

ULKUS PEPTIKUM DAN GERD (BAHAYA DAN PENYEBABNYA) *PEPTIC ULCER AND GERD (DANGER AND CAUSES)*

Diana Laila Ramatillah ^{1*}, Fajar Amirulah ², Elvira Ramadhani ³,
Indi Ulpatu Rabbi ⁴, Diana Lestari ⁵, Rahel De Carvalho ⁶, Fina Feronica Katangon ⁷,
Diandra Garneta Putri ⁸

Fakultas Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945
Jakarta, Jakarta Utara, 14350

SUBMISSION TRACK

Submitted : 15 Juni 2024
Accepted : 18 Juni 2025
Published : 19 Juni 2025

KEYWORDS

Peptic Ulcer, GERD, Adolescents,
Health Education, Interactive
Education

Ulkus Peptikum, GERD, Penyuluhan
Kesehatan, Remaja, Literasi
Kesehatan, Pengabdian Masyarakat

CORRESPONDENCE

No:

E-mail:

A B S T R A C T

Gastric ulcers and gastroesophageal reflux disease (GERD) are common gastrointestinal diseases, especially in developing countries such as Indonesia, and can significantly impair quality of life if not treated properly. Health education is a preventive measure that aims to increase public awareness, especially among adolescents, about this condition. The goal of this activity is to improve students' understanding of peptic ulcers and GERD using instructional and interactive methods. This activity was carried out at SMA Negeri 41 North Jakarta, involving 39 participants from class X. The methodology used included material planning, direct education delivery through PowerPoint presentations, and assessment through initial tests and final tests. The findings of the study showed an increase in students' understanding, especially regarding the etiology of peptic ulcers and the dangers associated with NSAID consumption, with the proportion of accurate responses increasing from 69% to 80%. In conclusion, this education has shown efficacy in improving participants' understanding of peptic ulcers and GERD. This exercise aims to increase adolescents' understanding of the importance of maintaining a healthy digestive tract through a healthy lifestyle and proactive preventive measures

A B S T R A K

Tukak lambung dan penyakit refluks gastroesofageal (GERD) merupakan penyakit gastrointestinal yang umum, terutama di negara berkembang seperti Indonesia, dan dapat mengganggu kualitas hidup secara signifikan jika tidak ditangani dengan baik. Pendidikan kesehatan merupakan tindakan pencegahan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama di kalangan remaja, mengenai kondisi ini. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang tukak lambung dan GERD menggunakan metode instruksional dan interaktif. Kegiatan ini dilaksanakan di SMA Negeri 41 Jakarta Utara, melibatkan 39 peserta dari kelas X. Metodologi yang digunakan meliputi perencanaan materi, penyampaian pendidikan langsung melalui presentasi PowerPoint, dan penilaian melalui tes awal dan tes akhir. Temuan penelitian menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa, terutama mengenai etiologi tukak lambung dan bahaya yang terkait dengan konsumsi NSAID, dengan proporsi respons yang akurat meningkat dari 69% menjadi 80%. Sebagai kesimpulan, pendidikan ini telah menunjukkan kemanjuran dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang tukak lambung dan GERD. Latihan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pentingnya menjaga kesehatan saluran pencernaan melalui gaya hidup sehat dan tindakan pencegahan proaktif.

PENDAHULUAN

Penyakit tukak lambung (PUD) dan penyakit refluks gastroesofageal (GERD) merupakan dua penyakit gastrointestinal yang cukup menonjol dan berdampak besar pada kesehatan masyarakat Indonesia. Tukak lambung terutama disebabkan oleh infeksi *Helicobacter pylori* dan penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) yang dapat merusak mukosa lambung dan menimbulkan gejala seperti nyeri epigastrium, mual, dan dispepsia (Dwitama & Darusman, 2022).

Saat ini, GERD memengaruhi sekitar 10–15% remaja di Indonesia dan telah menunjukkan kecenderungan meningkat selama pandemi COVID-19, yang disebabkan oleh kebiasaan makan yang buruk, berkurangnya aktivitas fisik, dan meningkatnya tingkat stres. Pada remaja, konsumsi makanan berlemak tinggi, rendah nutrisi, dan manajemen stres yang tidak memadai merupakan variabel penyebab utama. Studi menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang berfokus pada manajemen makanan dan stres dapat meningkatkan pemahaman dan membantu remaja dalam mengelola gejala GERD (Solikah & Waluyo, 2023). Penyakit ini menggaris bawahi perlunya strategi proaktif dan preventif melalui pendidikan kesehatan yang terfokus untuk demografi remaja.

Penyakit refluks gastroesofageal (GERD) merupakan masalah di seluruh dunia, dengan prevalensi 8% hingga 33% secara global, dengan insiden yang lebih besar di negara-negara berpenghasilan tinggi, sekitar 20% dari populasi orang dewasa (Maret *et al.*, 2020). Penyakit ini menyebabkan gejala seperti nyeri ulu hati dan regurgitasi yang sangat mengganggu aktivitas sehari-hari, tidur, dan kualitas hidup secara umum. GERD yang tidak diobati dapat menyebabkan masalah termasuk esofagitis, striktur esofagus, esofagus Barrett, dan peningkatan risiko kanker esofagus. Interkoneksi GERD dengan kondisi lain seperti IBS dan dispepsia fungsional mempersulit simtomatologi dan intervensi pengobatan (Alshamri *et al.*, 2023).

Penyakit tukak lambung memengaruhi sekitar 1% populasi AS, dengan konsekuensi seperti pendarahan, perforasi, dan penyumbatan pilorus. Jika diabaikan, penyakit tukak lambung dapat mengakibatkan rawat inap berulang dan meningkatkan risiko kematian. Pengobatan utama tetap menggunakan penghambat pompa proton (PPI), yang telah menunjukkan kemanjuran dalam mengurangi sekresi asam dan mempercepat penyembuhan (Hassan *et al.*, 2024). Selain itu, intervensi nonfarmakologis, termasuk perubahan gaya hidup, berhenti merokok, dan penurunan berat badan, disarankan, terutama bagi penderita GERD. Manajemen yang efisien sangat penting untuk mencegah konsekuensi jangka panjang dari kedua penyakit tersebut.

Aspek patofisiologis utama GERD meliputi disfungsi sfingter esofagus bagian bawah, relaksasi LES yang tidak tepat, dan adanya hernia hiatus (Tufail *et al.*, 2022). Penggabungan disfungsi ini mengakibatkan refluks asam lambung ke esofagus dan iritasi berikutnya pada mukosa esofagus, yang berpuncak pada gejala khas seperti nyeri ulu hati dan ketidaknyamanan retrosternal. Yarrantseva *et al* juga menyampaikan bahwa diagnosis awal biasanya ditegakkan secara klinis, dan jika tidak efektif, dilanjutkan dengan endoskopi atau pemantauan pH. Penatalaksanaan komprehensif mencakup pengobatan berbasis PPI, modifikasi pola makan, dan prosedur pembedahan seperti fundoplikasi pada kasus kronis atau refrakter (Prattay *et al.*, 2024). Prevalensi tinggi, gejala persisten, dan risiko konsekuensi parah yang terkait dengan tukak lambung dan GERD merupakan beban klinis signifikan yang memerlukan perawatan mendesak. Koeksistensi GERD dengan gangguan lain, seperti displasia jaringan ikat tak berdiferensiasi, menggarisbawahi perlunya strategi pengobatan komprehensif yang mencakup dimensi medis, gaya hidup, dan psikososial. Oleh karena itu, pendekatan nasional sangat penting, yang mencakup skrining dini, edukasi kesehatan masyarakat, dan integrasi terapi farmakologis untuk mengurangi beban penyakit ini di seluruh Indonesia.

Meskipun prevalensi gangguan gastrointestinal seperti tukak lambung dan GERD pada remaja cukup tinggi, literasi kesehatan terkait penyakit ini masih belum memadai. Sebuah penelitian di Bangladesh mendokumentasikan prevalensi GERD sebesar 55,7% di kalangan remaja, yang terkait dengan faktor risiko termasuk riwayat keluarga, kebiasaan makan tidak teratur, dan asupan makanan cepat saji. Di Norwegia, insiden gejala GERD di kalangan remaja adalah 33,2%, dengan peningkatan kerentanan ditunjukkan pada perokok, individu yang mengalami obesitas, dan wanita. Hal ini menggarisbawahi pentingnya pemahaman menyeluruh tentang bahaya yang terkait dengan GERD sejak usia muda.

Selain itu, insiden literasi kesehatan gastrointestinal di wilayah seperti Mediterania Timur sering kali rendah hingga sedang. Pemahaman yang tidak memadai tentang tanda-tanda GERD ekstraintestinal menandakan kurangnya pendidikan yang cukup besar dalam masyarakat. Remaja sering kali menunjukkan kebiasaan makan yang merugikan yang memperburuk dispepsia dan GERD, sehingga meningkatkan perlunya intervensi edukasi. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan di antara populasi usia sekolah sangat penting untuk pencegahan jangka panjang yang efektif.

Meskipun pendidikan kesehatan berbasis sekolah telah mulai dikembangkan, program yang secara khusus ditujukan untuk siswa sekolah menengah mengenai penyakit gastrointestinal masih jarang. Studi menunjukkan bahwa metodologi interaktif meningkatkan pemahaman siswa, dibuktikan dengan meningkatnya kesadaran akan pengobatan sendiri diare setelah sesi instruksional. Intervensi edukasional telah secara efektif mengubah perilaku siswa terhadap pencegahan gastriti. Lebih jauh, teknik seperti kelas terbalik dan media Macromedia Flash telah menunjukkan kemanjuran dalam menjelaskan sistem pencernaan (Tulyani *et al.*, 2024).

Platform media sosial telah digunakan dalam promosi kesehatan pencernaan, yang dicontohkan oleh kampanye gastritis yang meningkatkan keterlibatan siswa. Strategi pembelajaran 5E meningkatkan literasi kesehatan siswa dengan memprioritaskan eksplorasi dan keterlibatan aktif. Selain itu, pendidikan diet telah terbukti bermanfaat dalam meringankan gejala GERD pada siswa. Metode-metode ini menunjukkan bahwa pengajaran inovatif yang terintegrasi dengan media digital dapat secara nyata meningkatkan kemanjuran program kesehatan yang menargetkan remaja.

Studi yang meneliti efek intervensi layanan masyarakat yang menggunakan metodologi pra-tes dan pasca-tes masih jarang dilakukan. Penelitian yang dilakukan di Norwegia dan Pakistan tidak mengungkapkan hasil akademis yang substansial, meskipun ada peningkatan dalam retensi siswa dan operasi sekolah. Sebaliknya, di Peru dan Eropa, intervensi pembelajaran berbasis layanan meningkatkan motivasi, keterlibatan sosial, dan tugas kewarganegaraan. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan bergantung pada konteks, frekuensi partisipasi, dan desain adaptif [Guan *et al.*, 2024].

Inisiatif yang ditujukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja juga efektif dalam mengatasi masalah kesehatan lainnya. Intervensi berbasis sekolah telah menunjukkan kemanjuran dalam menurunkan kejadian HIV dan IMS dengan meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan (Revelo EML., 2024). Perawatan yang sebanding sangat penting dalam mengurangi kecemasan dan bunuh diri remaja, yang dapat dicegah melalui metodologi identifikasi dan penyaringan dini. Metode edutainment telah terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang kesehatan dan mendorong perilaku positif, sehingga menggarisbawahi perlunya tindakan pendidikan komprehensif untuk meningkatkan kesejahteraan remaja secara keseluruhan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi deskriptif kuantitatif dengan menggunakan desain praeksperimental yang menampilkan kerangka kerja satu kelompok, yaitu prates dan

pascates. Desain ini digunakan karena fokus penelitian pada satu kelompok tanpa kohort komparatif, yang bertujuan untuk menilai sejauh mana pendidikan kesehatan meningkatkan pemahaman siswa tentang penyakit tukak lambung dan penyakit refluks gastroesofageal (GERD).

Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 32 siswa kelas X dari SMA Negeri 41 Jakarta Utara, yang dipilih secara purposive. Pemilihan tersebut didasarkan pada pengakuan bahwa remaja merupakan kelompok demografi yang rentan terhadap masalah pencernaan yang berasal dari praktik diet yang tidak memadai dan tekanan skolastik. Sesi konseling berlangsung pada hari Jumat, 9 Mei 2025, dari pukul 08:35 hingga 09:30 WIB, yang dilakukan secara langsung di kelas X.

Penelitian ini menggunakan kuesioner prates dan pascates, masing-masing terdiri dari lima pertanyaan pilihan ganda yang berkaitan dengan etiologi, gejala, dan pencegahan tukak lambung dan GERD. Sebelum dimulainya konseling, peserta menjalani tes awal untuk menilai pengetahuan dasar mereka. Selain itu, konseling dilakukan secara interaktif dengan presentasi PowerPoint yang mencakup konten instruksional. Setelah materi selesai disampaikan, peserta mengikuti tes akhir untuk menilai peningkatan pemahaman.

Data yang terkumpul diperiksa secara kuantitatif dengan menghitung persentase jawaban yang benar baik pada tes awal maupun tes akhir. Penelitian ini menilai kemanjuran konseling kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai gangguan saluran pencernaan yang umum terjadi di kalangan remaja.

Tahapan Kegiatan

1. Persiapan

Prosesnya dimulai dengan penilaian persyaratan, kolaborasi dengan sekolah, persiapan materi tambahan, dan pengembangan instrumen pra-tes dan pasca-tes untuk tujuan evaluasi..

2. Pelaksanaan

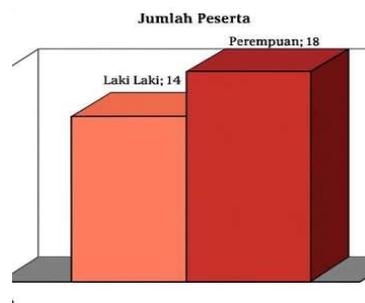
Program dimulai dengan sesi pembukaan dan sambutan. Tes pendahuluan diberikan untuk menilai pemahaman awal peserta. Konseling disampaikan melalui slide PowerPoint dengan format ceramah interaktif, dilengkapi dengan sesi tanya jawab. Subjek meliputi definisi, etiologi, manifestasi, dan strategi pencegahan tukak lambung dan penyakit refluks gastroesofageal (GERD). Setelah penyampaian informasi, peserta menyelesaikan tes pasca untuk menilai peningkatan pengetahuan..

3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pra-tes dan pasca-tes secara deskriptif. Penelitian ini mengevaluasi kemanjuran konseling dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Jumat, 9 Mei 2025, pukul 08.30 WIB di SMA Negeri 41 Jakarta Utara. Penyuluhan dilakukan secara langsung di kelas X dengan menggunakan media presentasi PowerPoint yang berisi informasi tentang penyakit tukak lambung dan penyakit gastroesophageal reflux (GERD). Materi disampaikan secara interaktif untuk memudahkan siswa dalam memahami materi yang diberikan. Pelaksanaan penyuluhan ini melibatkan 32 peserta yang terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan, seperti yang terlihat pada Gambar 1 di bawah ini.



Gambar 1.

Jumlah Peserta Pelaksanaan Penyuluhan di SMA Negeri 41 Jakarta Utara

Pada bagan di atas, terlihat bahwa peserta terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan. Melalui kegiatan ini, kami berharap para siswa dapat memahami secara lebih mendalam mengenai penyakit peptik ulkus dan GERD, mulai dari pengertian, faktor risiko, gejala, hingga langkah-langkah pencegahannya. Dari hasil penyuluhan yang kami lakukan, diketahui bahwa peserta yang mengikuti kegiatan ini belum seluruhnya memahami apa itu peptik ulkus dan GERD, apa saja penyebab dan pemicunya, serta bagaimana cara menghindarinya. Oleh karena itu, sebelum penyampaian materi dimulai, para peserta terlebih dahulu diberikan pre-test untuk mengukur pemahaman awal mereka. Setelah materi disampaikan menggunakan media PowerPoint, peserta kemudian diberikan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman mereka terhadap materi yang telah dijelaskan.

Penambahan ini menunjukkan kemandirian metode konseling visual dan interaktif dalam menjelaskan aspek patofisiologi tukak lambung dengan cara yang lugas namun ilmiah. Sumber daya yang membahas iritasi mukosa lambung dan peran *H. pylori* dapat meningkatkan literasi kesehatan di kalangan remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil Pre-test dan Post-test tentang Ulkus peptikum dan GERD

No	Pertanyaan	Pre-Test		Post-Test	
		Benar	Salah	Benar	Salah
1	Pertanyaan 1	82,8%	17,2%	90%	10%
2	Pertanyaan 2	96,6%	3,4%	96,7%	3,3%
3	Pertanyaan 3	69%	31%	80%	20%
4	Pertanyaan 4	96,6%	3,4%	96,7%	3,3%
5	Pertanyaan 5	100%	0%	100%	0%
	Rata-Rata	84.50%	15.50%	90%	10%

Tabel 1.

Data Hasil Pre-Test Siswa-Siswi

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata jawaban benar dari 84,5% pada pre-test menjadi 90% pada post-test. Ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan dalam penyuluhan mampu memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman siswa mengenai ulkus peptikum dan GERD. Penurunan angka kesalahan dari 15,5% menjadi 10% juga menandakan adanya perbaikan dalam penyampaian informasi dan penerimaan materi oleh peserta. Secara keseluruhan, peningkatan ini mencerminkan efektivitas pendekatan edukatif yang digunakan, khususnya dalam menyampaikan informasi tentang penyebab, gejala, dan pencegahan kedua penyakit tersebut.

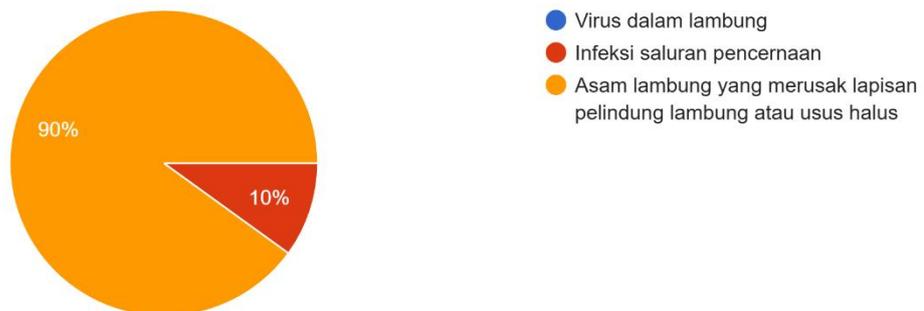
Hasil

Hasil evaluasi dari instrumen pra-tes dan pasca-tes menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap konten konseling yang terkait dengan tukak lambung dan GERD. Pertanyaan mengenai penyebab utama tukak lambung mengungkapkan peningkatan respons yang benar dari 82,8% menjadi 90% di antara peserta, yang menandakan efektivitas materi dalam menjelaskan elemen etiologi utama. Mayoritas peserta (96,6%) memiliki pemahaman substansial tentang gejala GERD yang khas sejak awal, yang tetap tidak berubah pasca-intervensi. Peningkatan signifikan terbesar diamati dalam pemahaman risiko penggunaan NSAID, meningkat dari 69% menjadi 80%, yang menandakan peningkatan kesadaran akan bahaya farmakologis. Secara bersamaan, kesadaran akan perilaku yang memperburuk GERD, seperti berbaring segera setelah makan, tetap meningkat, meningkat dari 96,6% menjadi 96,7%. Semua peserta (100%) menjawab pertanyaan tentang tindakan pencegahan dengan benar, baik sebelum maupun setelah konseling, yang menunjukkan bahwa pengetahuan tentang gaya hidup sehat sudah terbentuk dengan baik di kalangan siswa. Hasil ini menunjukkan bahwa strategi edukasi-interaktif yang digunakan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang topik yang disajikan.

Pembahasan

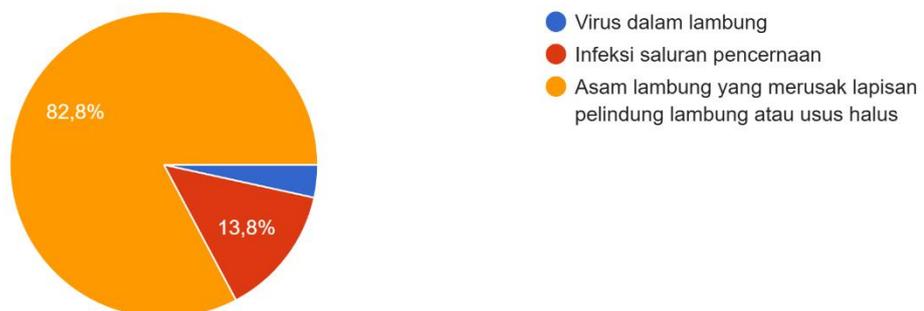
1. Apa penyebab utama ulkus peptikum?

30 jawaban



1. Apa penyebab utama ulkus peptikum?

29 jawaban



Gambar 1.
Pre-Test Dan Post-Test Penyebab Utama Ulkus Peptikum

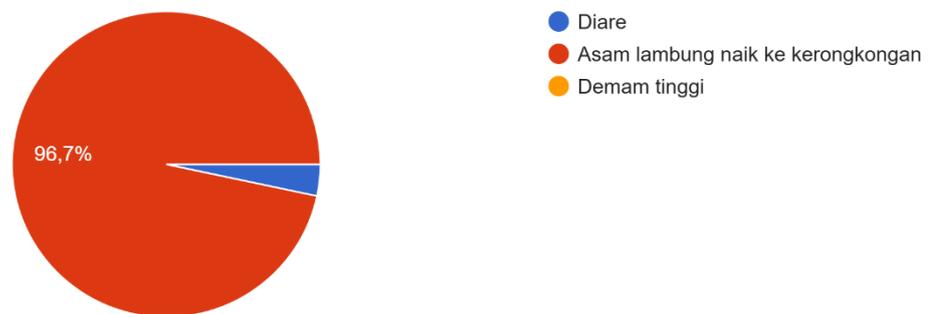
Pada soal “Apa penyebab utama ulkus peptikum?”, jawaban yang benar adalah “Asam lambung yang merusak lapisan pelindung lambung atau usus halus.” Hasil pre-test

menunjukkan bahwa 82,8% peserta menjawab dengan benar, sementara 13,8% menjawab salah dengan memilih “Infeksi saluran pencernaan.” Setelah penyuluhan dilakukan, hasil post-test meningkat menjadi 90% jawaban benar. Ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai penyebab utama ulkus peptikum. Hal ini benar bahwa ulkus peptikum disebabkan karena asam lambung yang merusak lambung. GERD yang tidak diobati dapat menyebabkan masalah termasuk esofagitis dan nyeri ulu hati (Alshamri *et al.*, 2023).

Keteguhan skor tinggi menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki pengetahuan dasar tentang GERD, mungkin diperoleh melalui media atau pengalaman pribadi. Meskipun demikian, sedikit peningkatan mungkin menandakan bahwa pelatihan harus lebih difokuskan pada kompleksitas dan gejala GERD.

2. Gejala yang khas dari GERD adalah

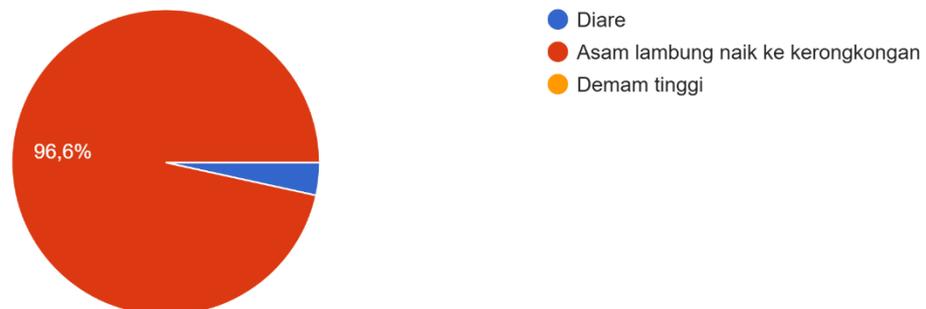
30 jawaban



I.

2. Gejala yang khas dari GERD adalah

29 jawaban



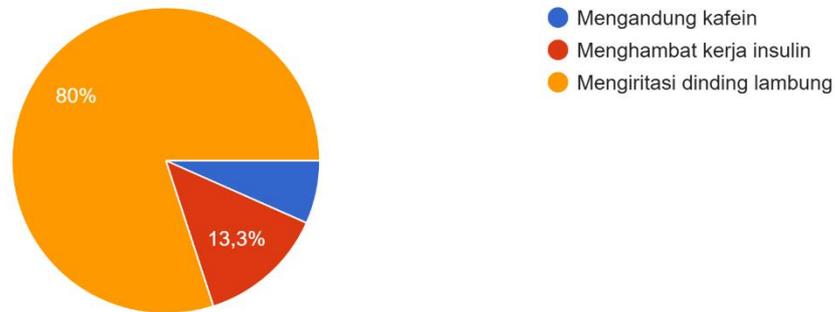
Gambar 2. Pre-Test Dan Post-Test Gejala Khas Gerd

Pada soal “Gejala yang khas dari GERD adalah?”, jawaban yang benar adalah “Asam lambung naik ke kerongkongan.” Sebanyak 96,6% peserta telah menjawab benar pada pre-test, dan hasil ini sedikit meningkat pada post-test menjadi 96,7%, yang menunjukkan pemahaman awal peserta sudah cukup baik dan berhasil dipertahankan. Menurut Tufail *et al.*, 2022 gerd ditandai dengan refluks asam lambung ke esofagus dan iritasi berikutnya pada mukosa esofagus, yang berpuncak pada gejala khas seperti nyeri ulu hati dan ketidaknyamanan retrosternal

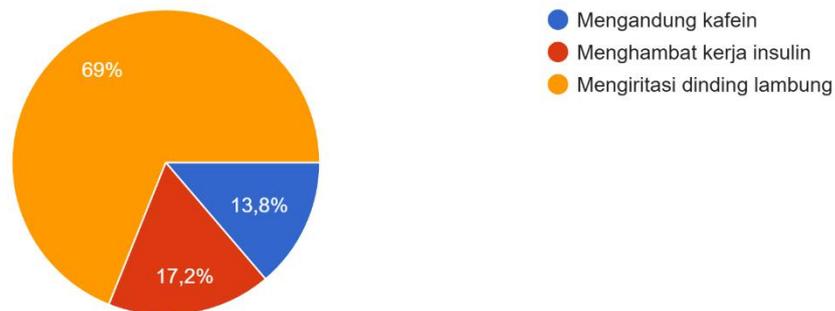
Keteguhan skor tinggi menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah menemukan fakta mendasar mengenai GERD, mungkin dari media atau pengalaman pribadi. Meskipun

demikian, margin peningkatan yang minimal dapat menandakan bahwa distribusi informasi memerlukan spesifisitas yang lebih besar mengenai masalah dan variasi gejala GERD.

3. Obat anti nyeri (NSAID) dapat menyebabkan ulkus peptikum karena
30 jawaban



3. Obat anti nyeri (NSAID) dapat menyebabkan ulkus peptikum karena
29 jawaban

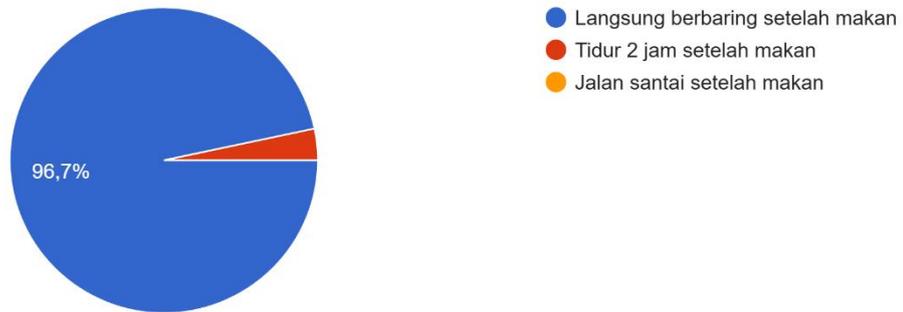


Gambar 3. Obat Anti Nyeri (NSAID)

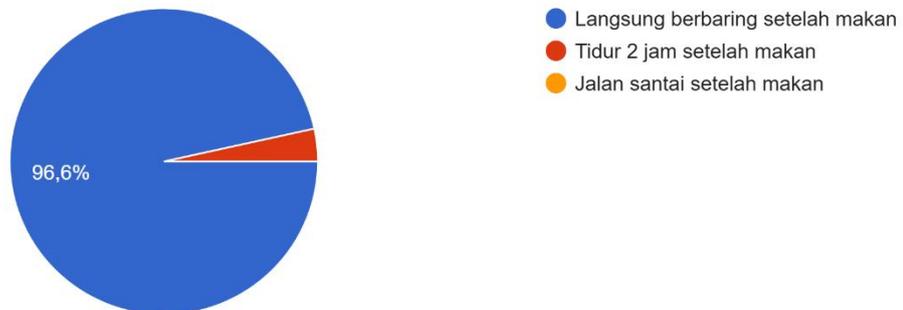
Pada pertanyaan mengenai bagaimana obat anti nyeri (NSAID) dapat menyebabkan ulkus peptikum, jawaban yang benar adalah “Mengiritasi dinding lambung.” Pada pre-test, hanya 69% peserta yang menjawab benar, namun setelah edukasi, hasil post-test menunjukkan peningkatan menjadi 80%, mencerminkan adanya peningkatan kesadaran peserta akan risiko penggunaan obat tertentu terhadap sistem pencernaan. Hal ini benar bahwa penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) yang dapat merusak mukosa lambung dan menimbulkan gejala seperti nyeri epigastrium, mual, dan dispepsia (Dwitama & Darusman, 2022).

Peningkatan pemahaman tentang risiko NSAID menunjukkan kemanjuran intervensi dalam menyediakan pengetahuan farmakologis mendasar yang relevan dengan kehidupan sehari-hari. Mengingat meluasnya penggunaan obat bebas di kalangan remaja, peningkatan ini sangat penting untuk mengurangi bahaya gastrointestinal yang terkait dengan pengobatan sendiri.

4. Kebiasaan yang dapat memperburuk GERD adalah
30 jawaban



4. Kebiasaan yang dapat memperburuk GERD adalah
29 jawaban



Gambar 4. Kebiasaan Yang Dapat Memperburuk GERD Adalah

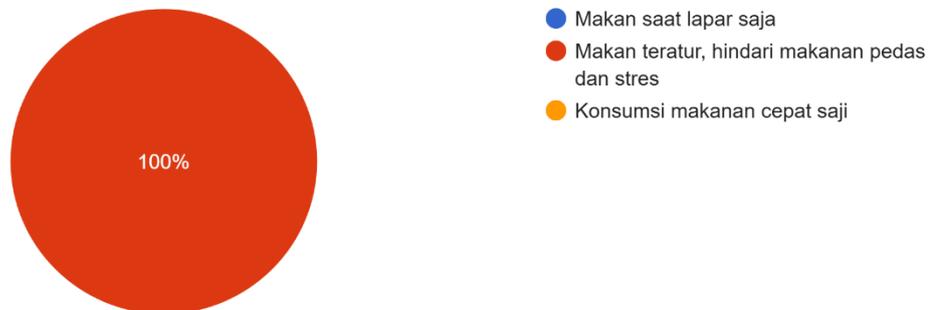
Untuk soal “Kebiasaan yang dapat memperburuk GERD adalah”, pilihan yang benar adalah “Langsung berbaring setelah makan.” Sebanyak 96,6% peserta sudah menjawab benar saat pre-test dan hasil ini bertahan di post-test (96,7%), menandakan pemahaman peserta sudah cukup tinggi sejak awal. Sebuah penelitian di Bangladesh mendokumentasikan prevalensi GERD sebesar 55,7% di kalangan remaja, yang terkait dengan faktor risiko termasuk riwayat keluarga, kebiasaan makan tidak teratur, dan asupan makanan cepat saji dan langsung berbaring setelah makan (Prattay *et al.*, 2024).

Temuan ini menunjukkan bahwa praktik diet, seperti berbaring setelah makan, sering dianggap sebagai pemicu gejala GERD. Pencapaian skor yang tinggi menggarisbawahi pentingnya edukasi visual dalam meningkatkan pengetahuan tentang hubungan antara pola diet dan penyakit pencernaan.

5. Langkah pencegahan terbaik untuk menghindari ulkus peptikum dan GERD adalah
30 jawaban



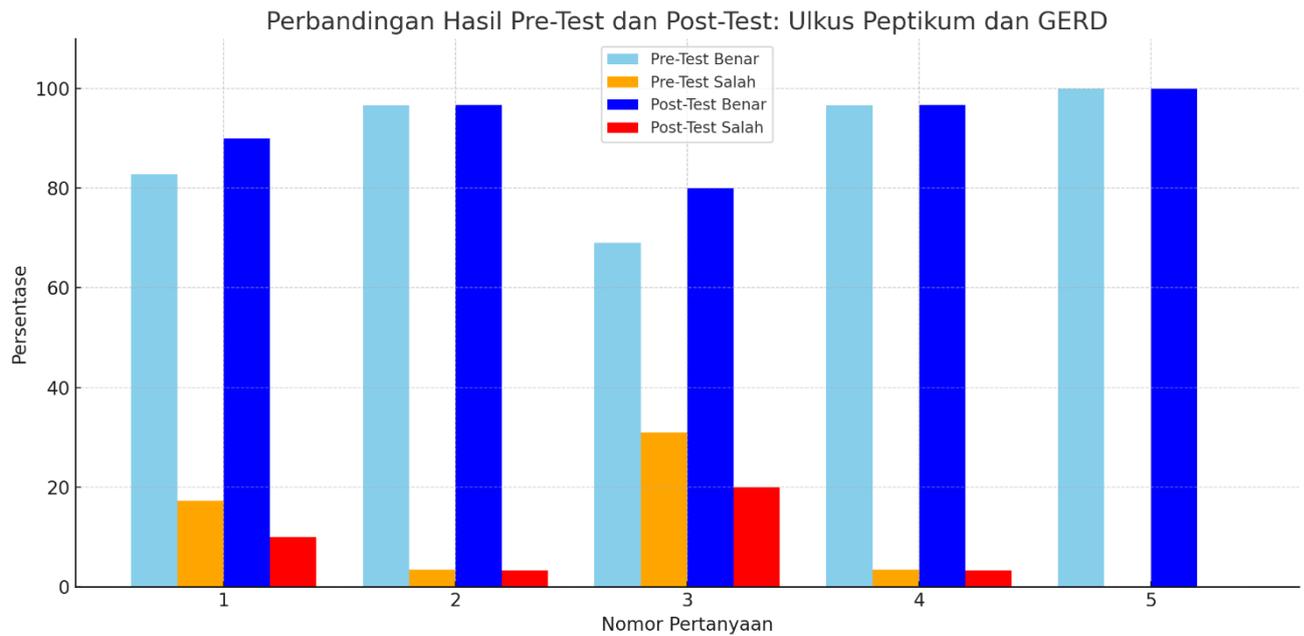
5. Langkah pencegahan terbaik untuk menghindari ulkus peptikum dan GERD adalah
29 jawaban



Gambar 5. Langkah Pencegahan Ulkus Peptikum Dan GERD

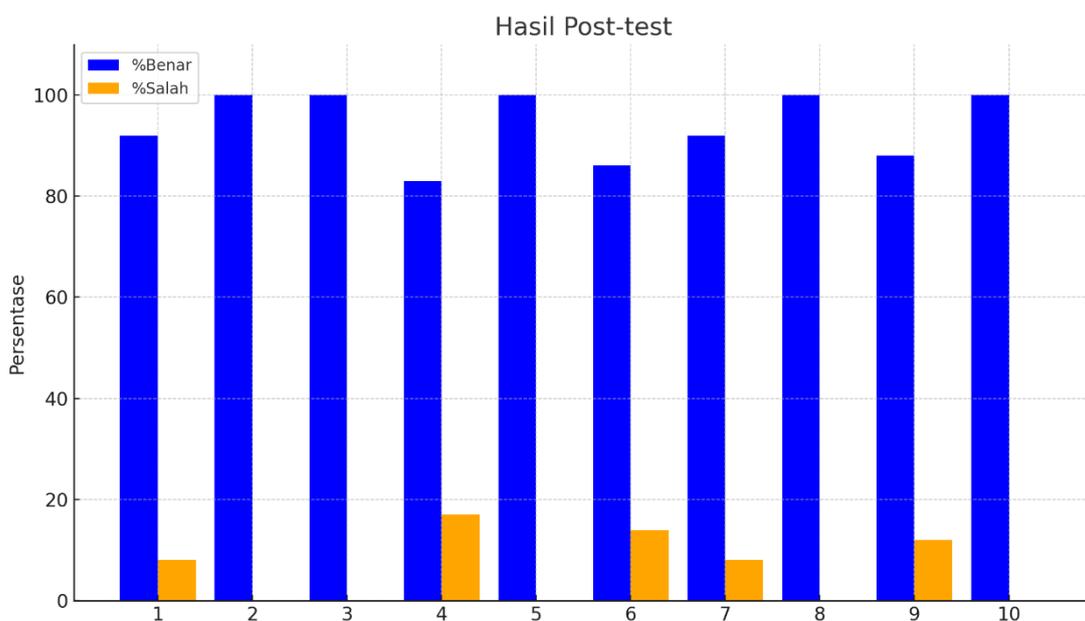
Pertanyaan terakhir mengenai pencegahan, yaitu “Langkah terbaik untuk mencegah ulkus peptikum dan GERD,” semua peserta pada pre-test dan post-test menjawab benar (100%), yakni “Makan teratur, hindari makanan pedas dan stres.” Ini menunjukkan bahwa peserta telah memiliki pengetahuan yang baik mengenai aspek pencegahan sejak sebelum penyuluhan dan pemahaman ini berhasil dipertahankan.

Temuan ini menunjukkan bahwa peserta memiliki pemahaman yang kuat tentang perilaku pencegahan; namun, penilaian tambahan diperlukan untuk menentukan sejauh mana pengetahuan ini diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Ini adalah kesempatan untuk membangun modul intervensi berbasis perilaku yang ditujukan untuk menumbuhkan kebiasaan sehat yang berkelanjutan.



Gambar 6. Diagram Hasil Pre-Test Siswa-Siswi

Komposisi peserta yang terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan memberikan gambaran bahwa penyuluhan ini menyasar secara merata pada kedua jenis kelamin. Hal ini penting mengingat prevalensi dan risiko gangguan gastrointestinal seperti GERD dan ulkus peptikum dapat terjadi pada siapa saja, tanpa memandang gender. Keterlibatan aktif siswa selama kegiatan interaktif menunjukkan bahwa media edukatif visual seperti PowerPoint efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan pemahaman mereka. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi model untuk intervensi serupa di sekolah lain guna meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan pencernaan sejak dini.



Gambar 7. Diagram Hasil Post-Test Siswa Siswi

Berdasarkan Gambar 7, yang menggambarkan hasil post-test siswa-siswi setelah dilakukan penyuluhan mengenai tukak lambung dan GERD, dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan. Rata-rata persentase jawaban benar peserta meningkat dari 84,5% pada pre-test menjadi 90% pada post-test. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian materi yang dilakukan secara interaktif melalui media PowerPoint dan metode ceramah partisipatif mampu meningkatkan literasi kesehatan gastrointestinal peserta didik secara menyeluruh. Salah satu pertanyaan yang mengalami peningkatan paling mencolok adalah terkait risiko penggunaan obat NSAID, yang pada pre-test hanya dijawab benar oleh 69% peserta dan meningkat menjadi 80% pada post-test. Hal ini mengindikasikan bahwa informasi mengenai risiko farmakologis yang mungkin sebelumnya belum banyak diketahui, kini mulai dipahami dengan lebih baik oleh siswa.

Selain itu, semua peserta mampu menjawab benar pertanyaan tentang tindakan pencegahan tukak lambung dan GERD baik sebelum maupun sesudah penyuluhan, yaitu sebesar 100%. Temuan ini menunjukkan bahwa pemahaman tentang gaya hidup sehat sebagai bentuk pencegahan penyakit sudah cukup tertanam di kalangan siswa, yang perlu dipertahankan dan didukung dengan tindakan nyata. Meskipun begitu, pertanyaan mengenai etiologi utama ulkus peptikum dan gejala khas GERD hanya mengalami sedikit peningkatan (masing-masing dari 82,8% ke 90%, dan dari 96,6% ke 96,7%), yang mengindikasikan bahwa siswa sebenarnya telah memiliki pengetahuan dasar namun tetap mendapat manfaat dari penguatan materi.

Melalui kegiatan ini, dapat disimpulkan bahwa siswa-siswi SMA Negeri 41 Jakarta Utara telah menunjukkan peningkatan yang berarti dalam pemahaman tentang bahaya, penyebab, dan pencegahan tukak lambung serta GERD setelah mendapatkan edukasi kesehatan. Penyuluhan ini bukan hanya sekadar transfer ilmu, tetapi juga menjadi momentum untuk membangun kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan sistem pencernaan. Harapannya, pengetahuan ini tidak berhenti hanya pada pemahaman teoritis, tetapi juga diimplementasikan dalam pola makan, manajemen stres, serta kebiasaan hidup sehat sehari-hari. Hal ini menjadi sangat penting mengingat kedua penyakit ini sering kali muncul tanpa gejala yang jelas, dan jika dibiarkan dapat menimbulkan komplikasi serius. Oleh karena itu, edukasi seperti ini diharapkan terus dilanjutkan secara berkala sebagai bagian dari upaya preventif dan promotif dalam meningkatkan derajat kesehatan remaja Indonesia secara umum.

KESIMPULAN

Inisiatif pendidikan kesehatan yang dilaksanakan di SMA Negeri 41 Jakarta Utara telah secara efektif meningkatkan pemahaman siswa kelas X tentang penyakit tukak lambung dan penyakit refluks gastroesofageal (GERD). Evaluasi pra-tes dan pasca-tes mengungkapkan peningkatan substansial dalam beberapa bidang pengetahuan, khususnya tentang penyebab utama penyakit tukak lambung dan efek obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID). Mayoritas peserta memiliki pemahaman yang kuat tentang gejala umum GERD, kebiasaan yang dapat memperburuk kondisi, dan strategi pencegahan. Peningkatan hasil pasca-tes menunjukkan bahwa metode ceramah interaktif, jika dipasangkan dengan media visual, bermanfaat dalam menyampaikan materi kepada siswa. Instruksi ini meningkatkan literasi kesehatan gastrointestinal remaja dan menggarisbawahi perlunya membangun program pengajaran yang analog di sekolah sebagai tindakan pencegahan jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada guru dan murid sman 41 jakarta utara yang telah memberikan izin melakukan abdimas untuk memenuhi mata kuliah farmakoterapi terapan.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina YN, Ristiono RA, Agus, Kumalasari R. Student needs for interactive media about human digestive system. *Atrium Pendidikan Biologi*. 2022;7(2):81.
- Alshammari SA, Almutairi MN, Alomar MO, Alsherif ZM, Alsubaie FH, Almezaini AI. Overlap Between Gastroesophageal Reflux Disease and Irritable Bowel Syndrome and Its Impact on Quality of Life. *Cureus*. 2023.
- Dwiatama A, Darusman F. Kajian Pengobatan Tukak Lambung dan Gastroesophageal Reflux Disease (GERD). *Bandung Conference Series: Pharmacy [Internet]*. 2022;2.
- Filges T. Service learning for improving academic success in students in grade K to 12. *Campbell Syst Rev*. 2022;18.
- Guan W. Awareness and Prevention of Adolescent Anxiety Disorders. *J Educ Educ Res*. 2024;9:45–8.
- Lunawat AK, Raikwar S. Advancements in GERD Treatment: Exploring Innovative Therapies. *Int J Gastroenterol Hepatol Dis*. 2024;3.
- Maret-Ouda J, Markar SR, Lagergren J. Gastroesophageal Reflux Disease: A Review. *JAMA*. 2020;324:2536–47.
- Prattay KMR, Uddin R, Shill DK, Das R, Sarkar MR, Sikdar K. Community-based Study on Prevalence and Management of GERD in Young Bangladeshi Population. *Bangladesh Pharm J*. 2024.
- Reinoso Tapia R, Collazos Martínez MÁ, Martínez Martínez M del C, Delgado Iglesias J. Flipped classroom for teaching digestive system to high school students. *J Technol Sci Educ*. 2021;11:194–209.
- Revelo EML. Most frequent STIs in adolescence: Educational proposal. *Salud Ciencia Tecnol - Serie Conf*. 2024;3.
- Romash I. Disorders of social functioning and quality of life in patients with GERD while combined with undifferentiated connective tissue dysplasia. 2020;3(1):11–6.
- Salsabilla NP, Sulistyowati M, Oktaviana R, Prasetya Astuti AA, Pambudi TA. Edutainment as a Preventive Tool for Adolescent Risk Behavior. *J Promkes*. 2025;13(S11):214–26.
- Tufail T. Gastroesophageal reflux disease. Diet factor [Internet]. 2022;2.
- Tulyani K. Health Promotion Analysis on Gastritis: Students' Knowledge and Attitudes. 2024;1:26–31.
- Waluyo SJ, Solikah SN. Edukasi Kesehatan mengenai Penyakit Asam Lambung (Gerd) pada Remaja di Kel. Sangkrah, Kota Surakarta. *J Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat [Internet]*. 2023;6:203–11.