



EDUKASI PENCEGAHAN SINDROM DISPEPSIA PADA MASYARAKAT DI RSUD Dr ISHAK UMARELLA MALUKU TENGAH PROVINSI MALUKU

Rifah Zafarani Soumena^{1,2}

¹Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon,

²RSUD Dr Ishak Umarella, Tulehu, Maluku Tengah

Article Information

Article history:

Received January 19, 2024

Approved January 29, 2024

Keywords:

Sindrom Dispepsia

ABSTRACT

Dyspepsia syndrome is a collection of symptoms in the form of pain, a feeling of discomfort in the upper stomach that persists or recurs accompanied by other symptoms such as feeling full when eating, feeling full quickly, bloating, acting out, decreased appetite, nausea, vomiting, and burning in the chest. Daily work activities carried out by parents disrupt eating patterns. In addition, pediatric patients diagnosed with dyspepsia syndrome in the primary school age at Dr. Ishak Umarella Hospital are increasing. This can be caused by irregular eating patterns and being busy with activities so that you eat late. The aim of implementing this community service is to provide education to parents to maintain eating patterns and provide an example of regular eating to children. The method used in implementing this community service is by providing counseling through lectures and giving leaflets containing outreach material at Dr Ishak Umarella Hospital. The result of this community service activity is increased public awareness about the dangers and prevention of dyspepsia syndrome.

ABSTRAK

Sindrom dispepsia adalah sekumpulan gejala berupa nyeri, perasaan tidak enak pada perut bagian atas disertai dengan gejala lainnya seperti rasa penuh saat makan, cepat kenyang, kembung, bersandiwara, nafsu makan menurun, mual, muntah, dan dada terasa panas. Tingginya aktifitas pekerjaan sehari-hari yang dilakukan membuat pola makan terganggu. Selain itu pasien anak dengan diagnosis sindrom dispepsia dengan kelompok usia sekolah dasar di RSUD dr Ishak Umarella makin meningkat. Hal tersebut dapat disebabkan pola makan yang tidak teratur dan sibuknya beraktivitas sehingga terlambat makan. Tujuan pelaksanaan

kegiatan ini untuk memberikan edukasi kepada para orang tua menjaga pola makan dan memberikan contoh makan yang teratur kepada anak. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah dengan memberikan penyuluhan melalui ceramah dan memberikan leaflet berisi materi penyuluhan di Poli RSUD Dr Ishak Umarella. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya kesadaran masyarakat tentang bahaya dan pencegahan sindrom dispepsia. .

© 2024 EJOIN

*Corresponding author email: nahda.aja@gmail.com

PENDAHULUAN

Sindrom dispepsia adalah salah satu gangguan gastrointestinal yang paling umum dan menyerang lebih dari 20% populasi. Sindrom dispepsia memiliki gejala adanya satu atau lebih gejala berikut seperti nyeri atau rasa terbakar di epigastrium, rasa cepat kenyang, dan rasa penuh setelah makan.¹ Dari bahasa Yunani, Dispepsia berasal yaitu 'dys' dan 'pepsis' yang dapat didefinisikan sebagai masalah pencernaan.² Secara etiologi, dispepsia terbagi dua yaitu organik dan fungsional, untuk dispepsia organik adalah dispepsia yang memiliki gangguan struktur maupun patologi biokimia setelah dilakukan pemeriksaan penunjang seperti endoskopi, radiologi, dan pemeriksaan laboratorium, selain itu dispepsia fungsional merupakan dispepsia yang tidak memiliki gangguan struktur maupun patologi biokimia setelah dilakukan pemeriksaan penunjang lainnya seperti radiologi, endoskopi, dan pemeriksaan laboratorium.³

Prevalensi dispepsia fungsional bervariasi di seluruh dunia, dengan angka tertinggi sebesar 10% hingga 40% di negara-negara Barat, termasuk Amerika Serikat (AS). Prevalensi global berkisar antara 5% hingga 11%. Di negara-negara Asia, prevalensinya adalah 5% hingga 30%.⁴ Dispepsia disebabkan karena makan yang tidak teratur sehingga memicu timbulnya masalah lambung dan pencernaannya menjadi terganggu. Ketidakteraturan ini berhubungan dengan waktu makan, seperti berada dalam kondisi terlalu lapar namun kadang-kadang terlalu kenyang. Selain itu kondisi faktor lainnya yang memicu produksi asam lambung berlebihan, diantaranya beberapa zat kimia, seperti alkohol, umumnya obat penahan nyeri, asam cuka, makanan dan minuman yang bersifat asam, makanan yang pedas serta bumbu yang merangsang.⁵ 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.⁶

Kurangnya pemahaman masyarakat terhadap penyakit dispepsia menjadi satu permasalahan dalam mencegahnya. Selain orang tua sindrom dispepsia mulai ini juga mulai didapatkan pada pasien dengan usia 7-10 tahun di RSUD dr Ishak Umarella Tulehu Maluku Tengah. Untuk itu perlu ditanamkan sejak dini mengenai penyebab, faktor resiko dan pencegahan penyakit ini.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat :

1. Bekerjasama dengan Mitra

Pihak narasumber dari Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon bekerjasama dengan RSUD dr Ishak Umarella Tulehu Maluku Tengah

2. Tahap persiapan

Tahap persiapan sebelum dilakukan pengabdian masyarakat adalah mencari atau menentukan masalah prioritas yang sesuai dengan tempat pengabdian masyarakat dan sesuai dengan responden/ sasaran pengabdian masyarakat. Kemudian menyiapkan surat izin pengabdian masyarakat dan menyiapkan bahan yang akan digunakan saat pengabdian masyarakat.

3. Penyuluhan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan dimulai dengan pembukaan yang dilakukan oleh perwakilan dari RSUD dr Ishak Umarella Tulehu yang memperkenalkan narasumber dari fakultas kedokteran Universitas Pattimura Ambon yang akan mengisi kegiatan pengabdian masyarakat ini. Narasumber menyampaikan materi penyuluhan pencegahan sindrom dispepsia pada orang tua yang diharapkan dapat diteruskan kepada anak di rumah. Media edukasi berupa *leaflet* kepada peserta dan ada poster saat memberikan materi.

4. Diskusi

Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah interaktif antara narasumber dan peserta. Jumlah peserta yang ikut 27 peserta, kegiatan diikuti dengan antusias dan interaktif. Narasumber melakukan tanya jawab dengan peserta penyuluhan dan bimbingan terhadap mitra dan peserta yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan sindrom dispepsia tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan oleh dosen dan mahasiswa kepanitraan klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. Peserta merupakan masyarakat Kecamatan Salahutu yang datang ke RSUD dr Ishak Umarella Tulehu, Maluku Tengah. Melalui penyuluhan ini, derajat kesehatan masyarakat yang meningkat, khususnya untuk mengurangi angka kejadian sindrom dispepsia dan mencegah terjadinya sindrom dispepsia. Kegiatan dilaksanakan di Poliklinik RSUD dr Ishak Umarella Tulehu Kecamatan Salahutu Maluku Tengah. Kegiatan dilaksanakan tanggal 16 januari pukul 09.00 pagi hingga selesai.

Pada proses penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, dilanjutkan dengan tanya jawab dan diskusi. Metode penyuluhan ini, adalah strategi yang dilakukan seorang penyuluh saat proses memberikan penyuluhan agar dapat tercapai tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Penyampaian materi penyuluhan selain pemberian materi dengan ceramah, namun juga terdapat pemberian media *leaflet* yang dibuat dengan kalimat sederhana dan disertai gambar yang dapat membuat peserta cepat mengerti dan mengingat materi tersebut. Saat dilakukan penyuluhan narasumber memberikan penyuluhan dengan menggunakan poster.



Gambar 1. Poster penyuluhan

Tabel 1. Karakteristik peserta penyuluhan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	22.2
Perempuan	21	77.8
Usia		
<50 tahun	12	44.4
50-60 tahun	7	25.9
>60 tahun	8	29.7
Total	27	100

Peserta kegiatan berjumlah 27 peserta, dengan frekuensi jenis kelamin terbanyak adalah perempuan berjumlah 21 peserta dengan presentase 77.8%. Usia terbanyak yang mengikuti kegiatan ini adalah <50 tahun sejumlah 12 peserta dengan presentase 44.4%. Usia 50-60 tahun sejumlah 7 peserta dengan presentase 25.9%, dan usia >60 tahun sebanyak 8 peserta dengan presentase 29.7%.



Gambar 1. Foto saat narasumber memberikan penyuluhan

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di RSUD dr Ishak Umarella Tulehu mendapatkan hasil bahwa tingkat pengetahuan peserta masih rendah hal tersebut disebabkan banyak peserta yang belum mengetahui istilah sindrom dispepsia. Setelah narasumber menjelaskan beberapa peserta mulai mengerti tentang sindrom dispepsia dan beberapa dari peserta ada yang mengalami gejala yang termasuk dalam sindrom dispepsia.

Rata-rata peserta mengeluhkan gejala seperti sindrom dispepsia karena terlambat makan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya yaitu kelompok yang memiliki pola makan tidak teratur dapat berisiko 1,44 kali lipat dapat mengalami sindrom dispepsia dibandingkan kelompok memiliki pola makan teratur. Sebagian besar responden mengalami sindrom dispepsia dalam penelitian tersebut memiliki pola makan yang tidak teratur namun, terdapat pula responden yang memiliki pola makan teratur yang mengalami sindrom dispepsia.⁷ Sehingga disarankan untuk melakukan perilaku makan teratur yang dapat mempermudah lambung mengenali waktu makan sehingga produksi asam lambung dapat terkontrol.⁸ Perilaku makan yang tidak teratur, membuat lambung terus berkontraksi saat perut kosong, hal tersebut mengakibatkan mukosa pada lambung menjadi iritasi. Selain itu, produksi asam lambung berlebihan, memperburuk lapisan mukosa lambung sehingga menyebabkan ulkus peptik, dan menimbulkan rasa perih di daerah epigastrium.⁹ Makan terburu-buru menyebabkan produksi gas usus lebih banyak dari biasanya. Jenis makanan/minuman tertentu seperti minuman bersoda, durian, sawi, nangka, kubis, beras ketan, mie, singkong, dan talas dapat menyebabkan perut kembung. Makanan manis seperti kue tart dan makanan berlemak seperti keju, gorengan merupakan makanan yang lama di cerna sehingga menyebabkan hipersekresi cairan lambung yang dapat membuat nyeri pada lambung.¹¹

Pertanyaan yang ditanyakan oleh peserta berkaitan dengan penggunaan obat-obatan yang dapat memicu sindrom dispepsia, sehingga narasumber menjelaskan cara pencegahan dan penanganan sindrom dispepsia tersebut, mengingat beberapa peserta merupakan pasien tetap di RSUD dr Ishak Umarella Tulehu yang mengkonsumsi beberapa obat secara teratur. Kondisi faktor lainnya yang memicu produksi asam lambung berlebihan, diantaranya beberapa zat kimia, seperti alkohol, umumnya obat penahan nyeri, asam cuka, makanan dan minuman yang bersifat asam, makanan yang pedas serta bumbu yang merangsang.¹⁰

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan adanya pemahaman mengenai sindrom dispepsia dan cara pencegahannya, masyarakat juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat. Seluruh peserta memperhatikan materi yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan memberikan pertanyaan saat ada yang ingin lebih diketahui. Sebagai masukan sebaiknya kegiatan penyuluhan seperti ini dilanjutkan dengan tema yang berbeda sesuai dengan masalah kesehatan yang terjadi di daerah setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terselenggara dengan dukungan dari pihak RSUD Dr Ishak Umarella Tulehu Kecamatan Salahutu Maluku Tengah Provinsi Maluku dan dukungan narasumber dari Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Enck P, Azpiroz F, Boeckxstaens G, Elsenbruch S, Feinle-Bisset C, Holtmann G, Lackner JM, Ronkainen J, Schemann M, Stengel A, Tack J, Zipfel S, Talley NJ. Functional dyspepsia. *Nat Rev Dis Primers*. 2017;3(3):17081.
- [2] Zakiyah Wildani, Mukni GI. Definisi, penyebab, klasifikasi, dan terapi sindrom. *J Health Sains*. 2021;2(7):1-8
- [3] Barberio B, Mahadeva S, Black CJ, Savarino E V., Ford AC. Systematic review with meta-analysis: global prevalence of uninvestigated dyspepsia according to the Rome criteria. *Aliment Pharmacol Ther*. 2020;52(5):762-73.
- [4] Aziz I, Palsson OS, Whitehead WE, Sperber AD, Simrén M, Törnblom H. Epidemiology, clinical characteristics, and associations for rome IV functional nausea and vomiting disorders in adults. *Clin Gastroenterol Hepatol*. 2019;17(5):878-86.
- [5] Fithriyana, R. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kejadian dispepsia pada pasien di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *PREPOTIF Jurnal Kes Masy*. 2018;2(2):43-54.
- [6] Irfan W. Hubungan Pola Makan Dan Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Uin Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2019 [skripsi]. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta; 2019. Fak Kedokt UIN SYarif Hidayatullah Jakarta. 2019.
- [7] Putri NA, Maria I, Mulyadi D. Hubungan karakteristik individu, pola makan, dan stress dengan kejadian dyspepsia pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Jambi Angkatan 2018. *JOMS*. 2022;2(1):1-11
- [8] Saputra WA. Faktor Resiko Kejadian Gastritis Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Global Health Science*. 2017
- [9] Hidayah AN, Rahmah Y, Hasanah N. Perbedaan Tingkat Stres, Keteraturan Makan Dan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Siswa Asrama Dan Non Asrama Di Smk Kesehatan Samarinda. *Heal Sci J*. 2020;2(1):1-12.
- [10] Arsyad RP, Irmainsi I, Hidayaturrami H. The Relationship Between Dyspepsia Syndrome and Students' Learning Achievement at SMAN 4 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Biomedis*. 2018;4(1):1-7.
- [11] Hidayat F, Husen HA, Pencegahan Penyakit Dispepsia Sejak Dini Melalui Edukasi Kesehatan Kepada Siswa SMP Negeri 1 Kota Ternate. *Meambo*. 2022;1(2):1-5.