

ULSER PEPTIKUM DAN GERD: RISIKO DAN FAKTOR PENYEBABNYA

Indi Ulpatu Rabbi¹⁾, Fajar Amirulah²⁾, Nur Aziza³⁾

Program Studi Apoteker, Universitas 17 Agustus 1945

SUBMISSION TRACK

Submitted : 11 Juni 2025
Accepted : 18 Juni 2025
Published : 19 Juni 2025

KATA KUNCIS

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

CORRESPONDENCE

Phone: -

E-mail: munthir287@gmail.com

A B S T R A K

Ulkus peptikum dan gastroesophageal reflux disease (GERD) merupakan dua penyakit saluran cerna yang prevalensinya cukup tinggi di Indonesia. Ulkus peptikum disebabkan oleh ketidakseimbangan antara faktor agresif seperti asam lambung dan *Helicobacter pylori* dengan faktor protektif mukosa lambung. Sedangkan GERD disebabkan oleh gangguan fungsi sfingter esofagus bagian bawah, yang memungkinkan asam lambung naik ke kerongkongan. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) menunjukkan bahwa sekitar 10–15% remaja di Indonesia mengalami GERD, sementara ulkus peptikum tercatat memiliki angka kejadian hingga 91,6% di Kota Medan, menjadikannya salah satu kota dengan prevalensi tertinggi di Indonesia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan langsung kepada siswa-siswi SMA Negeri 41 Jakarta Utara pada tanggal 9 Mei 2025. Metode yang digunakan mencakup edukasi interaktif menggunakan media Power Point, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta terhadap penyebab, gejala, serta langkah pencegahan kedua penyakit tersebut. Edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan remaja dan mencegah komplikasi penyakit saluran cerna sejak dini.

2024 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

PENDAHULUAN

Ulkus peptikum adalah ekskavasasi (area berlubang) yang terbentuk dalam dinding mukosal lambung, pilorus, duodenum atau esofagus. Ulkus peptikum disebut juga sebagai ulkus lambung, duodenal atau esofageal, tergantung padalokasinya. (Bruner and Suddart, 2020). Ulkus peptikum merupakan putusnya kontinuitas mukosa lambung yang meluas sampai di bawah epitel. Kerusakan mukosa yang tidak meluas sampai ke bawah epitel disebut sebagai erosi, walaupun sering dianggap sebagai "ulkus" (misalnya ulkus karena stres). Menurut definisi, ulkus peptikum dapat terletak pada setiap bagian saluran cerna yang terkena getah asam lambung, yaitu esofagus, lambung, duodenum, dan setelah gastroenterostomi, juga jejunum. (Sylvia A. Price, 2010).

Astroesophageal reflux disease (GERD) adalah suatu gangguan dimana isi lambung mengalami refluks secara berulang ke dalam esofagus, yang bersifat kronis dan menyebabkan terjadinya gejala dan/atau komplikasi yang mengganggu (Simadibrata, 2021). Penyakit refluks gastroesofageal (Gastroesophageal Reflux Disease/GERD) didefinisikan sebagai suatu keadaan patologis sebagai akibat refluks kandungan lambung ke dalam esofagus yang menimbulkan berbagai gejala yang mengganggu (troublesome) di esofagus maupun ekstra esofagus dan atau komplikasi (Susanto, 2022).

Menurut penelitian dan pengamatan yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI angka kejadian tukak lambung di beberapa kota di Indonesia termasuk Jawa Barat khususnya Kota Bandung dengan angka kejadian sebesar 32,5%. Namun untuk kejadian tertinggi di Indonesia terdapat di Kota Medan dengan angka kejadian mencapai 91,6%, dan beberapa kota lainnya seperti Jakarta 50%, Denpasar 46%, Palembang 35,3%, Aceh 31,7%, Pontianak 31,2%, dan Surabaya 31,2% (Kawatir et al, 2013).

Sedangkan GERD pada remaja berkisar antara 10% hingga 15% (World Health Organization, 2021). Berdasarkan penelitian terbaru yang didukung oleh Kementerian Kesehatan, sekitar 10- 15% remaja di Indonesia mengalami GERD. Kondisi ini dapat mengganggu kualitas hidup remaja dan

berpotensi menyebabkan komplikasi kesehatan jangka panjang jika tidak ditangani dengan baik (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Dari besarnya keluhan maag ulkus peptikum di negara-negara berkembang seperti Indonesia, penulis tertarik untuk mengangkat topik ulkus peptikum dan gerd dalam upaya ketepatan penegakan diagnosis hingga pemberian terapi yang kuat sehingga dapat dilakukan pencegahan dari komplikasi yang dapat ditimbulkan.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan secara langsung dengan pendekatan edukatif-interaktif kepada siswa-siswi SMA Negeri 41 Jakarta Utara. Metode yang digunakan meliputi perencanaan kegiatan, pelaksanaan penyuluhan, dan evaluasi hasil melalui instrumen pre-test dan post-test. Kegiatan dilaksanakan pada hari Jumat, 9 Mei 2025, pukul 08.35–09.30 WIB bertempat di ruang kelas X SMA Negeri 41 Jakarta Utara. Subjek dalam kegiatan ini adalah siswa kelas X yang berjumlah 39 orang. Peserta dipilih secara purposive dengan mempertimbangkan tingkat usia remaja yang rentan terhadap kebiasaan pola makan dan stres yang dapat memicu gangguan saluran cerna seperti ulkus peptikum dan GERD.

Tahapan kegiatan dalam penyuluhan ini terdiri dari tiga tahap utama, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, dilakukan identifikasi kebutuhan peserta, koordinasi dengan pihak sekolah sebagai mitra kegiatan, serta penyusunan materi penyuluhan yang relevan. Selain itu, disusun pula instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test yang digunakan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Tahap pelaksanaan diawali dengan sesi pembukaan dan sambutan, dilanjutkan dengan pelaksanaan pre-test untuk mengetahui pemahaman awal peserta. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media PowerPoint serta metode ceramah interaktif yang dilengkapi sesi tanya jawab guna meningkatkan partisipasi peserta. Materi yang disampaikan mencakup definisi, penyebab, gejala, serta langkah-langkah pencegahan penyakit ulkus peptikum dan GERD. Setelah penyampaian materi, peserta diminta untuk mengikuti post-test sebagai bentuk evaluasi akhir. Tahap terakhir adalah evaluasi, yang dilakukan dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test menggunakan analisis deskriptif. Hasil evaluasi ini bertujuan untuk menilai efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap topik yang diberikan.

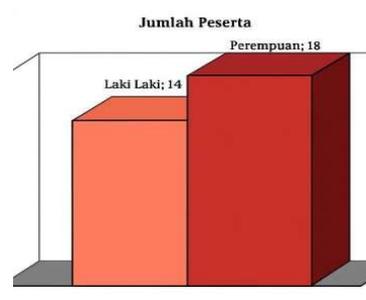
HASIL

Pelaksana kegiatan

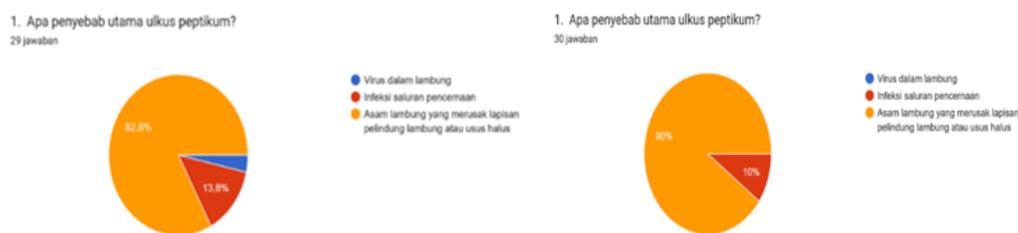
Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di SMA Negeri 41 Jakarta Utara pada pukul 08.30 WIB. Kegiatan penyuluhan dilakukan secara tatap muka (offline) dengan menggunakan media bantu berupa PowerPoint yang berisi materi mengenai penyakit peptik ulkus dan GERD (Gastroesophageal Reflux Disease).



Materi disampaikan secara interaktif agar mudah dipahami oleh para peserta. Berdasarkan hasil penyuluhan yang telah kami lakukan di SMA Negeri 41 Jakarta Utara dihadiri oleh 32 peserta, didapatkan data sebagai berikut :

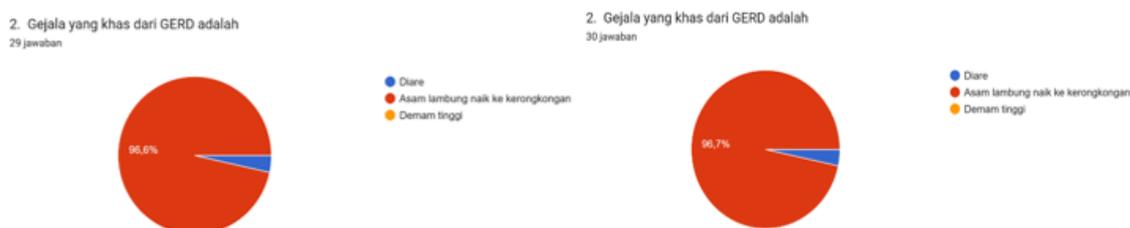


Pada bagan di atas, terlihat bahwa peserta terdiri dari 14 siswa laki-laki dan 18 siswa perempuan. Melalui kegiatan ini, kami berharap para siswa dapat memahami secara lebih mendalam mengenai penyakit peptik ulkus dan GERD, mulai dari pengertian, faktor risiko, gejala, hingga langkah-langkah pencegahannya. 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.



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.



Gambar 2. Pre-test dan Post-test Gejala Khas GERD

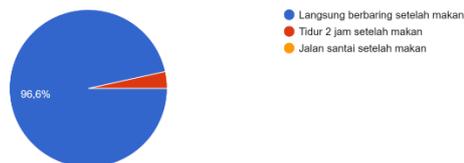
Pada soal “Gejala yang khas dari GERD adalah?”, jawaban yang benar adalah “Asam lambung naik ke kerongkongan.” Sebanyak 96,6% peserta telah menjawab benar pada pre-test, dan hasil ini sedikit meningkat pada post-test menjadi 96,7%, yang menunjukkan pemahaman awal peserta sudah cukup baik dan berhasil dipertahankan.



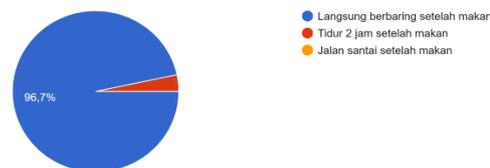
Gambar 3. Pre-test dan Post-test Obat Anti Nyeri (NSAID)

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.

4. Kebiasaan yang dapat memperburuk GERD adalah
29 jawaban



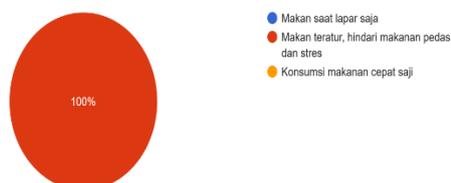
4. Kebiasaan yang dapat memperburuk GERD adalah
30 jawaban



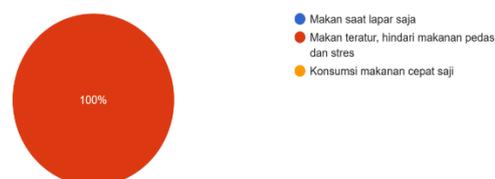
Gambar 4. Pre-test dan Post-test Kebiasaan yang dapat memperburuk GERD

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.

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



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



Gambar 5. Pre-test dan Post-test 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.

PEMBAHASAN

Penyakit ulkus peptikum dan gastroesophageal reflux disease (GERD) merupakan gangguan saluran pencernaan yang prevalensinya semakin meningkat, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda. Hal ini sejalan dengan penelitian (Indriastuti dkk, 2024) bahwa penyakit ulkus peptikum dan gastroesophageal reflux disease (GERD) merupakan gangguan pada sistem pencernaan yang prevalensinya menunjukkan tren peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir, khususnya di kalangan remaja dan dewasa muda. Perubahan gaya hidup modern, seperti pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan cepat saji, tingkat stres yang tinggi, serta kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap meningkatnya kasus kedua penyakit ini. Ulkus peptikum ditandai dengan luka pada lapisan dalam lambung atau usus halus yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara sekresi asam lambung dan sistem pertahanan mukosa lambung.

Secara empiris, ulkus peptikum didefinisikan sebagai luka terbuka pada lapisan dalam lambung atau usus halus yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara faktor agresif dan faktor pelindung mukosa gastrointestinal. Sementara itu, GERD terjadi akibat aliran balik asam lambung ke esofagus yang menyebabkan iritasi dan gejala khas seperti rasa terbakar di dada (*heartburn*). Kedua penyakit ini, yakni ulkus peptikum dan gastroesophageal reflux

disease (GERD), memiliki sejumlah faktor risiko yang saling berkaitan dan sering kali berasal dari kebiasaan hidup sehari-hari yang kurang sehat (Dadung, 2025).

Salah satu faktor risiko utama adalah konsumsi obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID), seperti ibuprofen atau aspirin, yang dalam jangka panjang dapat merusak lapisan pelindung lambung dan memicu terbentuknya luka atau iritasi pada saluran cerna (Maradjabessy, 2023). Selain itu, pola makan yang tidak sehat termasuk konsumsi makanan pedas, asam, berlemak, serta minuman berkafein atau bersoda dapat merangsang produksi asam lambung berlebih dan memperburuk kondisi mukosa lambung. Stres yang berkepanjangan juga berperan penting dalam melemahkan sistem pencernaan, baik melalui peningkatan asam lambung maupun menurunnya kekebalan tubuh terhadap infeksi seperti *Helicobacter pylori*, yang merupakan penyebab umum ulkus peptikum. Kebiasaan buruk lain yang sering diabaikan namun berkontribusi terhadap munculnya GERD adalah langsung berbaring setelah makan, karena posisi tersebut memudahkan asam lambung naik kembali ke kerongkongan akibat tekanan pada sfingter esofagus bawah yang belum menutup sempurna.

Penelitian ini dilakukan melalui kegiatan penyuluhan kepada 32 siswa SMA Negeri 41 Jakarta Utara secara tatap muka, dengan pendekatan interaktif dan evaluasi pre-test serta post-test untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta. Hasil menunjukkan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta terkait penyebab dan bahaya penyakit tersebut. Pada soal penyebab utama ulkus peptikum, pemahaman meningkat dari 82,8% menjadi 90% jawaban benar. Pengetahuan mengenai efek NSAID terhadap lambung juga meningkat dari 69% menjadi 80%. Sementara itu, pemahaman mengenai gejala khas GERD dan kebiasaan buruk yang memperburuk kondisi tersebut sudah cukup tinggi sejak awal (96,6%) dan tetap stabil setelah penyuluhan. Seluruh peserta (100%) juga mampu menjawab dengan benar langkah-langkah pencegahan ulkus peptikum dan GERD baik pada pre-test maupun post-test. Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi kesehatan sebagai intervensi preventif, khususnya bagi remaja, dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman tentang penyakit pencernaan serta cara pencegahannya melalui pola hidup sehat dan pengetahuan medis dasar.

KESIMPULAN

Hasil penyuluhan yang dilakukan di SMA Negeri 41 Jakarta Utara, menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan di kalangan peserta mengenai penyakit GERD dan ulkus peptikum. Sebelum penyuluhan, masih terdapat peserta yang belum sepenuhnya memahami pengertian, gejala, penyebab, serta langkah pencegahan dan penanganan kedua penyakit tersebut. Namun, setelah penyuluhan diberikan, hampir seluruh peserta dapat menjawab pertanyaan dengan benar, menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Peningkatan pemahaman ini diharapkan dapat membantu peserta untuk lebih sadar akan pentingnya menjaga kesehatan saluran cerna dan menerapkan pola hidup sehat, seperti makan teratur, menghindari makanan pemicu, serta mengurangi stres. Penyuluhan seperti ini sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama di kalangan pelajar, agar mereka dapat lebih siap mengenali gejala awal serta melakukan pencegahan sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Bruner, L.S. & Suddarth, D.S. (2020). *Textbook of Medical-Surgical Nursing*. Jakarta: EGC.
2. Price, S.A. & Wilson, L.M. (2010). *Pathophysiology: Clinical Concepts of Disease*

Processes. Jakarta: EGC.

3. Simadibrata, M. (2021). *Gastroesophageal Reflux Disease: Diagnosis and Management*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
4. Susanto, H. (2022). *Penyakit Refluks Gastroesofagus (GERD) dan Tatalaksananya*. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Nasional Prevalensi Penyakit Saluran Cerna di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
6. World Health Organization. (2021). *Adolescent Health Risks: GERD and Digestive Disorders in Southeast Asia*. Geneva: WHO Press.
7. Kawatir, A., Prasetyo, Y., & Amalia, D. (2013). *Distribusi Ulkus Peptikum di Berbagai Kota di Indonesia*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 8(2), 115–122.
8. Indriastuti, D., Rangki, L., Purnamasari, Y., & Tahiruddin, T. (2024). Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pengenalan Gangguan Kesehatan Pencernaan: Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) Dan Penanganannya. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 5(2), 44-47.
9. Maradjabessy, N. F. R., Kusadhiani, I., & Warella, J. C. (2023). Kejadian Gastroesophageal Reflux Disease (Gerd) Berdasarkan Skor Gerd-Q Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Tahun 2023. *PAMERI: Pattimura Medical Review*, 5(2), 76-84.
10. Dadung, P. (2025). HUBUNGAN STRESS DAN KEBIASAAN MAKAN DENGAN KEJADIAN GASTROESOPHAGEAL REFLUKS DISEASE (GERD) PADA MASYARAKAT KELURAHAN KALEKE KABUPATEN BANGGAI. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 14(1), 11-18.