**Madago Community Empowerment for Health Journal**
**Volume 4, Nomor 1, Tahun 2024**
**p-ISSN: 2808-8247& e-ISSN: 2808-7003**
**DOI:** 10.33860/mce.v4i1.4047
**http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/mce**

# Upaya Pengelolaan Penyakit Gastritis Pada Masyarakat di RT 5 Kelurahan Tabalu

## *Efforts in Managing Gastritis Disease in the Community of RT 5, Tabalu Village*

**Salsabilla Dg Malinta*, Ferensia Karenia Yanala, Magfira S Akuba, Salsha Deswita Sari, Nirva Rantesigi**
Prodi D-III Keperawatan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Poso, Indonesia
*Email korespondensi: salsamalinta86@gmail.com

***Article History:***
*Received : 4-12-2024*
*Accepted : 30-12-2024*
*Published : 31-12-2024*

**Kata Kunci:**

Gastritis;
Edukasi;
Masyarakat.

**ABSTRAK**

Gastritis merupakan peradangan pada lapisan mukosa lambung yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk infeksi bakteri *Helicobacter pylori*, konsumsi obat, alkohol, dan stres. Kondisi ini dapat mengganggu kualitas hidup penderita sehingga pengetahuan masyarakat tentang cara penanganan gastritis diperlukan untuk dapat mengelola gastritis dengan baik. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat RT 5 Kelurahan Tabalu mengenai penanganan gastritis, termasuk pencegahan dan pengelolaannya. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 13 Oktober 2024 dengan melibatkan 16 orang warga RT 5 Kelurahan Tabalu. Kegiatan dimulai dengan sosialisasi kegiatan dengan RT 5, edukasi mengenai gastritis, diskusi dan evaluasi. Hasil Kegiatan menunjukkan pengetahuan masyarakat mengenai gastritis dan langkah-langkah penanganannya meningkat dari skor rata-rata 38 menjadi 82 setelah edukasi. Peserta aktif berpartisipasi dalam diskusi dan menunjukkan sikap positif terhadap informasi yang diberikan. Disarankan agar kegiatan edukasi tentang gastritis dilakukan secara berkala untuk memperluas pemahaman tentang pencegahan dan pengelolaan gastritis di Masyarakat.

***Keywords:***

*Gastritis;*
*Education;*
*Community.*

***ABSTRACT***

*Gastritis is an inflammation of the stomach mucosa that can be caused by various factors, including Helicobacter pylori bacterial infection, medication use, alcohol, and stress. This condition can affect the quality of life of sufferers, so it is important for the community to understand how to manage gastritis effectively. This community service aims to increase the knowledge of RT 5 residents in village Tabalu about the management of gastritis, including its prevention and treatment. The activity took place on October 13, 2024, with the participation of 16 RT 5 residents. The event began with a socialization session with RT 5, followed by education on gastritis, discussions, and evaluations. The results showed an increase in the community's knowledge of gastritis and its management steps, with the average score rising from 38 to 82 after the education. Participants actively participated in the discussion and showed a positive attitude towards the information provided. It is recommended that educational activities about gastritis be conducted regularly to broaden the understanding of its prevention and management in the community.*

*©2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)*

## PENDAHULUAN

Gastritis adalah peradangan pada lapisan mukosa lambung yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk infeksi, konsumsi obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID), alkohol, dan stress (Ferrer et al., 2024). Gastritis merupakan salah satu gangguan gastrointestinal yang paling sering ditemui di masyarakat dan memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup penderitanya. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), gastritis menjadi salah satu masalah kesehatan utama yang dialami oleh populasi global, dengan prevalensinya yang terus meningkat (Nora et al., 2024). Kondisi ini seringkali ditandai dengan gejala yang bervariasi, seperti nyeri perut, mual, gangguan pencernaan, dan rasa tidak nyaman pada perut yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Brugnera et al., 2024). Oleh karena itu, pengelolaan yang tepat untuk mencegah perkembangan gastritis menjadi penting untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Pengelolaan gastritis yang efektif melibatkan kombinasi pendekatan medis dan perubahan gaya hidup. Terapi medis umumnya meliputi pemberian obat-obatan seperti antibiotik untuk mengatasi infeksi H. pylori, penghambat asam lambung, dan obat yang melindungi mukosa lambung. Penggunaan obat-obatan ini bertujuan untuk mengurangi peradangan, mengurangi produksi asam lambung, dan mempercepat penyembuhan lapisan mukosa lambung yang rusak (Majumdar & Looi, 2024). Namun, selain pengobatan medis, perubahan gaya hidup juga memegang peran penting dalam pengelolaan gastritis (Kim, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa diet seimbang yang rendah lemak dan tinggi serat dapat membantu mengurangi peradangan lambung dan meningkatkan proses penyembuhan (Mukhopadhyay, 2019). Menghindari makanan yang dapat memicu iritasi, seperti makanan pedas, asam, atau berlemak, juga penting untuk mempercepat pemulihan dari gastritis. Manajemen stres, seperti teknik relaksasi dan meditasi, juga terbukti efektif dalam mengurangi gejala gastritis dan meningkatkan kualitas hidup penderita (Rahman et al., 2022). Mengurangi konsumsi alkohol dan berhenti merokok juga menjadi langkah penting dalam pengelolaan gastritis (Garcés-Durán et al., 2023). Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai faktor penyebab, patogenesis, serta pengelolaan gastritis menjadi sangat penting untuk mencegah dampak negatif yang lebih lanjut (Yuningsih et al., 2024).

Gastritis merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup umum ditemukan di masyarakat, termasuk di wilayah tempat pengabdian ini dilakukan, yaitu di Kelurahan Tabalu, khususnya di RT 5. Gastritis dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya, dan meskipun gangguan ini dapat diatasi dengan pengelolaan yang tepat, pengetahuan masyarakat tentang penyakit ini dan cara penanganannya masih tergolong rendah (Chung, 2022). Di RT 5 Kelurahan Tabalu, banyak warga yang belum sepenuhnya memahami penyebab, gejala, serta langkah-langkah pencegahan dan pengobatan gastritis.

Masalah ini diperburuk dengan pola hidup yang kurang sehat, seperti konsumsi makanan yang tidak seimbang (Yuan, 2023), kebiasaan mengkonsumsi makanan pedas atau berlemak (Qiao et al., 2024), serta tingkat stres yang tinggi (Rugge et al., 2020). Kebiasaan buruk seperti ini seringkali tidak disadari oleh masyarakat, padahal berperan penting dalam memicu terjadinya gastritis (Kamilovich & Saidovna, 2023).

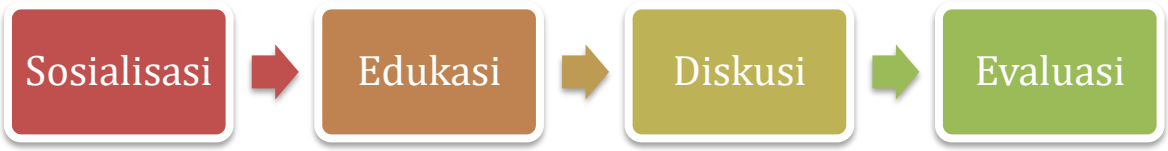
Pengaruh pola makan yang buruk, kurangnya edukasi kesehatan, serta kurangnya pemahaman mengenai risiko terkait gastritis berisiko membuat kondisi ini semakin meluas dan mempengaruhi lebih banyak orang di wilayah tersebut. Oleh karena itu, dibutuhkan upaya penyuluhan dan edukasi yang lebih intensif di masyarakat RT 5 untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang gastritis dan cara-cara efektif dalam mencegah serta mengelola kondisi ini. Untuk itu Tim pengabdi melakukan Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman Masyarakat RT 5 dalam mengelola penyakit gastritis.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada tanggal 13 Oktober 2024 di Kelurahan Tabalu, khususnya di RT 5, RW 2. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gastritis, termasuk pencegahan, pengelolaan, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala. Metode pelaksanaan pengabdian ini dirancang agar dapat memberikan pemahaman yang menyeluruh kepada peserta mengenai gastritis. Berikut adalah langkah-langkah pelaksanaan pengabdian :

1. Sosialisasi Kegiatan
   Sosialisasi dilakukan melalui pertemuan dengan perangkat Kelurahan RT 5 yang melibatkan ketua RT, sekretaris, dan beberapa anggota RT yang relevan. Dalam pertemuan ini, pengabdian menyampaikan informasi mengenai tujuan dan manfaat dari edukasi gastritis, serta mengajak perangkat Kelurahan untuk berpartisipasi aktif dalam mendukung kegiatan ini
2. Edukasi
   Setelah sosialisasi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi edukasi mengenai gastritis. Materi yang disampaikan mencakup berbagai aspek terkait dengan penyakit gastritis, mulai dari pengertian dasar gastritis, penyebab-penyebab utama, gejala yang sering muncul, hingga cara pencegahan dan pengelolaan yang efektif. Edukasi dilakukan dengan menggunakan media slide presentasi, yang memudahkan peserta untuk mengikuti dan memahami materi yang diberikan
3. Diskusi dan Tanya Jawab
   Setelah sesi edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif. Pada tahap ini, peserta diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan seputar gastritis dan cara-cara penanganannya. Diskusi ini bertujuan untuk menggali pemahaman peserta dan memberi mereka kesempatan untuk berbagi pengalaman pribadi terkait dengan gangguan pencernaan atau masalah kesehatan yang mereka alami.

4. Evaluasi
   Sebagai bagian dari penilaian efektivitas kegiatan edukasi, dilakukan evaluasi untuk mengukur seberapa besar peningkatan pengetahuan peserta mengenai gastritis setelah mengikuti kegiatan. Evaluasi dilakukan dengan cara memberikan kuesioner yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan informasi yang telah disampaikan dalam sesi edukasi dan diskusi




*Gambar 1 Bagan Alur Kegiatan Pengabdian*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat di RT 5 Kelurahan Tabalu dilaksanakan pada tanggal 13 Oktober 2024 dengan melibatkan 16 orang peserta. Kegiatan dilakukan di Balai Kelurahan Tabalu. Kegiatan berlangsung selama 45 menit. Adapun hasil kegiatan digambarkan sebagai berikut :

1. Sosialisasi
   Kegiatan dimulai dengan pendataan warga yang ingin mengikuti kegiatan edukasi. Sosialisasi dilakukan kepada perangkat Kelurahan dan masyarakat untuk memberi informasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan lambung dan mengenali gejala gastritis. Hasilnya, 16 orang warga RT 5 secara sukarela bergabung dalam kegiatan ini. Sosialisasi yang dilakukan telah berjalan lancar, dan masyarakat menunjukkan minat yang tinggi terhadap topik yang dibahas.

*Gambar 3 Sosilisasi Kegiatan dengan perangkat Desa*

*Gambar 2 Sosilisasi Kegiatan di Keluarga*

2. Edukasi

Edukasi mengenai gastritis disampaikan kepada peserta selama 15 menit. Materi yang diberikan mencakup pengertian gastritis, penyebabnya, gejala yang sering muncul, serta langkah-langkah pencegahan dan pengelolaan gastritis. Peserta tampak antusias mengikuti sesi edukasi dan menunjukkan perhatian yang baik terhadap penjelasan yang diberikan. Materi pertama yang disampaikan adalah pengertian gastritis sebagai peradangan pada lapisan mukosa lambung. Peserta dapat memahami bahwa gastritis bukan hanya masalah pencernaan biasa, melainkan kondisi medis yang perlu perhatian khusus. Menyampaikan dasar-dasar tentang gastritis sangat penting untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit ini dan potensi dampaknya terhadap kesehatan secara keseluruhan (Fadli et al., 2019). Materi mengenai gejala gastritis, seperti nyeri perut, mual, kembung, dan gangguan pencernaan, membantu peserta mengenali tanda-tanda awal yang mungkin mereka alami. Ini penting agar mereka dapat segera mencari pengobatan atau melakukan langkah pencegahan sebelum kondisi berkembang lebih lanjut. Penyampaian gejala yang mudah dipahami memungkinkan peserta untuk lebih waspada terhadap kondisi kesehatannya.

Selama sesi edukasi, peserta menunjukkan antusiasme terhadap materi yang disampaikan, dengan aktif mengajukan pertanyaan yang berkaitan dengan kebiasaan makan, jenis makanan yang perlu dihindari, serta bagaimana cara mengelola stres agar tidak berdampak pada kesehatan lambung. Ini menunjukkan bahwa masyarakat tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga memproses dan berusaha menghubungkan informasi yang diberikan dengan situasi mereka sehari-hari. Pertanyaan yang diajukan menunjukkan tingkat pemahaman yang baik dan keinginan mereka untuk lebih memahami cara-cara efektif dalam menjaga kesehatan lambung.

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi mengenai gastritis dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit ini. Partisipasi aktif peserta dan respons positif terhadap materi yang disampaikan menunjukkan bahwa warga merasa terbantu dan lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan lambung. Keberhasilan ini juga menunjukkan bahwa edukasi berbasis komunitas dapat menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang masalah kesehatan yang umum namun sering diabaikan (Amaludin et al., 2024).

*Gambar 4 Edukasi tentang gastritis pada Warga RT 5*

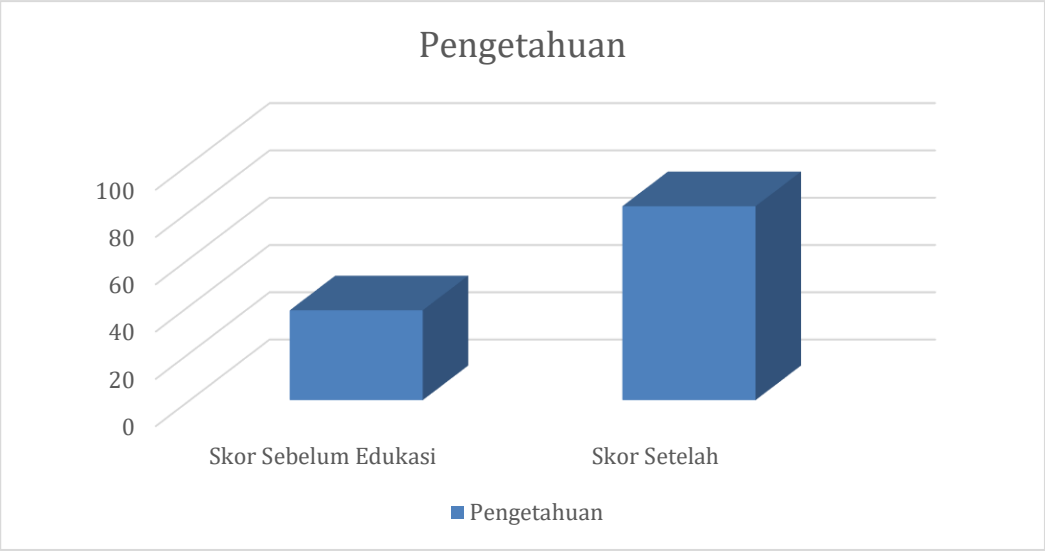
3. Diskusi

   Sesi tanya jawab berjalan interaktif, dimana peserta menanyakan berbagai pertanyaan seputar gastritis, seperti cara mencegahnya, diet yang dianjurkan, dan bagaimana cara mengelola stres yang dapat mempengaruhi kesehatan lambung. Peserta menunjukkan keinginan yang tinggi untuk memahami lebih dalam mengenai topik edukasi dan bagaimana informasi tersebut bisa diterapkan dalam kehidupan sehari-hari warga.

*Gambar 5 Sesi Diskusi dan Tanya Jawab*

4. Evaluasi

   Sebelum dan setelah kegiatan, peserta diminta untuk mengisi kuesioner yang mengukur tingkat pengetahuan mereka mengenai gastritis. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan yang signifikan pada skor rata-rata pengetahuan peserta, dari 38 sebelum kegiatan menjadi 82 setelah edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang gastritis dan cara penanganannya. Skor pengetahuan yang rendah sebelum edukasi menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat RT 5 mengenai gastritis masih terbatas dan banyak yang belum memahami dengan jelas apa itu gastritis, penyebabnya, gejalanya, dan bagaimana cara mengelolanya dengan baik. Beberapa faktor yang mungkin mempengaruhi rendahnya pengetahuan ini adalah kurangnya edukasi formal tentang gastritis, serta keterbatasan informasi yang diterima masyarakat terkait penyakit gastritis. Setelah kegiatan edukasi selesai, peserta diminta untuk mengisi kuesioner yang sama untuk mengevaluasi pemahaman mereka setelah menerima materi. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat secara signifikan, yaitu menjadi 82. Peningkatan ini menggambarkan materi edukasi dapat dipahami dengan baik oleh peserta.




*Gambar 6 Grafik Pengetahuan Peserta Sebelum dan Setelah Edukasi*

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengeabdian kepada Masyarakat di RT 5 Kelurahan dengan tema Upaya Pengelolaan Penyakit Gastritis Pada Masyarakat berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai penyakit gastritis, termasuk penyebab, gejala, serta langkah-langkah pencegahan dan pengelolaannya. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan skor rata-rata pengetahuan peserta dari 38 sebelum edukasi menjadi 82 setelah edukasi. Masyarakat diharapkan dapat menerapkan gaya hidup sehat, termasuk menjaga pola makan yang seimbang, menghindari konsumsi makanan yang merangsang lambung, dan mengelola stres secara efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

Amaludin, M., Safitri, D., Arisandi, D., & ... (2024). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM) di Desa Temajuk Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas. *Jurnal Kreativitas ...*. https://ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kreativitas/article/view/14769

Brugnera, A., Remondi, C., La Tona, A., Nembrini, G., Lo Coco, G., Compare, A., Cardinali, A., Scollato, A., Marchetti, F., Bonetti, M., & Pigozzi, M. G. (2024). Kualitas Hidup dan Prediktor Psikososial pada Pasien dengan Gangguan Interaksi Usus-Otak: Perbandingan dengan Kontrol yang Sesuai Usia dan Jenis Kelamin. *Healthcare*, *12*(7), 757. https://doi.org/10.3390/healthcare12070757

Chung, D. (2022). Gastritis iskemik dan perforasi. *Annals of Medicine & Surgery*, *73*. https://doi.org/10.1016/j.amsu.2021.103212

Fadli, Resky, & Sastria, A. (2019). Pengaruh Terapi Dzikir terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Gastritis. *Jurnal Kesehatan*, *10*(2), 169. https://doi.org/10.26630/jk.v10i2.1192

Ferrer, C. S., García, J. L. R., & Martín-Arranz, M. D. (2024). Gastritis dan gastropati (I).

Gastritis menular dan beracun. *Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, *14*(2), 76–82. https://doi.org/10.1016/j.med.2024.02.002

Garcés-Durán, R., Llach, J., Da Fierno, A., Córdova, H., & Fernández-Esparrach, G. (2023). Diagnosis endoskopi infeksi H. pylori. *Gastroenterología y Hepatología (English Edition)*, *46*(6), 483–488. https://doi.org/10.1016/j.gastre.2022.09.006

Kamilovich, O. A., & Saidovna, O. G. (2023). Prestasi dan Prospek Pengobatan Gastritis Kronis. *Academia Open*, *7*. https://doi.org/10.21070/acopen.7.2022.5716

Kim, N. (2023). Sinopsis Penyakit Terkait H. pylori. In *Helicobacter pylori* (pp. 217–228). Springer Nature Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-97-0013-4_17

Majumdar, D., & Looi, S. (2024). Infeksi Helicobacter pylori dan tukak lambung. *Medicine*, *52*(3), 152–160. https://doi.org/10.1016/j.mpmed.2023.12.006

Mukhopadhyay, J. (2019). Perlunya kesadaran masyarakat: Penyakit tukak lambung. *The Journal of Community Health Management*, *6*(2), 64–65. https://doi.org/10.18231/j.jchm.2019.014

Nora, R., Oktarini, S., Sari, Y. P., Bachri, Y., Putri, M., Utami, A. S., & Prima, R. (2024). Pendidikan Kesehatan Tentang Gastritis Pada Lansia Di Pstw Kasih Sayang Ibu Batusangkar. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *2*(7), 1103–1107. https://doi.org/10.55681/ejoin.v2i7.3164

Qiao, K., Song, Z., Liang, L., Zhou, X., Feng, X., Xu, Y., Yang, R., Sun, B., & Zhang, Y. (2024). Menggali Mekanisme yang Mendasari Pengobatan Pencegahan Terkait Faktor Pola Makan untuk Penyakit Lambung. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, *72*(32), 17782–17801. https://doi.org/10.1021/acs.jafc.4c05361

Rahman, I. A., Nurapandi, A., Waluyo, E. M. J., Kurniawan, R., & Risgia, G. (2022). Hubungan Pola Makan dengan Gastritis pada Remaja. *JURNAL VNUS (Vocational Nursing Sciences)*, *4*(2), 50–59. https://doi.org/10.52221/jvnus.v4i2.151

Rugge, M., Sugano, K., Sacchi, D., Sbaraglia, M., & Malfertheiner, P. (2020). Gastritis: An Update in 2020. *Current Treatment Options in Gastroenterology*, *18*(3), 488–503. https://doi.org/10.1007/s11938-020-00298-8

Yuan, M. (2023). Status penelitian faktor risiko maag atrofi kronis. *Theoretical and Natural Science*, *16*(1), 171–177. https://doi.org/10.54254/2753-8818/16/20240566

Yuningsih, S. H., Azahra, A. S., & Hidayana, R. A. (2024). Pengetahuan dan Sikap Mengenai Dispepsia dalam Upaya Pencegahan Gastritis: Tinjauan Pustaka. *International Journal of Ethno-Sciences and Education Research*, *4*(2), 49–53. https://doi.org/10.46336/ijeer.v4i2.613