



Pencegahan Penyakit Dispepsia Sejak Dini Melalui Edukasi Kesehatan Kepada Siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate

Ferdian Hidayat, Abd Hakim Husen*

¹Jurusan Biomedik, Prodi Pendidikan Dokter, Universitas Khairun, Email: ferdian999@gmail.com

²Jurusan Biomedik, Prodi Pendidikan Dokter, Universitas Khairun, Email: abdhakim@unkhair.ac.id

ABSTRACT

Dyspepsia is a syndrome consisting of pain or discomfort in the pit of the stomach, bloating, nausea, vomiting, belching, feeling full quickly, and feeling full. This community service aims to improve knowledge and attitudes of students at SMP Negeri 1 Ternate City. The important method of preventing dyspepsia is through health education, so that healthy lifestyle behaviors can be achieved by maintaining a good diet and lifestyle. This community service activity was carried out by students and a team of lecturers from the Faculty of Medicine, Khairun University (FK Unkhair). The result of the service is that there has been delivery of material and discussions between the service team and students of SMP Negeri 1 Ternate City. The conclusion of the service is that there is an understanding of dyspepsia and how to prevent it as well as drugs that can reduce the pain. This Community Service Activity also shows that there is an increase in students' knowledge and attitudes. Almost all participants actively participated in the counseling activities by paying close attention to the material provided and asking questions when someone wanted to know more.

Keywords : *Dyspepsi; Health Education; Junior High School Students*

ABSTRAK

Dispepsia adalah suatu sindrom yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di ulu hati, kembung, mual, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, perut rasa penuh. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada siswa dan siswi di SMP Negeri 1 Kota Ternate. Metode pentingnya pencegahan penyakit dispepsia melalui penyuluhan kesehatan, sehingga dapat tercapai perilaku hidup sehat dengan menjaga pola makan dan gaya hidup yang baik. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa dan tim dosen Fakultas Kdokteran Universitas Khairun (FK Unkhair). Hasil pengabdian adalah telah terjadi penyampaian materi dan diskusi antara tim pengabdian dan siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate. Simpulan pengabdian adalah adanya pemahaman mengenai penyakit dispepsia dan cara pencegahannya serta obat yang dapat mengurangi rasa nyeri tersebut. Kegiatan Pengabdian Kepada masyarakat ini juga menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap para siswa. Hampir seluruh peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dengan memperhatikan materi yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan memberikan pertanyaan saat ada yang ingin lebih diketahui.

Kata Kunci : Dispepsia; Edukasi Kesehatan; Siswa SMP

Correspondence : Abd Hakim Husen
Email : abdhakim@unkhair.ac.id

PENDAHULUAN

Dispepsia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering ditemui pada praktek sehari-hari [1,2]. Diperkirakan hampir 30% kasus yang dijumpai pada praktek umum dan 60% pada praktek *gastroenterology* merupakan dyspepsia [3]. Penyakit dispepsia adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut bagian atas atau ulu hati. Dispepsia juga merupakan salah satu masalah kesehatan yang sangat sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari keluhan kesehatan yang berhubungan dengan makan atau keluhan yang berhubungan dengan gangguan saluran cerna [4].

Kesadaran masyarakat Indonesia yang masih sangat rendah mengenai pentingnya menjaga kesehatan lambung serta pengetahuan yang kurang tentang penyakit dispepsia. Dispepsia merupakan salah satu jenis penyakit yang tidak menular dan biasanya terjadi tidak hanya di Indonesia, tetapi juga banyak terjadi di dunia [5,6]. Kasus dispepsia di dunia mencapai 13-40% dari total populasi dalam setiap tahun. WHO memprediksi pada tahun 2020, proporsi angka kematian karena penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 73% dan proporsi kesakitan menjadi 60% di dunia, sedangkan untuk negara SEARO (*South East Asian Regional Office*) yaitu pada tahun 2020 diprediksi bahwa angka kematian dan kesakitan karena penyakit tidak menular akan meningkat menjadi 50% dan 42% [7].

Dispepsia merupakan penyakit yang sangat mengganggu aktivitas dan bila tidak ditangani dengan baik dapat berakibat fatal. Dispepsia merupakan keluhan umum yang dalam waktu tertentu dapat dialami oleh seseorang. Apabila seorang mengalami keluhan sindroma dispepsia tentunya akan memberikan dampak terhadap *health-related quality of life* karena dapat mengganggu aktivitas sehari-hari [8,9]. Faktor psikis dan emosi dapat memengaruhi fungsi saluran cerna dan mengakibatkan perubahan sekresi asam lambung, mempengaruhi fungsi saluran cerna, mempengaruhi motilitas dan *vaskularisasi mukosa* lambung serta menurunkan

ambang rangsang nyeri. Pasien dispepsia umumnya menderita ansietas, depresi dan neurotik lebih jelas dibandingkan orang normal [10].

Kurangnya pemahaman masyarakat terhadap penyakit dispepsia menjadi satu permasalahan dalam pencegahannya [11,12]. Untuk itu perlu ditanamkan sejak dini mengenai penyebab penyakit ini dan pencegahannya.

Berdasarkan fenomena tersebut, maka kami sebagai tim pengabdian berkomitmen untuk memberikan kontribusi negeri melalui pemberian edukasi yang bertujuan untuk peningkatan kesehatan melalui Pencegahan Penyakit Dispepsia Sejak Dini Melalui Edukasi Kesehatan Kepada Siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan PKM ini adalah sebagai berikut :

1. Bekerjasama dengan Mitra
Kegiatan PKM menjadi langkah awal Tim yang bekerja sama dengan pihak Mitra, dan melibatkan Mahasiswa yang turut berpartisipasi dalam kegiatan PKM ini. Sehingga penting untuk melakukan penyamaan persepsi di awal tentang tujuan dan target dari program PKM dengan pihak Sekolah.
2. Penyuluhan Program PKM
Langkah berikutnya, melakukan pengnalan dengan Tim PKM kepada para siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate, selanjutnya kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode pemberian materi penyuluhan pencegahan penyakit dispepsia sejak dini melalui edukasi kesehatan.
3. Diskusi
Melakukan tanya jawab dengan peserta PKM dan bimbingan terhadap mitra dan peserta yang terlibat dalam kegiatan PKM di SMP Negeri 1 Kota Ternate, dengan membentuk kemitraan dengan kader UKS sekolah.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh mahasiswa dan tim dosen Fakultas Kedokteran Universitas Khairun (FK Unkhair). Hal ini bertujuan agar masyarakat memiliki derajat kesehatan yang tinggi, melalui edukasi terhadap para siswa dan siswi di SMP Negeri 1 Kota Ternate, khususnya untuk mengurangi angka kejadian dispepsia dan mencegah terjadinya dispepsia sejak dini.

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Pencegahan Penyakit Dispepsia Sejak Dini Melalui Edukasi Kesehatan Kepada Siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate”, yang dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 16 Agustus tahun 2022, pukul 13.00-Selesai WIT. Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh para siswa dan siswi sebanyak 30 orang.

Tahap selanjutnya pada proses kegiatan ini yakni melakukan penyuluhan secara langsung tatap muka kepada siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate. Penyuluhan dispepsia diawali dengan pemaparan materi penyuluhan oleh Ketua Tim PKM dan para peserta yang ikut menyimak dengan baik, sehingga pada sesi tanya jawab banyak pertanyaan dan diskusi dari peserta dan pemateri. Materi dibuat dengan poin-poin disertai dengan gambar dan warna yang menarik. Dengan media yang menarik tersebut diharapkan masyarakat memiliki ketertarikan lebih untuk mendengarkan informasi yang disampaikan di dalamnya.



Gambar 1. Pemberian Materi dan diskusi dengan peserta



Gambar 2. Tim PKM FK Unkhair



Gambar 3. Foto bersama peserta PKM

PEMBAHASAN

Harapan dari kegiatan ini sebagai bentuk dari suatu cara pencegahan untuk mengurangi angka mortalitas dan morbiditas penyakit dispepsia, dengan cara memberikan edukasi kesehatan, sehingga diharapkan adanya perubahan perilaku masyarakat menjadi lebih baik dalam pencegahan dispepsia [13]. Hasil pencapaian target luaran kegiatan pengabdian masyarakat untuk setiap sesi dan indikator dilakukan dengan membandingkan antara kondisi mitra sebelum dan sesudah dilaksanakannya kegiatan pengabdian masyarakat.

Peningkatan pemahaman partisipan tidak terlepas dari kerja sama yang dijalankan oleh tim pengabdian selama berlangsungnya pengabdian ini terutama saat penyampaian materi tentang dyspepsia, mahasiswa selaku fasilitator senantiasa memberikan motivasi kepada siswa untuk

memperhatikan secara saksama materi yang dijelaskan.

Sejalan dengan penyuluhan yang dilakukan Putri dkk [14] melaporkan bahwa sebagian besar remaja diberikan penyuluhan lebih baik setelah penyuluhan dibandingkan sebelum penyuluhan tentang dispepsia sebagian besar remaja diberikan penyuluhan lebih baik setelah penyuluhan dibandingkan sebelum penyuluhan tentang dyspepsia.

Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui teknik praktik belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau memengaruhi perilaku manusia baik secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk meningkatkan kesadaran akan nilai kesehatan sehingga dengan sadar mau mengubah perilakunya menjadi perilaku hidup sehat [15].

Dalam proses penyuluhan ini yang dibutuhkan suatu metode ceramah, tanya jawab dan diskusi, metode penyuluhan ini merupakan suatu cara atau strategi yang dilakukan oleh seorang penyuluh dalam proses pemberian penyuluhan pada diri ibu hamil untuk mencapai tujuan. Penyampaian materi penyuluhan tidak hanya cukup dengan pemberian materi dan definisi, namun juga pemberian media leaflet. Akan tetapi apabila materi dan pemberian leaflet akan membuat ibu hamil jenuh sehingga dibutuhkan suatu metode yang menyenangkan dalam pembelajaran. Jadi untuk mendapatkan pembelajaran penyuluhan yang menyenangkan dan lebih memahami materinya kita dapat menggunakan metode kuesioner, karena dengan metode ini dapat menyangkut aspek (kognitif, psikomotor, dan afektif) [16].

SIMPULAN

Kesimpulan yang dapat ditarik dalam kegiatan ini adalah adanya pemahaman mengenai penyakit dispepsia dan cara pencegahannya serta obat yang dapat mengurangi rasa nyeri tersebut. Kegiatan Pengabdian Kepada masyarakat ini juga menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap para siswa. Hampir

seluruh peserta aktif mengikuti kegiatan penyuluhan dengan memperhatikan materi yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan memberikan pertanyaan saat ada yang ingin lebih diketahui.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada para pihak terutama Rektor dan Kepala LPPM Universitas Khairun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kefi CGB, Artawan IM, Dedy MAE, Lada CO. Hubungan Pola Makan dengan Sindroma Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal (CMJ)*. 2022;10(1):147–156. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
2. Palar S, Waleleng BJ. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Sindroma Dispepsia Fungsional Pada Remaja di Madrasah Aliyah Negeri Model Manado. *e-CliniC*. 2013;1(2). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Buran AS. Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Komprehensif Pada Tn. AK Yang Menderita Sindrom Dispepsia di Ruang Cendana Rs Bhayangkara Drs. Titus Uly Kupang. *Poltekkes Kemenkes Kupang*; 2019. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Cahyawati. Faktor Risiko Kejadian Dispepsia di Wilayah Kerja Puskesmas Amahai Wiwi Rumaolat. *Jurnal Forikes*. 2021;12(April):176–179. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Nugroho R. Gambaran Karakteristik Pasien dengan Sindrom Dispepsia di Puskesmas Rumbai. 2018; [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Ika I, Anto A, Lestiarini D. Pengaruh Sikap Pemenuhan Pola Makan Terhadap Pencegahan Gastritis Pada Mahasiswa. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*. 2021;1(1):25–30. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Fithriyana R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *PREPOTIF: Jurnal*

- Kesehatan Masyarakat. 2018;2(2):43–53. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Wahyu D, Supono NH. Pola Makan Sehari-hari Penderita Gastritis. *J Inf Kesehat Indones*. 2015;1(1). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Irfan W. Hubungan Pola Makan dan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta 2019. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FK; 2019. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Rafsanjani, Okdarisna, Usman, Yani, Syam B. Faktor yang Berhubungan dengan Pemilihan Tenaga Penolong Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Jantho Tahun 2019. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA)*. 2020;3(1):112–118. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Sumarni S, Andriani D. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Dispepsia. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (Jkf)*. 2019;2(1):61–66. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Afifah N. Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Semester Delapan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta. Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta; 2019. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Sari A, Anggaraini RS, Prasetyo RB, Ners PP, Awal S, Batam B. Upaya Pencegahan Dispepsia Menggunakan Bahan Alami sebagai Obat Herbal serta Kegiatan Penanaman Toga (Tanam Obat Keluarga) Kota Batam 2022. 2022;29–36. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Puteri AD, Yuristin D. Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja di SMAN 1 Kampar. *COVIT (Community Service of Health)*. 2022;2(1):215–219. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Abhinaja IW, Astuti PAS. Pengetahuan, Sikap Ibu Rumah Tangga Mengenai Infeksi Menular Seksual Termasuk HIV/AIDS Serta Perilaku Pencegahannya di Kelurahan Sanur, Kecamatan Denpasar Selatan, Kota Denpasar Tahun. *Kesehatan Masyarakat*. 2013;1(3):218-228. [[Link](#)] [[Google Scholar](#)]
16. Aryani D, Mardiana M, Ningrum DNA. Perilaku Pencegahan Infeksi Menular Seksual Pada Wanita Pekerja Seksual Kabupaten Tegal. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2015;10(2):160–168. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]