

PENCEGAHAN PENYAKIT GERD MELALUI GAYA HIDUP SEHAT

Diana Laila Ramatillah, Fransisca Gloria, Cindy Puspitasari Gofu, Fadhli Gunarto, Komang Trisna Dewi, Ni Made Sintya Dewi, Raihani Islamiati, Muhammad Fahmi Maulana, Maria Selviana Agusari, Vivin Dunggio, Kinta BebiMilla

Prodi Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

*Email : diana.ramatillah@uta45jakarta.ac.id

Abstrak

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) didefinisikan sebagai refluks isi lambung ke dalam esofagus yang terjadi secara tidak sengaja secara berulang sehingga menyebabkan komplikasi dan menurunnya kualitas hidup. GERD merupakan penyakit umum yang prevalensinya meningkat setiap tahun sehingga menjadi masalah bagi sistem pelayanan kesehatan. Penyakit GERD bukanlah hal yang kita inginkan bersama, ini merupakan salah satu masalah yang mengganggu aktivitas sehingga dilakukan sosialisasi pengabdian kepada masyarakat. Tujuan dilakukan pengabdian ini untuk memberikan pemahaman dan edukasi kepada para remaja terkait GERD. Penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 02 November 2022 di gedung aula SMAN 15 Jakarta pada siswa siswi kelas 11 IPA sebanyak 31 peserta. Metode penilaian menggunakan pre-test dan post-test yang diberikan sebelum dan sesudah kegiatan. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* ditunjukkan bahwa peserta penyuluhan telah mampu menerima pengetahuan serta memahami GERD dengan baik, dilihat dari adanya peningkatan pada persentase nilai *post-test*. Diharapkan pengetahuan ini menjadi solusi untuk mengetahui bahaya dan pentingnya pencegahan penyakit GERD dan dapat melakukan tindakan preventif serta menanamkan pola hidup sehat sejak dini.

Kata kunci: pengabdian, GERD, remaja, preventif

Abstract

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) is defined as reflux of gastric contents into the esophagus that occurs accidentally that occurs repeatedly, causing complications and decreased quality of life. GERD is a common disease whose prevalence increases every year, making it a problem for the health care system. GERD disease is not what we want together, it is one of the problems that interferes with activities so that community service is carried out. The purpose of doing this service is to provide understanding and education to adolescents regarding GERD. This counseling was held on Wednesday, November 2, 2022 in the hall building of SMAN 15 Jakarta for grade 11 science students which was attended by 31 participants. The assessment method uses pre-test and post-test. Based on the results of the pre-test and post-test, it was shown that the counseling participants had been able to receive knowledge and understand GERD well after counseling, judging from the increase in the percentage of post-test values. It is hoped that this knowledge will be a solution for students to know the dangers and importance of preventing GERD disease and be able to take preventive measures and instill a healthy lifestyle from an early age.

Keyword: devotion, GERD, adolescent, preventif

1. PENDAHULUAN

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) merupakan penyakit umum yang prevalensinya meningkat setiap tahun sehingga menjadi masalah bagi sistem pelayanan kesehatan. *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) didefinisikan sebagai refluks isi lambung ke dalam esofagus yang terjadi secara tidak sengaja yang terjadi secara berulang sehingga menyebabkan komplikasi dan menurunnya kualitas hidup (Mousa H dan Hassan M, 2017). *Gastroesophageal Reflux Disease* ditandai dengan heartburn atau adanya rasa panas di ulu hati dan regurgitasi dari cairan yang rasanya asam. Selain dua hal tersebut, gejala lain dari GERD dapat berupa rasa mual dan muntah-muntah, rasa kenyang yang cepat, nyeri epigastrik, nyeri dada, dan bangun di tengah malam (Bruley des Varannes S. 2014).

Prevalensi GERD di Indonesia masih belum pasti. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2017 di Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo menunjukkan bahwa terdapat 10 dari 76 wanita (13.2%) dan 2 dari 14 pria (14.3%) yang mengeluhkan gejala dari penyakit refluks gastroesofageal. Berdasarkan penelitian lain, prevalensi GERD di Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo meningkat dari 5.7% pada tahun 1997 menjadi 25.8% pada tahun 2002 (Simadibrata M, 2010).

Prevalensi yang meningkat pada GERD dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu usia tua, jenis kelamin laki-laki, ras, konsumsi obat-obatan, konsumsi makanan dan minuman tertentu, merokok, riwayat penyakit keluarga, obesitas, dan kurangnya aktifitas fisik (Clarrett DM dan Hachem C, 2018). Berdasarkan hal tersebut, kami mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu dengan mensosialisasikan *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) kepada para remaja.

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) bukanlah hal yang kita inginkan bersama, ini merupakan salah satu masalah yang mengganggu aktivitas. Salah satu

kegiatan misalnya ruang lingkup kampus. Kegiatan kampus sampai saat ini sebagian besar dilakukan dengan sosialisasi pengabdian kepada masyarakat.

2. METODE

2.1 Tempat dan Waktu

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 02 November 2022 pukul 12.00-13.00 siang, dilakukan secara tatap muka di SMAN 15 Jakarta.

2.2 Khalayak Sasaran

Sasaran utama pada pengabdian masyarakat ini adalah seluruh siswa-siswi kelas 11 IPA sebanyak 31 siswa-siswi SMAN 15 Jakarta sehingga diharapkan dapat memiliki kemampuan untuk memahami penyakit *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) yang dapat berdampak kepada siswa-siswi maupun remaja seusai mereka.

2.3 Metode Pengabdian

Metode pengabdian ini dilakukan dengan mengumpulkan seluruh siswa-siswi dalam satu aula sebanyak 31 siswa-siswi untuk dijelaskan materi penyakit *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) berdasarkan yang tertulis pada leaflet dengan dijelaskan oleh narasumber. Selanjutnya dilakukan pengisian soal *pre-test* dan *pos-test* sebelum dan sesudah penyuluhan. Kemudian data dikumpulkan dan dianalisis dengan menggunakan nilai presentase rata-rata.

2.4 Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan dilihat berdasarkan kuantitas dengan parameter jumlah peserta, dan kualitas yang dilihat dari kemampuan peserta memahami materi dengan parameter nilai *pre-test* dan *pos-test*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan ini dilakukan pada siswa siswi kelas 11 IPA SMAN 15 Jakarta yang dihadiri oleh 31 peserta. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan oleh Mahasiswa Apoteker Universitas 17 Agustus 1945 angkatan 47 dengan melibatkan mahasiswa sebanyak 10 orang. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai GERD.

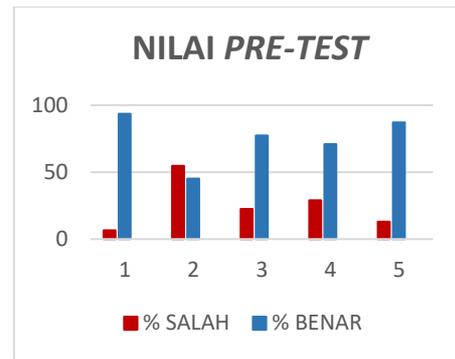


Gambar 1. Penyuluhan pada siswa-siswi di SMAN 15 Jakarta terkait GERD

Penyuluhan ini diawali dengan memberikan *pre-test* dan diperoleh hasil seperti pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Data hasil pre-test siswa

No	Pertanyaan 1-5	Presentase (%)	
		Benar	Salah
1	Pertanyaan 1	93.54	6.46
2	Pertanyaan 2	45.16	54.84
3	Pertanyaan 3	77.41	22.59
4	Pertanyaan 4	70.96	29.04
5	Pertanyaan 5	87.09	12.91
	Rata-Rata	74.83	25.17



Gambar 1. Diagram Hasil Pre-test

Berdasarkan hasil data diatas menunjukkan bahwa pemahaman GERD pada siswa siswi SMAN 15 Jakarta yang melibatkan 31 siswa diketahui dari jumlah rata – rata soal *pre-test* sebanyak 5 soal. Dimana hasil Pertanyaan dijawab dengan benar 74,83% dan pertanyaan yang dijawab salah 25,17%. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa banyak siswa menjawab benar pada soal 1 dan 5 yaitu mengenai pengertian dan pencegahan dari GERD, hal tersebut menandakan bahwa sebagian besar siswa telah mengetahui apa itu penyakit GERD dan cara pencegahan dari penyakit itu sendiri. Sedangkan kesalahan soal paling banyak yaitu pada nomor 2 mengenai penyebab dari GERD, dari hasil tersebut menandakan bahwa siswa sudah memahami pengetahuan awal mengenai GERD.

Setelah dilakukan pemberian materi yang disampaikan selama kurang lebih 10 menit kepada siswa maka selanjutnya dilakukan sesi tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana materi yang disampaikan dapat diterima oleh siswa.

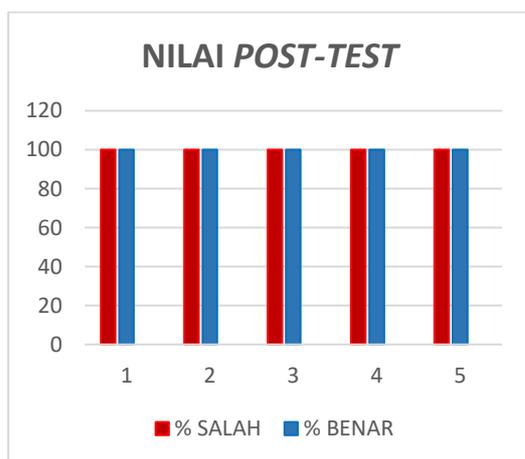


Gambar 2. Sesi Tanya Jawab

Kemudian dilakukan *post-test* untuk menilai keberhasilan dari pemberian materi yang dilaksanakan.

Tabel 2. Data hasil *post-test* siswa

No	Pertanyaan 1-5	Presentase (%)	
		Benar	Salah
1	Pertanyaan 1	100	0
2	Pertanyaan 2	100	0
3	Pertanyaan 3	100	0
4	Pertanyaan 4	100	0
5	Pertanyaan 5	100	0
	Rata-Rata	100	0



Gambar 4. Diagram Hasil *Post-test*

Berdasarkan hasil *post-test* yang telah diberikan semua pertanyaan sudah mampu dijawab dengan benar yaitu 100% siswa menjawab semua pertanyaan dengan benar. Berdasarkan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* yang ditunjukkan pada tabel di atas terlihat bahwa peserta penyuluhan dapat menerima pengetahuan dan meningkatkan pemahaman terkait penyakit GERD melalui penyuluhan yang telah dilakukan dan dapat dikatakan bahwa penyuluhan ini memberikan dampak positif bagi peserta terlihat dari adanya peningkatan persentase jawaban benar untuk setiap pertanyaan pada *post-test* yang diberikan. Diharapkan pengetahuan ini dapat pula menjadi solusi untuk para siswa

agar mengetahui bahaya dan pentingnya pencegahan penyakit GERD dan para siswa dapat mencegah dan melakukan tindakan preventif terhadap penyakit GERD serta menanamkan pola hidup sehat sejak dini baik untuk diri sendiri dan lingkungan sekitarnya.

4. DAFTAR PUSTAKA

- Bruley des Varannes S, Cestari R, Usova L, Triantafyllou K, Alvarez Sanchez A, Keim S, et al. Classification of adults suffering from typical gastroesophageal reflux disease symptoms: contribution of latent class analysis in a European observational study. *BMC Gastroenterol.* 2014 Jun 26;14:112
- Clarrett DM, Hachem C. Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Mo Med.* 2018 May-Jun;115(3):214-218.
- Mousa H, Hassan M. Gastroesophageal Reflux Disease. *Pediatr Clin North Am.* 2017 Jun;64(3):487-505.
- Simadibrata M. Gastroesophageal Reflux Disease in Indonesia. *Indonesian J Gastroenterol Hepatol Dig Endosc* 2010 Aug;11(2):53-4.