



LITERASI KESEHATAN: MENGENAL LEBIH DEKAT TENTANG PENCEGAHAN DAN PENANGANAN GASTRITIS PADA MAHASISWA STKIP HAMZAR

Maruli Taufandas^a, Apriani Susmita Sari^b, Hikmah Lia Basuni^c, Muh. Jumaidi
Sapwal^d, Ririnnisahawaitun^e, Ahyar Rosidif^f, Anatun Aupia^g

^{a,b,c,d,e,f,g} Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar,
Lombok Timur, Indonesia
e-mail: marta86lombok@gmail.com
No WA: 081808891722

ABSTRACT

The condition that is often experienced by students is gastritis. Gastritis is one of the disorders of the digestive system that occurs due to an imbalance of stomach acid; gastritis often occurs if the diet is irregular, such as in students who have to go to college every morning. Some students sometimes don't have time to have breakfast which causes a person to experience stomach ache or gastritis. Gastritis can be a serious problem for students/adolescents, be it acute gastritis or chronic gastritis that students can experience. One of the causes of gastritis is a poor diet, not having breakfast before going to college. To minimize gastric disturbances or gastritis, of course, the role of health workers is required to provide health education or health literacy so that students understand what must be done to prevent gastritis. The purpose of this PKM is to prevent and minimize the occurrence of gastritis in students/adolescents. The method used in this service is in the form of health education or health counseling aimed at students, how to measure the level of understanding of the material provided is then carried out pretest and posttest. The results of community service in the form of an increase in the level of student knowledge about gastritis were strengthened by the results of the Wilcoxon test p value 0.001, p value <0.05 , there was an effect of health literacy about gastritis on the level of student knowledge about gastritis.

Keywords: health literacy; student; gastritis

ABSTRAK

Kondisi yang sering dialami oleh mahasiswa adalah gastritis. Gastritis merupakan salah satu gangguan sistem pencernaan yang terjadi akibat adanya ketidakseimbangan asam lambung, gastritis sering terjadi jika pola makan tidak teratur, seperti pada mahasiswa yang setiap pagi harus berangkat kuliah. Sebagian mahasiswa kadang tidak sempat untuk sarapan pagi yang mengakibatkan seseorang mengalami sakit perut atau gastritis. Gastritis bisa menjadi masalah yang serius bagi mahasiswa (remaja), baik itu gastritis akut ataupun gastritis kronis yang bisa saja dialami oleh mahasiswa. Salah satu penyebab gastritis adalah pola makan yang kurang baik, tidak sarapan pagi sebelum berangkat kuliah. Untuk meminimalisir gangguan pada lambung atau gastritis, tentunya memerlukan peran dari petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan kesehatan atau literasi kesehatan sehingga mahasiswa paham akan apa yang harus dilakukan untuk mencegah gastritis. Tujuan PKM ini adalah untuk mencegah dan meminimalisir terjadinya gastritis pada mahasiswa (remaja). Metode yang digunakan dalam pengabdian ini berupa pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan yang ditujukan kepada mahasiswa, cara pengukuran tingkat pemahaman materi yang diberikan dilakukan dengan melaksanakan pretest dan posttest. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat berupa adanya peningkatan tingkat pengetahuan mahasiswa tentang gastritis

Received January 02, 2023; Revised January 11, 2023; Accepted January 25, 2023

yang dikuatkan dengan hasil uji wilcoxon p value 0,001, p value < 0,05, ada pengaruh literasi kesehatan tentang gastritis terhadap tingkat pengetahuan mahasiswa tentang gastritis.

Kata Kunci: literasi kesehatan; mahasiswa; gastritis

1. PENDAHULUAN

Gastritis merupakan salah satu gangguan sistem pencernaan yang terjadi akibat adanya ketidakseimbangan asam lambung, gastritis sering terjadi jika pola makan tidak teratur, seperti pada mahasiswa yang setiap pagi harus berangkat kuliah. Sebagian mahasiswa kadang tidak sempat untuk sarapan pagi yang mengakibatkan seseorang mengalami sakit perut atau gastritis. Gastritis yaitu suatu peradangan yang terjadi pada mukosa lambung yang bersifat akut maupun kronis. Adapun gejala yang sering ditimbulkan antara lain perut terasa begah, kembung, mual, muntah dan nyeri pada epigastrium. Penyebab dari gastritis ini antara lain, konsumsi alkohol, pola makan tidak teratur, mengkonsumsi makanan yang pedas dan asam dapat menyebabkan nyeri pada bagian ulu hati, makanan yang asam menyebabkan terjadinya rangsangan pada lambung sehingga meningkatkan sekresi asam lambung yang berlebihan. (Muttaqin & Sari, 2011., Ardiansyah, 2012., Nauri, 2015)

Pada saat ini era *society* 5.0 menuntut generasi muda untuk memperbanyak literasi. Literasi dalam bidang kesehatan sangat diperlukan untuk menumbuhkan budaya sehat bagi remaja khususnya mahasiswa yang akan menjadi penerus generasi masa depan. Penyakit tidak menular (PTM) yang saat ini banyak dialami oleh lansia berawal dari kurang literasi pada saat muda, selain itu kurangnya pemahaman anggota keluarga terhadap upaya promotif dan preventif, oleh sebab itu dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema Literasi Kesehatan Pencegahan dan Penanganan Gastritis pada Mahasiswa akan memberi dampak yang positif bagi mahasiswa dan masyarakat secara khusus, karena mahasiswa sangat dekat dengan masyarakat jika nanti akan melaksanakan kuliah kerja nyata sehingga mampu menjadi agen perubahan dalam bidang kesehatan. Dengan adanya literasi kesehatan sejak dini diharapkan memutus mata rantai penyakit tidak menular yang bisa diubah dengan pola hidup sehat.

2. METODE

Bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen STIKes Hamzar Lombok Timur dalam rangka meningkatkan literasi kesehatan mahasiswa tentang gastritis di STKIP Hamzar menggunakan metode ceramah berupa tatap muka dengan media visual dan leaflet. Dengan kombinasi metode ceramah, visual dan leaflet diharapkan tingkat pemahaman dan daya ingat mahasiswa terhadap materi yang disampaikan menjadi meningkat.

Melalui pengabdian masyarakat ini dengan metode ceramah diharapkan dosen STIKes Hamzar Lombok Timur sebagai pemateri dapat memberikan keilmuan yang baru tentang gastritis sebagai tambahan informasi bagi mahasiswa, serta tambahan informasi dalam menghadapi permasalahan gastritis. Waktu pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat berlangsung selama 1 hari, yaitu pada tanggal 15 Desember 2022.

Untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta pengabdian kepada masyarakat maka dilakukan tes dengan menggunakan metode *pretest* dengan membagikan kuesioner kepada peserta untuk dijawab sebelum materi akan disampaikan yang terdiri dari pertanyaan pilihan ganda, selanjutnya pengabdian memberikan materi tentang gastritis, setelah materi selesai dilanjutkan dengan *posttest* untuk mengukur kembali tingkat pemahaman peserta pengabdian kepada masyarakat setelah diberikan materi. Untuk melihat ketercapaian ini maka dilakukan uji wilcoxon sehingga dapat melihat pengaruh dari literasi kesehatan tentang gastritis terhadap tingkat pengetahuan mahasiswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat memiliki dampak yang positif kepada peserta yaitu mahasiswa, hal ini terlihat dari hasil yang telah didapatkan oleh tim peserta pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini diikuti dengan baik oleh semua peserta serta mampu untuk menjawab beberapa pertanyaan yang diberikan kepada mahasiswa untuk mengukur secara tidak langsung tingkat pemahaman peserta. Hasil kegiatan pendidikan kesehatan tentang gastritis yang diikuti oleh 43

mahasiswa berdasarkan dari kegiatan yang telah dilakukan terdapat beberapa hasil evaluasi sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil evaluasi literasi kesehatan

Variabel	Kegiatan	Mean	P value
Pengetahuan mahasiswa tentang pencegahan dan penanganan gastritis	Pretest	7,86	0,001
	Posttest	9,06	

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa pengetahuan peserta sebelum dan sesudah dilakukan pendampingan mengalami peningkatan nilai mean dan nilai uji *Wilcoxon* didapatkan *p value* tingkat pengetahuan mahasiswa = 0,001. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan literasi kesehatan dalam bentuk penyuluhan literasi kesehatan tentang gastritis. Pelaksanaan, kerjasama yang baik dan kooptif dengan bagian kemahasiswaan STKIP Hamzar yaitu menyiapkan tempat pengabdian.

Peserta kegiatan dapat mengerti tentang gastritis dengan cara mahasiswa mengatur pola makan dan jenis makanan yang harus dikonsumsi untuk meminimalisir terjadinya gastritis pada mahasiswa, remaja juga harus terbiasa sarapan pagi sebelum memulai aktifitas perkuliahan untuk mencegah terjadinya gastritis akut. Penulis berpendapat bahwa literasi kesehatan sangat baik jika dilakukan sejak awal kepada mahasiswa sehingga mahasiswa mampu untuk menerapkan pola hidup yang sehat untuk mencegah terjadinya gastritis, serta mahasiswa bisa menjadi agen perubahan dalam gaya hidup sehat dilingkungan kampus, keluarga dan masyarakat. Tingkat pengetahuan mahasiswa berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan komunitas mahasiswa dikampus, sehingga angka kejadian gastritis pada remaja dan dewasa dimasa yang akan datang akan menurun. Hal ini dilakukan dengan pendekatan literasi kesehatan. Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni: indera penglihatan, pendengar, pencium, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.



Gambar 1. Proses *Pretest*



(a) (b) (c)
Gambar 2. Penyampaian materi (a) sesi tanya jawab (b) *posttest*

Jika penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses seperti ini, akan didasari oleh pengetahuan, kesadaran, dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng. Sebaliknya, apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran akan tidak berlangsung lama. Jadi, pentingnya pengetahuan disini adalah dapat menjadi dasar dalam merubah perilaku sehingga perilaku itu berlangsung dengan baik (Notoatmodjo, 2012). Perilaku yang baru akan mudah diserap oleh mahasiswa jika mahasiswa sudah memiliki tingkat literasi kesehatan yang baik, terbuka akan informasi kesehatan untuk menunjang aktifitas selama proses menjadi mahasiswa, karena mahasiswa memiliki jadwal perkuliahan dari pagi hari sampai sore hari, karena itu perilaku yang baik akan didasari oleh tingkat pengetahuan yang baik pula akan suatu hal yang harus dimiliki melalui literasi kesehatan.

Evaluasi kegiatan, sebelum melakukan literasi kesehatan tim pengabdian kepada masyarakat melakukan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal

mahasiswa tentang gastritis. Setelah melakukan literasi kesehatan atau penyuluhan kesehatan pada mahasiswa selanjutnya tim pengabdian masyarakat melakukan *posttest* terhadap tingkat pengetahuan atau pemahaman mahasiswa tentang pencegahan dan penanganan gastritis.

Evaluasi proses berupaya untuk mengetahui tingkat partisipasi peserta dalam mengikuti literasi kesehatan atau penyuluhan kesehatan tentang gastritis, mahasiswa antusias dalam mengikuti kegiatan tersebut dengan ditandai banyaknya peserta yang bertanya mengenai materi yang telah disampaikan. Selain itu dari hasil uji wilcoxon terdapat perubahan tingkat pengetahuan mahasiswa sebelum dilakukan literasi kesehatan dan setelah dilakukan literasi kesehatan dengan *p value* 0,001.

Pada aspek evaluasi hasil dalam literasi kesehatan ini, tim PKM berupaya untuk melakukan evaluasi terkait dengan penyuluhan kesehatan tentang gastritis pada mahasiswa.

Evaluasi hasil pengabdian kepada masyarakat mengacu pada indikator keberhasilan kegiatan literasi kesehatan ini, secara umum pelaksanaan kegiatan berjalan dengan baik dan peserta pelatihan sangat antusias dalam menerima materi dan adanya tanya jawab dua arah antara peserta dan pemateri untuk mengevaluasi tingkat pengetahuan mahasiswa. Tujuan dari literasi kesehatan ini untuk meningkatkan wawasan mahasiswa tentang gastritis sehingga mahasiswa bisa menerapkan pola hidup sehat sejak dini. Apa yang menjadi tujuan dari pengabdian kepada masyarakat telah tercapai yang ditandai dengan adanya peningkatan pemahaman mahasiswa tentang gastritis setelah kegiatan dilaksanakan.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil pengabdian kepada masyarakat ini yaitu mahasiswa memiliki pemahaman tentang gastritis setelah dilakukan literasi kesehatan dalam bentuk penyuluhan tentang gastritis. Pemahaman yang meningkat ini terlihat dari hasil uji *wilcoxon p value 0,001*. Kelebihan dari metode ini yaitu memberikan materi ceramah tatap muka, visual dan membagikan *leaflet* pada peserta, kekurangannya belum menentukan mahasiswa yang dipilih apakah mahasiswa semester 1 atau mahasiswa semester akhir.

Pengembangan selanjutnya akan melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan tema yang berbeda pada setiap semester khususnya pada program studi diluar bidang kesehatan atau keperawatan.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada STKIP Hamzar yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan pengabdian kepada masyarakat khususnya mahasiswa.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah, Muhammad. (2012). *Medical Bedah Untuk Mahasiswa*. Jogjakarta : DIVA Ekspres.
- Brunner dan Suddarth. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Volume 3. Edisi 8 English*. Jakarta: FKUI.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT rineka Cipta.
- Nuari Afrian Nian. (2015). *Buku Ajar Asuhan Pada Gangguan Sistem Gastrointestinal; jakartam*. TIM.
- Muttaqin, Arif & Saei, Kurmala. (2011). *Gangguan Gastriotestinal : Aplikasi Asuhan Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta : Salemba Medika.
- Parakrama, Chandrasoma. (2005). *Ringkasan Patologi Anatomi*. Ed 2. Jakarta: EGC.