

SOSIALISASI PENCEGAHAN DAN PENGOBATAN GASTRITIS

Satya C.I. Yanih ¹, Azkia Nurul Fajriah ², Dwi Fildzah Adani ³, Delia Isfani ⁴, Carlos Pradigta Noel ⁵, Huda Fauziyah ⁶, Katrin O.Panjaitan ⁷, Lasria Gresia Situmorang ⁸, Lelly Farida ⁹, Nayla Intan Pasha ¹⁰, Revalina Aulia Rahma R. ¹¹, Retri Anggraini ¹²
Program Studi Ilmu Farmasi, Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, Jakarta, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Submitted : 4 Agustus 2025
Accepted : 7 Agustus 2025
Published : 8 Agustus 2025

KEYWORDS

Gastritis, Pola makan, Gastritis akut, Gastritis kronis, Kebiasaan makan buruk, Risiko gastritis, Nyeri ulu hati, sosialisasi, webinar.

CORRESPONDENCE

Phone:

E-mail:
satyacandra18@gmail.com

A B S T R A C T

Gastritis adalah peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut atau kronis. Kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala, namun dapat berkembang menjadi tukak lambung, kanker lambung, atau limfoma lambung jika tidak ditangani dengan baik. Gastritis terbagi menjadi dua jenis, yaitu gastritis kronis dan akut. Gastritis akut terjadi ketika radang di lapisan lambung berlangsung secara kondisi tiba-tiba, hal ini menyebabkan nyeri pada ulu hati yang hebat dengan sifat sementara. Namun, jika tidak ditangani secara segera, gastritis akut bisa berlanjut menjadi kronis. Dari survey yang dilakukan pada masyarakat Jakarta tahun 2014 yang melibatkan 1645 responden mendapatkan bahwa klien dengan masalah gastritis ini mencapai 60% (Wijoyo, 2014). Dalam penelitian Gustin (2012) menunjukkan bahwa dari 30 responden yang mengalami gastritis di dapatkan proporsi kejadian gastritis lebih tinggi pada responden yang mempunyai kebiasaan makanan yang kurang baik (88%) dibandingkan dengan responden dengan kebiasaan makan yang baik (12%). Penelitian yang dilakukan oleh Hartati et.al didapatkan hasil 48 orang (100%) memiliki pola makan yang tidak teratur diantaranya sebanyak 34 orang (70,8%) beresiko gastritis. Sedangkan 67 orang (100%) memiliki pola makan teratur yang diantaranya 21 orang (41,8%) beresiko menderita gastritis, kesimpulan penelitian disimpulkan ada hubungan antara pola makan dengan resiko gastritis.

Pendahuluan

Gastritis merupakan peradangan mukosa yang mengenai mukosa lambung. Peradangan ini dapat mengakibatkan pembengkakan mukosa lambung sampai terlepasnya epitel mukosa superficial yang menjadi penyebab terpenting dalam gangguan saluran pencernaan. Pelepasan epitel akan merangsang timbulnya proses inflamasi pada lambung (Misnadiarly, 2012). Gastritis adalah rasa nyeri atau rasa tidak nyaman di sekitar ulu hati. Pasien dengan gastritis atau sakit maag ini biasanya datang dengan keluhan lain yaitu mual dan muntah. Gastritis merupakan suatu peradangan mukosa yang bersifat akut, kronik difus atau lokal dengan karakteristik anoreksia, perasaan penuh di perut, tidak nyaman, epigastrium, mual dan muntah (Yuliarti, 2012). Gastritis adalah peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut atau kronis. Kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala, namun dapat berkembang menjadi tukak lambung, kanker lambung, atau limfoma lambung jika tidak ditangani dengan baik. Gastritis terbagi menjadi dua jenis, yaitu gastritis kronis dan akut. Gastritis akut terjadi ketika radang di lapisan lambung berlangsung secara kondisi tiba-tiba, hal ini menyebabkan nyeri pada ulu hati yang hebat dengan sifat sementara. Namun, jika tidak ditangani secara segera, gastritis akut bisa berlanjut menjadi kronis. Terjadinya gastritis dapat disebabkan oleh pola makan yang buruk, hal ini menjadi sensitif jika asam lambung meningkat. Usia muda dan produktif merupakan usia yang rentan mengalami keluhan gejala gastritis karena umumnya pada usia tersebut setiap orang disibukkan oleh banyaknya aktivitas dan pekerjaan yang membuat pola makan mereka menjadi tidak teratur dan tidak sehat. Jenis makanan merupakan salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap timbulnya keluhan gastritis. Makan makanan yang mengandung gas, pedas, bersantan, dan sulit dicerna akan

memicu peningkatan asam lambung sehingga membuat seorang lebih rentan mengalami keluhan gastritis. Stress dapat merangsang peningkatan produksi asam lambung dan gerakan peristaltik lambung. Stres juga akan mendorong gesekan antara makanan dan dinding lambung menjadi bertambah kuat. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya peradangan di lambung.

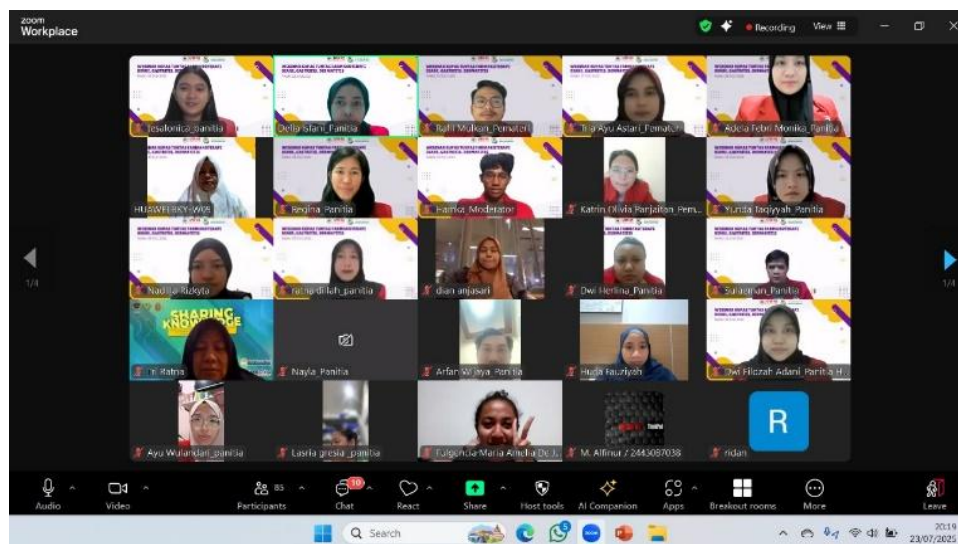
Metode

Bentuk Kegiatan dilakukan dalam bentuk webinar edukatif bertema "Gastritis dan Tukak Lambung: Gaya Hidup Sehat untuk Kesehatan Lambung Optimal". Platform Zoom Meeting Disertai dengan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Sasaran dan Target Peserta Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta, Masyarakat umum, Target peserta 43 orang Waktu dan Tempat Tanggal: 23 Juli 2025 Pukul: 18.30–20.10 WIB Tempat: Daring melalui Zoom Struktur Kegiatan Acara dimulai dari pembukaan, sambutan, penyampaian materi oleh tiga pemateri, sesi tanya jawab, dan penutupan. Materi disampaikan oleh mahasiswa yang berperan sebagai narasumber. Evaluasi dan Luaran Dilakukan pre-test dan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman peserta. Luaran kegiatan berupa laporan akhir webinar dan peningkatan pengetahuan peserta tentang pencegahan dan penanganan gastritis.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi kesehatan merupakan rangkaian kegiatan kesehatan yang dilakukan dengan memberikan pesan dan menanamkan keyakinan yang bertujuan untuk menambah pengetahuan peserta, membuat peserta lebih sadar serta berhubungan dengan kesehatan (Yunadi & Engkartini, 2020).

Kegiatan sosialisasi dilaksanakan secara daring melalui platform Zoom Meeting pada tanggal 23 Juli 2025, dengan durasi selama 100 menit. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai pencegahan dan pengobatan gastritis, khususnya dalam hal gaya hidup sehat, pola makan, serta pengenalan pengobatan dasar.





Gambar 1. Gambaran Tingkat Pemahaman Peserta Sebelum Webinar

Hasil evaluasi diperoleh dari pre-test dan post-test yang diisi oleh peserta sebelum dan setelah webinar. Berdasarkan Gambar 1, diketahui bahwa sebelum webinar berlangsung:

- 72% peserta memiliki tingkat pemahaman yang masih kurang mengenai gastritis,
- 13% peserta berada pada kategori cukup, dan
- hanya 15% peserta yang berada dalam kategori baik.

Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki pengetahuan yang memadai terkait penyakit gastritis, baik dari segi penyebab, gejala, maupun penanganannya. Hal ini menunjukkan urgensi diadakannya kegiatan edukasi.



Gambar 2. Gambaran Tingkat Pemahaman Peserta Setelah Webinar

Setelah webinar dilaksanakan, terjadi perubahan signifikan pada pemahaman peserta. Gambar 2 menunjukkan bahwa:

- 78% peserta sudah berada pada kategori baik,
- 14% peserta dalam kategori cukup, dan
- hanya 8% peserta yang masih dalam kategori kurang.

Perubahan ini mencerminkan keberhasilan pelaksanaan webinar dalam meningkatkan pemahaman peserta secara keseluruhan. Jika dibandingkan dengan sebelum kegiatan, terjadi peningkatan sebesar 63% pada peserta dengan pemahaman “baik”, serta penurunan 64% pada kategori “kurang”.

Hasil ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa platform Zoom Meeting dapat digunakan secara efektif untuk menyampaikan materi edukatif kepada masyarakat, meskipun

pembelajaran dilakukan secara jarak jauh. Webinar ini mampu memberikan dampak positif dalam hal peningkatan pengetahuan, terutama karena disampaikan secara interaktif dan real-time oleh pemateri yang kompeten di bidangnya.

Selain itu, kesesuaian materi dengan kebutuhan peserta juga menjadi faktor keberhasilan dalam proses pembelajaran ini. Interaktivitas yang disediakan oleh Zoom, seperti fitur chat, screen sharing, dan sesi tanya jawab langsung, memungkinkan peserta untuk lebih mudah memahami isi materi.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan terhadap peserta webinar, dapat disimpulkan bahwa kegiatan sosialisasi ini berhasil meningkatkan tingkat pemahaman peserta secara signifikan. Sebelum mengikuti webinar, sebagian besar peserta (72%) masih memiliki pemahaman yang kurang mengenai gastritis, dan hanya 15% yang tergolong dalam kategori baik.

Namun setelah pelaksanaan webinar, terjadi peningkatan tajam dalam pemahaman peserta, di mana 78% peserta masuk dalam kategori baik, dan hanya 8% yang masih berada dalam kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan mampu dipahami dengan baik oleh peserta dan webinar terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan dan pengobatan gastritis.

Dengan demikian, kegiatan ini dapat menjadi salah satu bentuk edukasi kesehatan yang tepat sasaran, serta menjadi model pelaksanaan sosialisasi daring yang bermanfaat dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

Daftar Pustaka

- Handayani, M., & Thomy, T. A. (2018). Hubungan Frekuensi, Jenis Dan Porsi Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*,
- Arifin AM, Yani A, Lestari YN. (2020). Hubungan Frekuensi Jenis Makanandan Rata-Rata Asupan Harian (Energi, Karbohidrat, Lemak dan Protein) Dengan Terjadinya Gastritis (Studi Pada Pegawai Di Rumah Sakit Holistic Purwakarta). *Univ Ngudi Waluyo*
- Barkah, A., Agustiyani, I., & Abdi. (2021). Pengaruh Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis di Puskesmas Setu I. *Stikes Abdi Nusantara Jakarta*,
- Diyono. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Medah*. Prenada Media.Mappagerang, R., & Hasnah. (2017). Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makandengan Kejadian Gastritis diruang Rawat Inap RSUD Nene Mallomo Kabupaten Sidrap. *Jikp Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*
- Jusup, L. (2013). *Masakan Lezat & Sehat untuk Penderita Gastritis*. Gramedia Pustaka Utama
- Feyisa, Tadese, Z., and Woldeamanuel, B. (2021). "Prevalence and Associated Risk Factors of Gastritis among Patients Visiting Saint Paul Hospital Millennium Medical College, Addis Ababa, Ethiopia. *PLoS ONE Kementerian Kesehatan*. (2010). *Profil Kesehatan Indonesia 2009*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Akbar M, Ardana M, Kuncoro H. Analisis Minimalisasi Biaya (Cost-Minimization Analysis) Pasien Gastritis Rawat Inap di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Proceeding Mulawarman Pharm Conf 2018*;7:14–21.
- Angkow J, Robot F, Onibala F. Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Bahu Kota Manado. *J Keperawatan UNSRAT 2014*;2(2):111136.

- Apriyani L, L MW, Puspitasari I. Hubungan Pola Makan Dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong. *J Keperawatan Merdeka* 2021;1(1):74–80.
- Engevik AC, Kaji I, Goldenring JR. The physiology of the gastric parietal cell. *Physiol Rev* 2020;100(2):573–602.
- Hendrawan A. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tenaga Kerja Pt'X' Tentang Undang-Undang Dan Peraturan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja. *J Delima Harapan* 2019;6(2):69–81.
- Heryana A. Buku Ajar Metodologi Penelitian pada Kesehatan Masyarakat. *Bahan Ajar Keperawatan Gigi* 2020;(June):1–187.
- Ilmiah KT, Herdiana FF, Studi P, Iii D, Farmasi F, Bhakti U, et al. Review Artikel : Profil Penggunaan Obat Tukak. 2021;