Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/K2JCE
Volume 05 | Nomor 02 | Desember | Tahun 2024
E-ISSN: 2964-8998

Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pengenalan Gangguan Kesehatan Pencernaan: Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) Dan Penanganannya

Diah Indriastuti[1], La Rangki[2], Yenti Purnamasari[3], Tahiruddin[4]
[1-2]Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo
[3]Prodi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo
[4]Prodi Sarjana keperawatan, STIKes Karya Kesehatan

Korespodensi
Diah Indriastuti
Keperawatan Komunitas, Prodi Sarjana Keperawatan,
Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo
Email: nsdiahindri@gmail.com

Kata Kunci:
GERD; Reflux;Penyuluhan

Keywords:
GERD; Reflux; Counseling

Abstrak. *Penyakit gastroesophageal reflux (GERD) adalah kondisi pencernaan yang berlangsung lama. Penyakit ini terkait dengan gaya hidup dan mudah kambuh saat penderitanya stres. Karena keduanya menyebabkan perih dan tekanan di dada, nyeri dada akibat GERD mirip dengan serangan jantung. Meskipun demikian, ada beberapa hal yang membedakan keduanya. Gerd terjadi ketika asam lambung naik kembali ke esofagus atau kerongkongan. Akibatnya, kerongkongan mengalami iritasi. Padatnya aktivitas masyarakat seringkali menyebabkan terganggunya pola makan, sehingga membutuhkan keteraturan dalam penentuan jam makan. Selain itu menu makan juga harus yang memenuhi kriteria sehat dan tidak mudah menyebabkan iritasi pencernaan. Masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan yang berbumbu tajam dan pedas sesuai tren yang sedang berkembang. Peserta penyuluhan menyebutkan bahwa seringkali melewatkan jam makan pagi atau sarapan dan pada saat makan siang mengkonsumsi makanan pedas dan berbumbu tajam. Hal ini dapat menjadi pemicu kejadian infeksi pencernaan dan gangguan pada lambung, terutama maag yang dapat memicu kejadian GERD. Sehingga penyuluhan kesehatan mengenai makanan sehat untuk penceraan juga penting untuk diberikan kepada masyarakat. Pemberian leaflet berguna untuk pengingat klien apabila ingin mengulangi informasi yang didapatkan saat penyuluhan. Selain itu dapat bermanfaat bagi keluarga klien yang dapat ikut membaca isi dari leaflet. Sehingga lebih banyak orang mengetahui mengenai penyakit GERD dan penanganannya.*

Abstract. *GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) is a chronic disease of the digestive system. This disease is closely related to lifestyle and easily recurs when the sufferer is stressed. Chest pain due to GERD is similar to a heart attack, because both cause a burning sensation and pressure in the chest. However, there are several things that make the two different. Gerd occurs when stomach acid rises back into the esophagus. As a result, the esophagus becomes irritated. The density of community activities often disrupts eating patterns, so that regularity is needed in determining meal times. In addition, the menu must also meet healthy criteria and not easily cause digestive irritation. People tend to consume foods that are spicy and hot according to current trends. Counseling participants said that they often skip breakfast and eat spicy and hot foods at lunch. This can trigger digestive infections and stomach disorders, especially ulcers that can trigger GERD. So health education about healthy food for*

digestion is also important to be given to the community. The provision of leaflets is useful as a reminder for clients if they want to repeat the information obtained during the education. In addition, it can be useful for the client's family who can also read the contents of the leaflet. So that more people know about GERD and its treatment.

Pendahuluan

Penyakit gastroesophageal reflux (GERD) adalah kondisi pencernaan yang berlangsung lama, penyakit ini terkait dengan gaya hidup dan mudah kambuh saat penderitanya stres(1,2) Asam lambung yang refluks atau kembali ke esofagus (3). Keduanya menyebabkan perih dan tekanan di dada, nyeri dada akibat GERD mirip dengan serangan jantung. Meskipun demikian, ada beberapa hal yang membedakan keduanya. Gerd terjadi ketika asam lambung naik kembali ke esofagus atau kerongkongan. Akibatnya, kerongkongan mengalami iritasi.

Kecemasan pasien akibat curiga dengan kejadian serangan jantung dapat meningkatkan peningkatan produksi asam lambung. Sehingga dapat memperburuk kejadian GERD. Masyarakat seringkali salah memahami tanda dan gelaja kejadian GERD dan serangan jantung(4,5). Rasa terbakar di ulu hati atau regurgitasu sering dirasakan oleh penderita (4–6).

Analisis situasi yang telah dipaparkan tentang pentingnya penyuluhan mengenai Gangguan Kesehatan Pencernaan: *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) Dan Penanganannya maka Dosen Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengambil lokasi pengabdian di Griya Sehat Syauqiya yang banyak memiliki pasien pad gangguan lambung seperti maag, asam lam ung dan GERD. Masyarakat sering salah memahami gejala GERD sebagai gangguan pada organ jantung dan tidak memahami penanganan sederhana utuk mencegah kondisi yang lebih parah. Pentingnya masyarakat membedakan antara gangguan GERD dengan permasalahn pada jantung serta penangana sederhana dapat meningkatkan keterampilan masayarakat dalam merawat kesehatan secara mandiri.

Melihat Permasalahan yang telah Diuraikan, Maka dosen pelaksana PKM Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo Kendari Bermaksud Melakukan Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pengenalan Gangguan Kesehatan Pencernaan : Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd) Dan Penanganannya

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gejala pada GERD dan penanganan sederhananya untuk mengurangi salah persepsi masyarakat pada gangguan jantung dan mencegah kondisi gangguan lambung menjadi lebih parah. Sehingga masyarakat dapat melakukan perawatan diri secara mandiri sehari-hari.

Metode

Kegiatan penyuluhan dilakukan untuk memberikan pemahaman kepada pasien dengan masalah kesehatan pada lambung terutama maag dan GERD. Materi ini akan diberikan oleh Dosen Pengabdian Kepada Masayarakat yang disertai dengan penyebaran leaflet berisi materi penyuluhan.

Hasil Dan Pembahasan

Persiapan kegiatan dari mulai dari audiensi dengan Griya Sehat Syauqiya. Dosen pengabdi menyiapkan materi dan metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Griya Sehat Syauqiya tanggal 08 Januari s.d 08 Februari 2024 pukul 16.00-18.00 WITA. Kegiatan penyuluhan kesehatan dilaksanakan dengan cara memberikan penyuluhan secara individu kepada klien dan pengantar kliaen, Kemudian memberikan leaflet setelah selesai sebagai pengingat materi di rumah dan untuk disampaikan juga pada keluarga yang lain. Kegiatan dilaksanakan dengan tertib dan lancar. Klien tidak keberatan untuk menerima penyuluhan sebelum menerima perawatan kesehatan.

Kegiatan berlangsung kurang lebih selama 30 menit untuk setiap klien. Kegiatan dibantu oleh Mahasiswa yang hadir dalam kegiatan. Masalah kesehatan dialami yaitu maag dan GERD dikarenakan kurang teratur dalam pola makan diantaranya rentang waktu makan yang tidak menentu. Selain itu klien mengatakan bahwa sering mengkonsumsi makanan yang sedang tren

dan beraroma pedas dengan tingkatan level tertentu. Klien mulai memahami penyebab gangguan pencernaannya dan mengatakan akan berusaha untuk teratur dalam menjaga pola makan dan jenis makanan yang dikonsumsi.

Kelemahan pada kegiatan pengabdian ini adalah waktu hadir klien yang tidak menentu. Klien karang datang pada malam hari di luar jadwal pelaksanaan yang telah diracang oleh tim pengabdi. Terkadang karena cuaca hujan, klien membatalkan kontrak waktu. Kekuatan pada kegiatan ini adalah Penerimaan yang baik pemilik Griya Sehat Syauqiya, tersedianya tempat yaitu di ruang praktik Griya Sehat Syauqiya, klien cukup ramah dan kooperatif.

Evaluasi kegiatan ini berupa:

1. Evaluasi struktur
   a. Proposal sudah disusun dan koordinasi dengan pihak Griya Sehat Syauqiya.
   b. Waktu pelaksanaan sesuai jadwal yaitu tanggal 8 januari – 9 januari 2024.
   c. Persiapan tempat, sarana dan prasarana telah tersedia.
2. Evaluasi proses
   a. Jumlah klien yang dapat diberikan penyuluhan sekitar 20 orang
   b. Jumlah mahasiswa yang hadir sebanyak 2 orang
   c. Acara dapat berjalan sesuai rencana
3. Evaluasi hasil
   Fasilitasi yang dilaksanakan oleh mahasiswa keperawatan Prodi Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo menumbuhkan rasa percaya pada klien sehingga klien mengungkapkan akan berusaha lebih sehat. Selain itu hasil dari penyuluhan menunjukkan klien telah memahami isi dari materi penyuluhan.



***Gambar 1**: Pelaksanaan Penyuluhan tentang GERD*

Simpulan Dan Saran

Penyuluhan kesehatan telah dilaksanakan dengan lancar selama 1 bulan, selain melaksanakan penyuluhan, juga membagikan leaflet pada peserta penyuluhan. Padatnya aktivitas masyarakat seringkali menyebabkan terganggunya pola makan, sehingga membutuhkan keteraturan dalam penentuan jam makan.

Selain itu menu makan juga harus yang memenuhi kriteria sehat dan tidak mudah menyebabkan iritasi pencernaan. Masyarakat cenderung mengkonsumsi makanan yang berbumbu tajam dan pedas sesuai tren yang sedang berkembang. Peserta penyuluhan menyebutkan bahwa seringkali melewatkan jam makan pagi atau sarapan dan pada saat makan siang mengkonsumsi makanan pedas dan berbumbu tajam.

Hal ini dapat menjadi pemicu kejadian infeksi pencernaan dan gangguan pada lambung, terutama maag yang dapat memicu kejadian GERD. Sehingga penyuluhan kesehatan mengenai makanan sehat untuk penceraan juga penting untuk diberikan kepada masyarakat.

Daftar Rujukan

1. Tarigan R, Pratomo B. Analisis Faktor Risiko Gastroesofageal Refluks di RSUD Saiful Anwar Malang. J Penyakit Dalam Indones. 2019;6(2):78.
2. Saputera MD, Budianto W. Diagnosis dan Tatalaksana Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) di Pusat Pelayanan Kesehatan Primer. Contin Med Educ. 2017;44(5):329–32.
3. American College of Gastroenterology : Advancing Gastroenterology IPC. Gi.org-Patient. 2023 [cited 2024 Jan 3]. Acid Reflux/GERD (gastroesophageal reflux disease). Available from: https://gi.org/topics/acid-reflux/
4. KAHRILAS PJ. GERD pathogenesis, pathophysiology, and clinical manifestations. Cleve Clin J Med. 2003;70.
5. Katz PO, Dunbar KB, Schnoll-Sussman FH, Greer KB, Yadlapati R, Spechler SJ. ACG Clinical Guideline for the Diagnosis and Management of Gastroesophageal Reflux Disease Philip. Am J Gastroenterol. 2022;115(12):919–20.

6. Radjamin ISP, Nusi IA, Kalanjati VP. Profil Penderita Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) dan Non-Erosive Reflux Disease (NERD) di RSUD dr. Soetomo Surabaya. Maj Bioformologi. 2019;29(01):13–8.