



PENYULUHAN KESEHATAN KEPADA MASYARAKAT DI DESA KRESNOMULYO DUSUN 007 TENTANG PENYAKIT ASAM LAMBUNG TAHUN 2024

Diah Kartika Putri^{1*}, Fina Aulika Lestari², Ahmad Sutomo³

Program Studi SI Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Lampung, Indonesia

*Penulis Korespondensi: diahkartika@aisyahuniversity.ac.id

Abstrak

Warga Kresnomulyo masih banyak yang memiliki pola makan yang tidak teratur dan gaya hidup yang tidak baik sehingga dapat menyebabkan berbagai macam penyakit di lambung. Kegiatan ini bertujuan untuk memecahkan masalah yang terjadi di masyarakat Desa Kresnomulyo tersebut dengan metode penyuluhan yang menggunakan bantuan berupa leaflet dan memberikan alternatif pengobatan melalui tanaman herbal. Penyakit ini dapat dicegah dengan menjaga pola makan dan gaya hidup yang baik. Berdasarkan penyuluhan diperoleh hasil terdapat sebagian masyarakat yang terkena penyakit asam lambung dan kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh 26 orang yang hadir. Dalam kegiatan ini masyarakat merespon dengan positif terhadap kegiatan yang telah dilakukan sehingga berjalan dengan baik dan lancar.

Kata kunci : Asam Lambung, GERD, Kresnomulyo, Penyuluhan

Abstract

Many people in Kresnomulyo still have irregular eating patterns and unhealthy lifestyles which can cause various kinds of stomach diseases. This activity aims to solve the problems that occur in the Kresnomulyo Village community with an outreach method that uses assistance in the form of leaflets and provides alternative treatments using herbal plants. This disease can be prevented by maintaining a good diet and lifestyle. Based on the outreach results, the results showed that there were some people affected by stomach acid disease and this outreach activity was attended by 26 people. In this activity, the community responded positively to the activities that had been carried out so that they ran well and smoothly.

Keywords : Gastric Acid, GERD, Kresnomulyo, Counseling

1. PENDAHULUAN

Kresnomulyo adalah pekon yang berada di kecamatan Ambarawa, Kabupaten Pringsewu, Lampung, Indonesia. Kresnomulyo merupakan bagian dari Wilayah Kecamatan Ambarawa Kabupaten Pringsewu yang mempunyai jumlah penduduk 7.890 dan jumlah Kepala Keluarga 2.016KK. Kresnomulyo memiliki sebanyak tujuh dusun dan 16 RT. Diantara sekian dusun, salah satu dusun yang memiliki jumlah KK tertinggi adalah dusun tujuh Kresnomulyo Utara. Penyakit Asam Lambung atau dikenal dengan *Gastroesophageal reflux disease* (GERD) adalah suatu kondisi dengan gejala yang mengganggu dan komplikasi yang diakibatkannya refluks isi lambung ke dalam kerongkongan (Clarrett, 2018). Pola gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, tidak melakukan aktivitas fisik rutin, dan pola makan yang tidak teratur seperti telat makan, kekenyangan makan dan jenis makanan serta minuman seperti makanan cepat saji, kopi, teh, makanan berminyak, dan minuman berkarbonasi merupakan faktor-faktor yang dapat menyebabkan asam lambung (Kariri *et al.*, 2020). Berdasarkan penelitian dari Alkhathami (2017), Sebanyak 2.043 responden didapatkan hasil faktor penyebab GERD adalah riwayat keluarga positif (39,3%), obesitas (IMT>30 kg/m²) (39,4%), tidak melakukan aktivitas fisik rutin mingguan aktivitas 30 menit (31,1%) dan merokok (39,3%). GERD umumnya terlihat pada peserta yang mengonsumsi analgesik (38,4%),

tidak mengonsumsi serat (37,4%), minum teh (33,4%), makan makanan berminyak (31,2%) dan makanan cepat saji (32,7%). Prevalensi penyakit gastritis tersebar diseluruh dunia dan bahkan diperkirakan diderita lebih dari 1,7 milyar penduduk. Pada negara yang sedang berkembang, penyakit gastritis dijumpai pada usia dini dan pada negara maju sebagian besar dijumpai pada usia tua. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) terhadap beberapa negara didunia, mendapati bahwa jumlah penderita gastritis di Inggris 22%, China 31%, Jepang 14,5%, Kanada 35%, dan Perancis 29,5%. Amerika Utara sebesar 18,1-27,8% orang menderita GERD, dibandingkan dengan 8,8-25,9% di Eropa (Syam *et al.*, 2016). Di Asia Timur prevalensi GERD berkisar 2,5-7,8%, 11,6% di Australia, dan 23,0% di Amerika Selatan. Indonesia Prevalensi GERD sudah mencapai 27,4% (Syam *et al.*, 2016). Prevalensi kejadian GERD di Indonesia belum ada data yang pasti. Namun di RSUPN Cipto Mangunkusumo Jakarta didapatkan sebanyak 22,8% kasus esofagitis dari semua pasien yang menjalani pemeriksaan endoskopi atas indikasi dispepsia. Perbedaan prevalensi di setiap negara disebabkan oleh perubahan sosial ekonomi dan gaya hidup yang dapat meningkatkan angka kejadian GERD (Ajjah *et al.*, 2020). Lambung memiliki enzim renin, pepsin, dan asam klorida. Asam lambung berfungsi melumatkan makanan hingga benar-benar hancur, namun asam lambung dapat menyebabkan penyakit di

lambung, salah satunya GERD. GERD jika tidak ditangani dapat berkomplikasi menjadi parah. Komplikasi GERD termasuk esofagitis, perdarahan, striktur, esofagus barrett, dan adenokarsinoma (Yadlapati *et al.*, 2022). Gejala umum termasuk nyeri dada yang membakar, regurgitasi, dan kesulitan menelan (Herdiana, 2023). Dalam ilmu pengobatan, banyak tanaman herbal yang bisa digunakan sebagai penyembuhan berbagai macam penyakit. (Hidayat *et al.*, 2021). Salah satu cara membantu dan mempermudah masyarakat dalam mengatasi dan mencegah penyakit yaitu dengan mengenali khasiat yang terdapat pada tanaman obat. Berdasarkan hal tersebut peneliti ingin mengedukasi masyarakat dan memberikan alternatif pengobatan yang memiliki nilai ekonomi kecil yaitu melalui tanaman TOGA dan pengolahan tanaman TOGA menjadi obat asam lambung.

Faktor risiko yang sering menyebabkan gastritis diantaranya adalah *Helicobacter pilory*, stres, pola makan konsumsi alkohol, dan kopi. Pola makan yang tinggi karbohidrat atau terlalu manis, asupan manisan buah yang tinggi, kue, dan es krim berhubungan dengan prevalensi terjadinya infeksi *Helicobacter pilory* sehingga dapat menyebabkan terjadinya gastritis (Premesti dan Riyadi, 2022).

Berdasarkan *survey* yang telah dilakukan di dusun 007 Kresnomulyo terdapat beberapa permasalahan salah satunya penyakit asam lambung karena banyaknya masyarakat mengkonsumsi kopi dan jam makan yang tidak

teratur, maka dari itu kami melakukan pengabdian masyarakat terkait penyuluhan penyakit asam lambung.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memecahkan masalah yang terjadi di masyarakat Desa Kresnomulyo dan dengan ini diharapkan dapat membantu perubahan masyarakat Desa Kresnomulyo dan memaksimalkan potensi warganya dengan bantuan mahasiswa, adapun pengabdian kepada masyarakat yang kami lakukan yaitu “Penyuluhan Penyakit Asam Lambung”

2. BAHAN DAN METODE PENGABDIAN

Pengabdian masyarakat tentang penyuluhan penyakit asam lambung ini dilakukan dengan metode pembagian leaflet dan pemaparan materi secara langsung oleh pemateri. Adapun jadwal kegiatan yang dilaksanakan adalah seperti pada Tabel.1

Tabel.1 Jadwal Kegiatan Penyuluhan Penyakit GERD

Tanggal	Waktu	Kegiatan
Senin, 04 Maret 2024	09.00 s/d 14.00	Mencari data jumlah RT dan Kartu keluarga
Selasa, 05 Maret 2024	09.00 s/d 16.00	Survei <i>door to door</i>
Rabu, 06 Maret 2024	07.00 s/d 11.00 15.00 s/d 16.00	Pembuatan leaflet <i>Survey</i> ke lokasi dan permohonan surat izin
Kamis, 07 Maret 2024	09.00 s/d 11.30	Pelaksanaan kegiatan dengan pengisian absensi oleh peserta

Tanggal	Waktu	Kegiatan
	09.00	Acara pembukaan dengan sambutan dan perkenalan pelaksanaan pengabdian penyuluhan kesehatan tentang penyakit asam lambung
	11.30	Penutupan dengan mengucapkan terimakasih dan pemberian hadiah yang sudah bertanya dan menjawab

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan metode penyuluhan kesehatan terhadap masyarakat Desa Kresnomulyo Dusun Tujuh Kecamatan Ambarawa. Kegiatan pengabdian ini materi yang disampaikan yaitu tentang Penyakit Asam Lambung. Tahapan yang disampaikan mengenai faktor resiko, tanda-tanda atau gejala, cara mengatasi serta pencegahannya. Pada kegiatan ini jumlah masyarakat yang hadir sebanyak 26 orang yang di dominasi oleh ibu-ibu.

Berdasarkan hasil penyuluhan didapatkan bahwa ada beberapa masyarakat banyak yang mengalami penyakit asam lambung tersebut. Penyakit asam lambung tersebut didasari dari faktor gaya hidup dan pola makan. Kebiasaan buruk ini adalah salah satu penyebabnya. Hal utama yang harus dilakukan adalah dengan menjalani modifikasi gaya hidup dan menjaga pola makan yang teratur dan usaha untuk

meminimalisir resiko yang dapat memicu timbulnya penyakit asam lambung.

Berdasarkan hasil penyuluhan ini menunjukkan antusiasnya masyarakat dalam mengetahui penyebab, pencegahan serta pengobatan dari penyakit asam lambung dan masyarakat merespon dengan positif terhadap kegiatan yang telah dilakukan sehingga berjalan dengan lancar. Pada akhir sesi, dilakukan diskusi tanya jawab dengan masyarakat. Pada sesi tanya jawab diberikan suatu hadiah untuk masyarakat yang sudah bertanya, dan diakhir sesi ini masyarakat diberikan tanaman TOGA untuk dibudidayakan dirumah masing-masing dengan harapan nantinya dapat diolah dan dijadikan alternatif pengobatan asam lambung.



Gambar 1. Penyuluhan Materi Penyakit Asam Lambung



Gambar 2. Masyarakat yang Hadir Dalam Kegiatan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan program kerja Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini berjalan dengan lancar. Dari 26 orang yang hadir yang di dominasi ibu-ibu ada sebagian yang mengalami penyakit asam lambung tersebut. Diharapkan dengan adanya kegiatan penyuluhan penyakit asam lambung ini masyarakat di Desa Kresnomulyo Dusun Tujuh menjadi lebih mengetahui betapa pentingnya menjaga pola makan dan modifikasi gaya hidup yang baik sehingga terhindar dari suatu penyakit.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat didalam kegiatan penyuluhan kepada masyarakat desa Kresnomulyo.

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>

Alkhathami, A. M., Alzahrani, A. A., & Alzahrani, M. A. (2017). Risk factors for gastroesophageal reflux disease in saudi arabia. *World Chinese Journal of Digestology*, 24(17), 2654–2660. <https://doi.org/10.11569/wcjd.v24.i17.2654>

Clarrett, D., & Hachem, C. (2018).

Gastroesophageal Reflux Disease. *Science Of Medicine*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-41509-5.00024-4>

Herdiana, Y. (2023). Functional Food in Relation to Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Nutrients*, 15(16). <https://doi.org/10.3390/nu15163583>

Hidayat, A., Widiastiwi, Y., & Astriratma, R. (2021). Penerapan Metode Forward Chaining Pada Sistem Pakar Obat Herbal Konsultasi Penyakit Lambung Berbasis Web. *Senamika*.

Kariri, A. M., Darraj, M. A., Wassly, A., Arishi, H. A., Lughbi, M., Kariri, A., Madkhali, A. M., Ezzi, M. I., & Khawaji, B. (2020). Prevalence and Risk Factors of Gastroesophageal Reflux Disease in Southwestern Saudi Arabia. *Cureus*, 12(1), 1–7. <https://doi.org/10.7759/cureus.6626>

Syam, A. F., Hapsari, P. F., & Makmun, D. (2016). The Prevalence and Risk Factors of GERD among Indonesian Medical Doctors. *Makara Journal of Health Research*, 20(2). <https://doi.org/10.7454/msk.v20i2.5740>

Yadlapati, R., Hubscher, E., Pelletier, C., Jacob, R., Brackley, A., & Shah, S. (2022). Induction and maintenance of healing in erosive esophagitis in the United States. *Expert Review of Gastroenterology and Hepatology*, 16(10), 967–980.

<https://doi.org/10.1080/17474124.2022.2134115>
Yuan, S., & Larsson, S. C. (2022). Adiposity, diabetes, lifestyle factors and risk of gastroesophageal reflux disease: a

Mendelian randomization study. *European Journal of Epidemiology*, 37(7), 747–754.
<https://doi.org/10.1007/s10654-022-00842-z>