

**LAPORAN PELAKSANAAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

**PENYULUHAN KESEHATAN TERKAIT PENGENALAN EDUKASI
PENYAKIT GERD PADA IBU IBU PKK DESA PEKUNCEN
KABUPATEN BANYUMAS**



Dosen Pendamping:

Luthfi Hidayat Maulana, S.KM., M.Si.

Apt. Ubun Fadli Serahli, M.Farm

Disusun Oleh:

Anisah Eka Novianna NIM. 42121001

**PROGRAM STUDI FARMASI
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PERADABAN**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN MASYARAKAT

1. Judul
**PENYULUHAN KESEHATAN WASPADA KOLESTROL TINGGI
PADA IBU-IBU PKK DESA CIKEMBULAN RT 07/RW 02
PAKUNCEN KABUPATEN BANYUMAS**
2. Pelaksanaan
 - a. Nama Lengkap : 1. Anisah Eka Noviana
2. Luthfi Hidayat Maulana, S.KM.,
M.Si.
3. Apt. Ubun Fadli Serahli, M. Farm.
 - b. Jenis Kelamin : Perempuan
 - c. NIM : 42121001
 - d. Jabatan : Mahasiswa
 - e. Fakultas / Jurusan : Sains dan Teknologi / Farmasi
 - f. Alamat / Telp / E-mail : Krajan Lor, RT 03 / RW 04, Pakujati,
Paguyangan, Brebes, Jawa Tengah/
083891717443/
anisahekanoviana061103@gmail.com
 - g. Lama Pengabdian : 1 Hari
 - h. Biaya : -

Bumiayu, 10 Agustus 2023

Mengetahui,
Ketua LPPM
Universitas Peradaban

Dr. Sutarmin, S.Si., M.M.
NIDN: 0621097401



Pelaksana,

Anisah Eka Noviana
NIM. 42121001

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : M. Nidzomuddin, S.Sos

Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan Universitas Peradaban Bumiayu

Telah menerima Laporan Pengabdian Kepada Masyarakat yang berjudul:

**“PENYULUHAN KESEHATAN TERKAIT PENGENALAN EDUKASI
PENYAKIT GERD PADA IBU PKK DESA PEKUNCEN KABUPATEN
BANYUMAS”**

Dari Penulis:

Nama : 1. Anisah Eka Noviana

2. Luthfi Hidayat Maulana, S. KM., M.Si.

3. Apt. Ubun Fadli Serahli, M. Farm.

NIM : 42121001

Jabatan : Mahasiswa

Untuk dipublikasikan diperpustakaan Universitas Peradaban.

Demikian surat ini kami buat untuk digunakan sebagai bukti laporan akhir
Pengabdian Kepada Masyarakat

Bumiayu, 10 Agustus 2023

Kepala UPT Perpustakaan
Universitas Peradaban



M. Nidzomuddin, S.Sos

SURAT TUGAS



LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (LPPM) UNIVERSITAS PERADABAN

Alamat : Jalan Raya Pagojengan Km. 3 Paguyangan Brebes 52276
Telp. (0289) 432032 Fax (0289) 430003

Nomor : 562/PI/LPPM.061042/VII/2023
Hal : Permohonan Pelaksanaan Penyuluhan

Yth. Kepala Ibu-Ibu PKK di Desa Cikembulan Pekuncen
Di
Tempat

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan adanya tugas mata kuliah Ilmu Kesetahan Masyarakat di Universitas Peradaban tersebut di bawah ini :

Nama : Anisah Eka Noviana
NIM : 42121001
Program Studi : Farmasi
Judul : Penyuluhan Kesehatan Tentang Edukasi Penyakit GERD
Lokasi : Desa Cikembulan Pekuncen
Waktu : 23 Juli 2023

Untuk keperluan tersebut di atas, mohon izin mengadakan Penyuluhan di Desa Cikembulan Pekuncen yang Bapak/Ibu pimpin dan hasil penyuluhan hanya digunakan sebagai laporan Tugas Akhir UAS.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian Bapak/Ibu kami mengucapkan terimakasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Bumihayu, 09 Juli 2023
Hormat kami,
Ketua LPPM Universitas Peradaban
Dr. Winarto, M.Pd.
NIDN : 0612118801

Tembusan:
Arsip

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Alhamdulillah selalu terpanjatkan kepada Allah SWT, sang maha pemberi kekuatan sehingga penulis bisa menyelesaikan laproran penyuluhan kesehatan masyarakat yang berjudul **“Penyuluhan Kesehatan Terkait Pengenalan Edukasi Bahaya Penyakit GERD Pada Ibu Ibu PKK Desa Pekuncen Kabupaten Banyumas”**

sebagai salah satu tugas Mata Kuliah Ilmu Kesehatan Masyarakat.

Kegiatan Penyuluhan ini dapat terlaksana dengan baik dan berhasil dengan adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada:

1. Dr. Muh. Kadarisman, S.H., M.Si. selaku Rektor Universitas Peradaban
2. Luthfi Hidayat Maulana, S.KM., M.Si. selaku Dosen Pengampu Mata Kuliah Ilmu Kesehatan Masyarakat
3. Apt. Ubun Fadli Serahli, M.Farm selaku Dosen Pendamping
4. Segenap pengurus ibu ibu pkk desa pekuncen rt 07 rw 09 kabupaten banyumas

Semoga segala bantuan dan perhatian Bapak/Ibu sekalian menjadi amal saleh dan mendapatkan imbalan yang setimpal dari Allah SWT. Aamiin.

Bumiayu, 24 Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--|------------|
| HALAMAN PENGESAHAN | i |
| SURAT PERNYATAAN | ii |
| SURAT TUGAS | iii |
| KATA PENGANTAR | iv |
| DAFTAR ISI | v |
| A. PENDAHULUAN | 1 |
| 1. Analisis Situasi | 1 |
| 2. Perumusan Masalah | 3 |
| B. TUJUAN DAN MANFAAT | 3 |
| 1. Tujuan | 3 |
| 2. Manfaat | 3 |
| C. KERANGKA PEMECAHAN MASALAH | 4 |
| D. PELAKSANAAN | 4 |
| 1. Realisasi Pemecahan Masalah | 4 |
| 2. Khalayak Sasaran | 4 |
| 3. Metode Yang Digunakan | 5 |
| E. HASIL KEGIATAN | 5 |
| F. KESIMPULAN DAN SARAN | 6 |
| 1. Kesimpulan | 6 |
| 2. Saran | 6 |
| DAFTAR PUSTAKA | 7 |
| LAMPIRAN – LAMPIRAN | 8 |
| LAMPIRAN I FOTO – FOTO PENYULUHAN | 8 |
| LAMPIRAN II BROSUR PENYULUHAN | 9 |
| LAMPIRAN III MEDIA SOSIAL | 10 |

A. PENDAHULUAN

1. Analisis Situasi

Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) menurut Buntara et.all (2020) merupakan gejala komplikasi pada lambung yang disebabkan karena pada motilitas menurun pada saluran cerna sehingga isi lambung masuk kedalam rongga mulut dan esophagus. Untuk pasien GERD merupakan seluruh manusia yang terindikasi risiko akibat dari komplikasi pada diri karena pengaruh refluks gastroesofageal, serta semua orang yang mengalami permasalahan terkait kesehatan (kualitas hidup) terkait gejala refluks. Secara sederhana, GERD diartikan sebagai suatu gejala dikarenakan regurgitasi dari lambung sehingga mengalami heartburn (kondisi dada yang panas) serta gejala lain (Bastari, 2011).

Faktor yang menyebabkan GERD antara lain obat seperti theophylline, anticholinergics, nitrates, beta adrenergics and calcium-channel blockers. Makanan dan minuman yaitu makanan berlemak, pedas, coklat, minuman seperti alkohol, kopi dan rokok. Hormon, biasanya untuk yang sedang hamil dan penderita menopause, pada yang sedang hamil terjadi penurunan tekanan LES yang disebabkan oleh meningkatnya pada hormon progesteron, menurunnya tekanan Lower Esophageal Spinchter diakibatkan terapi hormon esterogen pada wanita yang mengalami menopause. Struktural, ada hubungannya atas hernia hiatus dan Lower Esophageal Spinchter dengan panjang kurang dari 3cm, dapat berkontribusi pada GERD. Jika IMT semakin tinggi maka akan menyebabkan, risiko yang lebih besar terjadinya Gastroesophageal Reflux Disease (Saputera & Monica, 2017). Lambung terletak sebelum duodenum dan setelah esofagus yang disebut dengan organ pencernaan. Fungsi dari lambung yaitu untuk memproses metabolisme makanan (Syari & Sari, 2021). Prevelensi gangguan lambung mengalami peningkatan tiap tahunnya di indonesia (Widaya dkk, 2018). Gangguan sistem pencernaan merupakan masalah kesehatan dan keluhan yang umum di indonesia (Dwiatama, Darusman & Priani, 2022). Salah satu gangguan sistem pencernaan adalah Gastroesophageal Reflux Disease

Apabila GERD tidak segera dilakukan tindakan, maka akan menyebabkan bahaya dan bahkan dapat mengalami gangguan dari sistem pencernaan, akan beresiko terjadinya

kanker pada kerokongkongan, oleh karena itu GERD harus memiliki ketepatan dalam pengobatannya (Ndraha dkk, 2016). Jika GERD tidak segera diobati maka akan menimbulkan komplikasi. Sebuah kelompok konsensus internasional mendefinisikan Gastroesophageal Reflux Disease merupakan kondisi yang berkembang saat refluks isi lambung menimbulkan gejala, dengan atau tanpa komplikasi (Young, Kumar, & Thota, 2023). Berdasarkan lokasinya, gejala dari GERD terbagi kedalam dua jenis yakni sindrom esofageal dan ekstraesofageal. Sindrom esofageal adalah refluks kerongkongan dengan ataupun tanpa kerusakan struktural (keadaan jaringan yang abnormal atau lesi). Tanpa lesi seperti nyeri dada non kardiak, regurtasi dan heartburn, dengan lesi seperti barret's esophagus, striktur reflux, esofagitis dan adenokarsinoma esofagus (Saputera & Budianto, 2017)

Pengobatan GERD berfungsi untuk memperbaiki kerusakan dan mempercepat penyembuhan mukosa esofagus, mengatasi gejala, mencegah komplikasi dan mengurangi kekambuhan dengan cara modifikasi gaya hidup (Saputera & Budianto, 2017). Modifikasi gaya hidup merupakan pilihan pertama klien untuk penyembuhan GERD (Young, Kumar & Thota, 2020). Terdapat Faktor Risiko Gastroesophageal Reflux Disease meliputi pada usia tua, Kelebihan berat badan, Depresi, Rokok, dan Kurangnya aktivitas pada fisik (Clarrett & Hachem, 2018). Pengobatan Gastroesophageal Reflux Disease terdiri dari penyembuhan non farmakologi dan farmakologi Untuk mengurangi tingkat terjadinya GERD maka perlu dilakukan modifikasi gaya hidup dan kajian pengobatan pada pasien GERD (Irawati, 2013).

Pentingnya dilakukan analisis pengobatan dan modifikasi gaya hidup dikarenakan semakin meningkatnya angka terjadinya GERD di indonesia Ada beberapa obat untuk mengatasi GERD yaitu obat PPI seperti lansoprazol, emoprazol, pantoprazol, dan esomeprazol. Antasida dapat meningkatkan lower esophageal sphincter (LES). H₂RA seperti famotidin, ranitidin dan simetidin dan Meroklopramid digunakan sebagai metoklopramid yang adalah obat agonis dopamin untuk LES meningkat.

Didesa pekuncen kabupaten banyumas merupakan daerah yang memiliki penduduk dengan jumlah penderita GERD atau asam lambung yang lumsysn meningkat pada tahun ini. Keadaan tersebut dikarenakan pola hidup masyarakat setempat yang kurang sehat dan

pengetahuan masyarakat mengenai penyakit GERD yang masih kurang, sehingga hal tersebut menjadi faktor penduduk terkena GERD. Berdasarkan permasalahan bahaya serangan jantung yang sudah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa masyarakat perlu pengetahuan tentang pengenalan dan pencegahan penyakit GERD agar dapat membantu masyarakat yang terkena gejala awal GERD.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumusan masalah “Penyuluhan kesehatan tentang pengenalan edukasi penyakit GERD pada ibu-ibu pkk desa pekuncen kabupaten banyumas”.

B. TUJUAN DAN MANFAAT

1. Tujuan

Bersasarkan perumusan masalah maka dapat diambil tujuannya yaitu untuk meningkatkan kesehatan ibu – ibu khususnya untuk pencegahan penyakit GERD.

2. Manfaat

a. Manfaat Bagi Masyarakat

Menambah informasi bagi masyarakat agar dapat meningkatkan kesehatan masyarakat.

b. Manfaat Bagi Remaja

Menjadikan diri selalu dalam kondisi sehat baik secara fisik maupun mental serta menambah pengetahuan mengenai penyakit GERD.

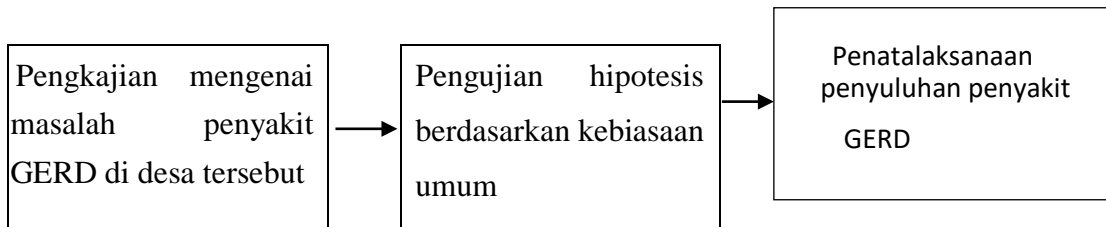
c. Bagi Penyuluh

Mengamalkan ilmu pengetahuan tentang penyakit GERD dan mampu berkomunikasi didepan khayalak umum.

C. KERANGKA PEMECAHAN MASALAH

Pada penyuluhan ini, selain penulis ingin menguji hipotesis penulis juga ingin mengkaji masalah yang timbul di Desa Pekuncen RT 07 / RW 09 Banyumas serta mengadakan sosialisasi penyakit GERD di desa tersebut.

Berikut Kerangka Pemecahan Masalah yang saya lampirkan:



D. PELAKSANAAN

1. Realisasi Pemecahan Masalah

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang edukasi bahaya penyakit GERD ini adalah Ibu Ibu Pkk Desa Pekuncen Rt 07/Rw 09 Kabupaten Banyumas. telah dilaksanakan pada hari Senin tanggal 16 Juli 2023, dengan perincian jadwal dan materi sebagai berikut:

| Waktu | Acara |
|---------------|--|
| 14.00 – 14.30 | Pembukaan dan kegiatan mengkaji serta pengisian daftar hadir |
| 14.30 – 15.10 | Pemaparan materi mengenai penyakit GERD dan sesi tanya jawab |
| 15.10 – 16.00 | Mengikuti inti acara yang diadakan ibu ibu pkk tersebut |
| 16.00 | Penutup dan doa bersama |

2. Khalayak Sasaran

Sasaran yang dituju dalam penyuluhan kesehatan tentang edukasi bahaya penyakit GERD ini ibu ibu pkk rt 07 rw 09 desa pekuncen kabupaten banyumas.

3. Metode Yang Digunakan

Subjek dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ibu ibu pkk Rt 07 Rw 09 Desa Pekuncen Kabupaten Banyumas. Pada tahap awal dilakukan terlebih dahulu perkenalan dan pendekatan dengan ibu – ibu pkk dan dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan dengan metode ceramah dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang merupakan suatu upaya untuk mengetahui respon atau partisipasi dari peserta ataupun evaluasi materi yang dapat dipahami oleh para ibu – ibu pkk desa pekuncen kabupaten banyumas. Audiens yang mampu menjelaskan kembali materi yang disampaikan akan menjadi hasil atau gambarkan keberhasilan penyuluhan kesehatan penyakit GERD ini.

E. HASIL KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang berjudul *“Penyuluhan Kesehatan Terkait Pengenalan Edukasi Penyakit GERD Pada Ibu Ibu PKK Desa Pekuncen Kabupaten Banyumas”*, telah terlaksana pada hari Ahad, 16 Juli 2023 pada pukul 14.00 – 16.30 WIB. Pada saat kegiatan dimulai ibu – ibu mengaji kemudian dilanjutkan dengan mengisi daftar hadir yang telah disediakan, Sambil mendengarkan penyampaian materi yang disampaikan (materi terlampir). Setelah itu Dilakukan sesi tanya jawab . Pada sesi penyampaian materi, ternyata masih banyak yang belum memahami tentang penyakit GERD. Hal ini tercerminkan dari beberapa pertanyaan yang diajukan. Oleh karena itu, kegiatan semacam ini sangat diperlukan bagi kalangan ibu – ibu dengan materi yang menyesuaikan dengan permasalahan – permasalahan mengenai penyakit yang dialami oleh warga di daerah tersebut. Pelaksanaa penyuluhan berjalan dengan lancar sesuai dengan jadwal kegiatan yang sudah ditentukan.

F. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan yaitu ibu-ibu di Desa Pekuncen Rt 07 Rw 09 Kabupaten Banyumas, 70% memahami materi yang telah disampaikan. Peresentase tersebut didapat dari respon ibu – ibu yang dapat menjelaskan atau menjawab dari pemateri.

2. Saran

a. Bagi Pemerintah Desa

Baiknya pemerintah desa selalu berkoordinasi dengan petugas kesehatan puskesmas untuk rutin mengadakan kegiatan penyuluhan dan cek kesehatan kepada masyarakat desa khususnya pada masyarakat yang sudah sepuh.

b. Bagi Penderita GERD

Diharapkan untuk lebih menjaga kondisi kesehatan dengan melakukan pemeriksaan dini dan menerapkan gaya hidup sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Clarrett, D.M & Hachem, C. (2018). 'Gastroesophageal Reflux Disesse (GERD)', Missouri Medicine, 115(3), 214 218. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6140167/pdf/ms115_p0214.pdf
- Young, A., Kumar, M.A., & Thota, P.N. (2020). 'GERD : A Practical Approach', Cleveland Clinic Journal of Medicine, 87(4), pp. 223 230. Available doi:10.3949/ccjm.87a.19114
- Saputera, M.D & Budianto, W. (2017). 'Diagnosis dan Tatalaksana Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) di Pusat Pelayanan Kesehatan Primer', Continung Medical Education, 44(5), 329 332. <http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2469537&val=23521&title=Diagnosis%20dan%20Tata%20Laksana%20Gastroesophageal%20Reflux%20Dis%20ease%20GERD%20di%20Pusat%20Pelayanan%20Kesehatan%20Primer>
- Irawati, S. (2013). 'Penatalaksanaan Gastroesophageal Reflux Disease', Buletin Rasional, 11(1), 6-8. <http://repository.ubaya.ac.id/21354/1/RAS>
- Dwiatama, A., Darusman, F., & Priani, S.E. (2022). 'Kajian Pengobatan Tukak Lambung dan Gastroesophageal Reflux Disease (GERD)', Pharmacy, 2(2),pp. 170 176. Available at : <https://doi.org/10.29313/bcsp.v2i2.3781>

LAMPIRAN – LAMPIRAN

LAMPIRAN I . FOTO – FOTO PENYULUHAN



LAMPIRAN II . BROSUR PENYULUHAN

Tipe-Tipe Cara Hidup Mengakibatkan GERD :



Mengurangi konsumsi makanan pedas, asam, berminyak, daging merah, terasi, dan tepung



Menghindarkan pola makan agar lebih banyak sayur, buah, dan tepung



Hindari begang tidur, banyak makan, minimal 3 jam sebelum tidur



Mengurangi konsumsi makanan yang mengandung kafein, soda dan alkohol

Terapi pengobatan GERD



GERD

Suatu gangguan dimana isi lambung mengalami refluks secara berulang ke dalam esofagus, yang menyebabkan terjadinya gejala dan/atau komplikasi mengganggu

GERD (Gastroesophageal Reflux Disease)

Yuuk !! Kenali GERD dan Cara Mengatasinya



Kamu GERD kalau :

- 1 Sering begah (kembung) & sendawa
- 2 Mual & bisa sampai muntah
- 3 Nyeri disekitar dada
- 4 Sering sesak nafas
- 5 Kerongkongan sakit & perih
- 6 Ada rasa asam di mulut




VectorStock.com/26114825




LAMPIRAN III. MEDIA SOSIAL


1. Instagram



2. Youtube



10.23   

Deskripsi 

Penyuluhan Kesehatan Pengenalan Edukasi Penyakit GERD Pada Ibu-ibu PKK di Desa Pekuncen

0
Suka

7
Penayangan


18 Jul
2023



Nama : Anisah Eka Noviana
Nim : 42121001
Kelas : Farmasi Reguler/4




Transkrip

Ikuti menggunakan transkrip.

[Tampilkan transkrip](#)

 **Anisah Eka Noviana**

 Video  Tentana

LAMPIRAN IV

PENGENALAN MATERI BAHAYA GERD

1. Pengertian GERD

GERD (Gastroesophageal Reflux Disease) adalah gejala komplikasi pada lambung yang disebabkan karena pada motilitas menurun pada saluran cerna sehingga isi lambung masuk kedalam rongga mulut dan esophagus.

2. Penyebab GERD

- a. Sakit maag
- b. Pola makan tidak teratur
- c. Merokok
- d. Sering begadang
- e. Terlalu banyak minum kopi
- f. Konsumsi junk food

3. Tanda dan Gejala GERD

- a. Nyeri di dada
- b. Bau Mulut
- c. Sakit tenggorokan
- d. Dada terasa panas dan sesak
- e. Nyeri di ulu hati
- f. Rasa pahit di mulut
- g. Mual dan muntah
- h. Badan terasa lemas

4. Cara Pencegahan GERD

- a. Menjalani gaya hidup sehat
- b. Kurangi konsumsi makanan pedas dan asam
- c. Rutin berolahraga
- d. Kelola stress
- e. Makan tepat waktu dengan porsi secukupnya
- f. Istirahat cukup
- g. Hindari merokok

5. Bagi Orang Yang Sudah Sakit

- a. Berobat secara teratur
- b. Jagan menghentikan, mengubah dan menambah dosis dan jenis obat tanpa petunjuk dari dokter
- c. Konsultasikan dengan petugas kesehatan jika menggunakan obat untuk penyakit lain

6. Makanan Yang Dianjurkan

- a. Makanan yang mengandung protein, vitamin dan mineral
- b. Sayur dan buah – buahan yang mengandung serat
- c. Ikan tuna dan salmon

7. Makanan Yang Dihindari
 - a. Makanan berlemak
 - b. Makanan yang pedas dan asam
 - c. Makanan yang sulit dicerna
 - d. Makanan dan minuman yang mengandung gas
 - e. Makanan cepat saji
 - f. Goreng-gorengan
8. Pengobatan Tradisional GERD
 - a. Daun kemangi
 - b. Adas
 - c. Kayu manis
 - d. Cengkeh
9. Obat Generik
 - a. Omeprazole
 - b. Ranitidine
 - c. Cimetidine
 - d. Acpulsif