan lambung(Gastritis).

Kata Kunci: Penyuluhan, Pendidikan Kesehatan, Masyarakat, Peradangan, Lapisan Lambung (Gastritis)

*Korespondensi: Musdalifah

*Email : musdalifahfayyadh@gmail.com

I. PENDAHULUAN

Sistem pencernaan merupakan salah satu system yang penting dalam tubuh karena hasilnya nanti berupa energi yang sangat penting dalam proses metabolisme dan kelangsungan hidup setiap sel di tubuh. Dalam system pencernaan banyak organ-organ yang penting, salah satunya adalah lambung. Lambung nantinya terjadi pemecahan dan penyerapan karbohidrat dan lapisan ukosa lambung menghasilkan asam lambung (HCL) yang dalam kadar normalnya fungsinya sangat penting. Lambung bisa mengalami kelainan seperti peradangan pada dinding lambung (gastritis) jika pola hidup seperti pola makan dan diet yang tidak normal atau mengkonsumsi jenis obat-obatan bisa mengakibatkan gastritis atau maag.

Gastritis merupakan peradangan mukosa lambung yang bersifat akut, kronik, difus dan lokal yang disebabkan oleh makanan, obat-obatan, zat kimia, stress dan bakteri (Nuari, 2015). Penyakit gastritis atau maag merupakan penyakit yang sangat kita kenal dalam kehidupan sehari-hari. Penyakit ini sering ditandai dengan nyeri ulu hati, mual, muntah, cepat kenyang,

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

nyeri perut dan lain sebagainya. Penyakit maag sangat mengganggu karena sering kambuh akibat pengobatan yang tidak tuntas. Sebenarnya kunci pengobatan penyakit maag adalah dapat mengatur agar produksi asam lambung terkontrol kembali sehingga (Yatmi, 2017).

Penyakit gastritis yang diakibatkan oleh produksi asam lambung yang berlebihan dapat diperparah oleh faktor-faktor yang menyebabkan kekambuhan gastritis. Biasanya waktu makan yang tidak teratur, gizi atau kualitas makanan yang kurang baik, jumlah makanan terlalu banyak atau bahkan terlalu sedikit, jenis makanan yang kurang cocok atau sulit dicerna, dan kurang istirahat, porsi pekerjaan yang melebihi kemampuan fisik/psikis. Pada penderita gastritis gejalanya biasanya lambung terasa tidak enak, mual, muntah, kram perut dan biasanya menyebabkan muntah darah (Ardian R, 2013).

Perdarahan mukosa lambung dalam berbagai derajat dan terjadi erosi yang berarti hilangnya kontinuitas mukosa lambung pada beberapa tempat. Penyakit ini dijumpai di klinik, sebagai akibat samping pemakaian obat, sebagai penyakitpenyakit lain atau karena sebab yang tidak diketahui. Perjalanan penyakitnya biasanya ringan, walaupun demikian kadang-kadang menyebabkan kedaruratan medis, yakni perdarahan saluran cerna bagian atas.

Lambung berfungsi sebagai gudang makanan, yang berkontraksi secara ritmik untuk mencampur makanan dengan enzim-enzim. Sel-sel yang melapisi lambung menghasilkan 3 zat penting :

1) Lendir

Lendir melindungi sel-sel lambung dari kerusakan oleh asam lambung. Setiap kelainan pada lapisan lendir ini, bisa menyebabkan kerusakan yang mengarah kepada terbentuknya tukak lambung.

2) Asam klorida (HCl)

Asam klorida menciptakan suasana yang sangat asam, yang diperlukan oleh pepsin guna memecah protein. Keasaman lambung yang tinggi juga berperan sebagai penghalang terhadap infeksi dengan cara membunuh berbagai bakteri.

3) Prekursor pepsin (enzim yang memecahkan protein).(Asmadi,2008).

II. METODE

Metode pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode penyuluhan dan pendidikan

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

kesehatan terkait pengendalian dan peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit gastritis di Desa Mamuju. Sasaran pada pengabdian kali ini yaitu masyarakat Desa Mamuju . Desain pengabdian yang digunakan adalah rancangan Pre Test - Post Test Design yaitu dengan melakukan intervensi berupa penyuluhan dan pendidikan kesehatan. Sebelum dilakukan penyuluhan, dilakukan pengukuran pengetahuan terlebih dahulu menggunakan pre-test, kemudian dilakukan post-test setelah dilakukan penyuluhan, sehingga dapat dilihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Mamuju pada tanggal 21 Oktober 2024.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada kegiatan penyuluhan dan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat tentang peradangan yang terjadi pada lapisan lambung (Gastritis) yang diikuti oleh masyarakat di Desa Mamuju yang berjumlah 63 orang. Sebelum penyuluhan dan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat dimulai, peserta diberikan kuisisioner yang harus dijawab yang berisi pertanyaan seputar pengetahuan mengenai penyakit gastritis tujuannya untuk mengetahui sejauh mana peserta tersebut memahami tentang hal-hal yang berkaitan dengan penyakit gastritis. Setelah dilakukan pretest, maka dilanjutkan dengan pemaparan materi terkait pencegahan dan terapi pengobatan penyakit gastritis. Dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan secara umum sebelum dan setelah pemberian penyuluhan pada masyarakat di Desa Mamuju. Rata-rata skor awal sebelum pemberian penyuluhan adalah 52% sedangkan setelah diberikan penyuluhan, rata-rata skor pengetahuan meningkat menjadi 85%.

Pencegahan pada gastritis adalah dengan mengontrol semua faktor risiko yang menyebabkan terjadinya gastritis, dengan melakukan tindakan pencegahan seperti : Hindari minuman beralkohol karena dapat mengiritasi lambung sehingga terjadi inflamasi, Hindari merokok dan kurangi konsumsi kopi karena dapat mengganggu lapisan dinding lambung sehingga lambung lebih mudah mengalami gastritis dan tukak/ulkus. Rokok juga dapat meningkatkan asam lambung dan memperlambat penyembuhan luka, Atasi stres sebaik mungkin, Makan makanan yang kaya akan buah dan sayur namun hindari sayur dan buah yang bersifat asam, Jangan berbaring setelah makan untuk menghindari refluks (aliran balik) asam

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

lambung, Berolahraga secara teratur untuk membantu mempercepat aliran makanan melalui usus, Bila perut mudah mengalami kembung (banyak gas) untuk sementara waktu kurangi kamsumsi makanan tinggi serat, seperti pisang,kacang-kacangan, dan kentang. Makan dalam porsi sedang (tidak banyak) tetapi sering, berupa makanan lunak dan rendah lemak. Makanlah secara perlahan dan rileks (Hardi & Huda, 2015).

Hasil penelitian Herlina, 2018 berjudul hubungan pola makan dengan risiko gastritis pada remaja mengatakan karakteristik menurut usia 10-14 tahun (remaja awal) 69 (85,2%), 15-16 tahun (remaja tengah) 12 (14,8%). Dapat diambil kesimpulan bahwa dari usia 10-14 tahun yang lebih sering terkena gastritis dari pada usia 15-16 tahun. Berdasarkan jenis kelamin laki-laki 31 (38, 3%), perempuan 50 (61,7%). Dapat diambil kesimpulan perempuan lebih sering dari pada laki. Berdasarkan tempat tinggal bersama orang tua 77 (95,1%), Kos 4 (4,9%). Dapat diambil kesimpulan tinggal bersama orang tua berlebih sering mengalami gastritis dibandingkan tinggal di Kost.

Hasil penelitian Kurniyawan, 2014 berjudul Gambaran faktor-faktor yang gastritis dibandingkan laki-laki. mempengaruhi kekambuhan gastritis mengatakan karakteristik menurut jenis kelamin, Laki-laki 12 (43%), perempuan 16 (57%). Dapat disimpulkan bahwa dari 28 responden karakteristik perempuan yang sering mengalami penderita.

IV. KESIMPULAN

Kesimpulan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat sangat memberikan pengetahuan yang sangat bermanfaat bagi masyarakat yang mengikuti dalam penyuluhan dan pendidikan kesehatan terhadap masyarakat tentang peradangan yang terjadi pada lapisan lambung(Gastritis). TIM PkM berharap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana kedepan dan dapat bermanfaat untuk pengetahuan masyarakat dalam mencegah terjadinya Gastritis dan dapat mengontrol pola makan dan menjalankan pola hidup sehat.

Menurut (Misnadiarly, 2016) berikut gaya hidup yang dianjurkan untuk mengelola dan mencegah timbulnya gangguan lambung :

- a) Atur pola makan.
- b) Olahraga teratur.

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- c) Hindari makanan berlemak tinggi yang menghambat pengosongan lambung.
- d) Hindari mengkonsumsi makanan yang menimbulkan gas di lambung.
- e) Hindari mengkonsumsi makanan yang terlalu pedas.
- f) Hindari minuman yang mengandung kafein, alcohol, dan kurangi rokok.
- g) Hindari obat yang mengiritasi dinding lambung.
- h) Kelola stress psikologi seefisien mungkin

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada:

- a) Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada segenap aparat Desa Mamuju yang telah membantu dan memfasilitasi kami melaksanakan kegiatan ini sehingga berjalan baik. Kami mengharapkan kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan bagi masyarakat tentang pengendalian penyakit gastritis serta upaya pencegahannya dalam meningkatkan taraf hidup sehat masyarakat.
- b) Kepala puskesmas dan beserta jajarannya dalam membantu dalam pelaksanaan kegiatan PkM.
- c) Pimpinan Perguruan Tinggi dan Ketua LPPM dalam mendukung pelaksanaan Tridarma Perguruan Tinggi.
- d) TIM PkM yang bekerjasama dengan baik dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik dan sesuai harapan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arnianti, A., Bachri, S., Noyumala, N., Mustarin, Y., Suardi, V. A., & Indra, I. (2024). Pelatihan Dan Metode Dalam Pelaksanaan Terapi Bekam Kering Pada Penderita Kolesterol Di Klinik Sehat Bersama Kota Makassar. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 94–100. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v3i1.522>
2. Amin Huda, & Hardi, K. 2015. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis Dan Nanda Nic-Noc* (2nd ed). Yogyakarta: Mediacion.
3. Begum, F. (2013). Knowledge and Factors Influencing on Gastritis among Distant Mode Learners of Various Universities at Selected Study Centers Around Bangalore City With a View of Providing a Pamphlet. *Scholars Journal of Applied Medical Sciences (SJAMS) Sch. J. App. Med. Sci*, 1(2), 101–110. www.saspublisher.com
4. Dávila-collado, R., Jarquín-durán, O., Dong, L. T., & Espinoza, J. L. (2020). Epstein–Barr

Sahabat Sosial

Jurnal Pengabdian Masyarakat

- virus and Helicobacter pylori co-infection in non-malignant gastroduodenal disorders. In Pathogens (Vol. 9, Issue 2). MDPI AG.
5. Firdous, J., Muhamad, N., Ab Latif, N., Syazwani, D., & Hidayah, N. (2016). A Descriptive Study on Lifestyle Factors Influencing Gastritis among University Students of UniKL RCMP in Malaysia. In International Bimonthly Indian Journal Of Natural Sciences.
 6. Gebru, D. (2018). Factors Associated with Gastric Disease Among Students of Hawassa University: The Case of College of Agriculture Students. American Journal of Theoretical and Applied Statistics, 7(6), 207–214.
 7. Irianty, H., Hayati, R., & Suryanto, D. (2020). Kejadian Gastritis Berdasarkan Aspek Promosi Kesehatan Dan Pola Makan.
 8. Ismawati, Y. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk (Vol. 8).
 9. Johnson RJ, Feehally J, Floege J. 2015. Comprehensive Clinical Nephrology. 5th edition. Elseiver Saunders; Philadelphia.
 10. Kemenkes RI. Gastritis. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian kesehatan RI. 2014;
 11. Musdalifah, M., Manuntungi, A. E., Rabuana, S., & Thalib, K. U. (2023). Edukasi Dan Konseling Terhadap Tingkat Stres Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan. *Sahabat Sosial: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 93–107. <https://doi.org/10.59585/sosisabdimas.v1i2.398>
 12. Pribadi, S., Thohir, A., & Hakim, A. (2023). Rasulullah SAW Sebagai Kepala Rumah Tangga. *JIMAD: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(1), 38–54. <https://doi.org/10.59585/jimad.v1i1.158>
 13. Riskesdas. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta.
 14. Smeltzer, Suzanne C. (2001). Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner & Suddarth, Ed.8, EGC, Jakarta.
 15. Sudoyo Aru. (2009). Buku ajar ilmu penyakit Dalam, jilid 1,2,3, edisi keempat. Jakarta.
 16. Wilkison, Judith M. (2016). Diagnosa Keperawatan : Diagnosis NANDA Intervensi NIC Hasil NOC. Jakarta: EGC.
 17. Wijayanti, L. A., M, W., Simatupang, R., Reffita, L. I., Nurpratama, W. L., Palayukan, S. S., & Pannyiwi, R. (2024). Mother’s Knowledge About Nutrition, Disease Infections And Snacking Habits With Nutritional Status Early Age Children In Garessi National Kindergarten. *International Journal of Health Sciences*, 2(4), 1276–1288. <https://doi.org/10.59585/ijhs.v2i4.524>