

Nyeri Maag Kronis, Antara Obat Medikamentosa dan Konsrvatif Fisioterapi: Dibawakan Pada Live Talk Show TV ITKes-WHS

Arisandy Achmad¹, Desy Annisa Perdana², Neti Eka Jayanti³, Sulfandi⁴, Kasim N Jaiddin⁵,
Wahyuni Dwi Cahya⁶, Rezky Amalia Usman⁷

Program Studi S1 Fisioterapi ITKes Wiyata Husada Samarinda¹⁻⁷

Jl. Kadrie Oening No. 77 Kel. Air Hitam, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda-Kaltim

E-mail: fisioandy@itkeswhs.ac.id

Abstrak

Dispepsia atau maag kronis, secara global merupakan masalah kesehatan dunia. Di Indonesia, keluhan nyeri maag menempati urutan 5 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap. Bahkan, diperkirakan hingga akhir tahun 2020 angka kejadian keluhan nyeri maag di Indonesia akan terus meningkat dari 10 juta jiwa menjadi 28 juta jiwa atau sekitar 11% dari keseluruhan penduduk Indonesia. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan pengendalian keluhan nyeri maag kronis melalui pendekatan Fisioterapi selain medikamentosa. Metode yang digunakan adalah sosialisasi melalui diskusi dan layanan interaktif tanya jawab dengan pemirsa TV WHS di rumah secara live. Hasil kegiatan ini adalah peserta yang mengikuti sosialisasi dapat memahami pemaparan yang sudah disampaikan. Peserta mampu memahami manfaat Fisioterapi sebagai solusi aman dalam mengatasi keluhan nyeri maag kronis. Saran dari kegiatan ini adalah agar *Live Talk Show* Kesehatan terus diberikan secara berkala dan dikembangkan ke arah diskusi kolaboratif dari berbagai lintas profesi kesehatan dalam satu tema yang sama, guna membangun kemitraan dan *intercollaboratif education* (IPE).

Kata Kunci : Fisioterapi, Solusi Aman, Nyeri Maag Kronis

Abstract

Dyspepsia or chronic gastritis is a global health problem. In Indonesia, complaints of heartburn rank 5 of the 10 most common diseases in hospitalized patients. In fact, it is estimated that by the end of 2020 the incidence of heartburn complaints in Indonesia will continue to increase from 10 million to 28 million people or around 11% of the total population of Indonesia. The purpose of this community service is to increase public knowledge about the importance of preventing and controlling chronic gastritis complaints through physiotherapy approaches other than medical. The method used is socialization through discussion and interactive question and answer services with live WHS TV viewers at home. The result of this activity was that participants who took part in the socialization could understand the presentation that had been delivered. Participants were able to understand the benefits of physiotherapy as a safe solution in dealing with complaints of chronic heartburn. The suggestion from this activity is that the Health Live Talk Show should continue to be provided regularly and be developed towards collaborative discussions from various across health professions on the same theme, in order to build partnerships and intercollaborative education (IPE).

Keywords: Physiotherapy, Safe Solution, Chronic Gastritis

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dispepsia. Oleh masyarakat awam, kondisi ini lebih populer dengan keluhan nyeri maag. Berdasarkan data dari sejumlah pusat endoskopi di Indonesia, ditemukan 7000 kasus nyeri maag, dan lebih dari 85% merupakan dispepsia fungsional. Secara global, maag kronis merupakan masalah kesehatan dunia dengan prevalensi mencapai 10-40%, tetapi hanya 10-20% menggunakan pertolongan medis (Longstreth & Lacy, 2019; Kim & Kim, 2020).

Nyeri maag merupakan salah satu penyakit yang umum terjadi di Indonesia. Saat ini, prevalensi keluhan nyeri maag di Indonesia mencapai 40-50%. Bahkan, diperkirakan hingga akhir tahun 2020 angka kejadian keluhan nyeri maag di Indonesia akan terus meningkat dari 10 juta jiwa menjadi 28 juta jiwa atau sekitar 11% dari keseluruhan penduduk Indonesia. Menurut profil Kesehatan Indonesia tahun 2011, keluhan nyeri maag menempati urutan 5 dari 10 penyakit terbanyak pada pasien rawat inap (Muya *et al*, 2015).

Keluhan nyeri maag sendiri bukanlah penyakit, melainkan gejala dari gangguan pencernaan gastroduodenal, yang dideskripsikan sebagai rasa tidak nyaman pada perut, seperti cepat merasa kenyang saat makan, tidak bisa menuntaskan makanan, perut terasa penuh setelah makan dengan porsi normal, rasa perih pada area ulu hati (*epigastric*), hingga gejala mual, muntah dan perut terasa kembung (Futagami *et al*, 2018; Camilleri, 2018; Brun & Kuo, 2010).

Secara patokinesiologi (patologi dan kinesiologi), keluhan nyeri maag dapat terjadi ketika organ lambung mengalami gangguan fungsi gerak motiliti yang dapat menyebabkan terjadinya iritasi, distensi mekanis, spasme, dengan atau tanpa disertai peningkatan asam lambung, dan tanpa sebab-sebab organik atau gangguan metabolismik yang menyertainya. Para ahli gastroenterologi menemukan bahwa terjadinya gangguan fungsi gerak motiliti lambung sebagai akibat dari abnormalitas motorik gastroduodenal dan mengenai 30-70% pasien dengan keluhan maag kronis, disertai hipersensitivitas viscera, dan permasalahan kualitas hidup pasien (Camilleri, 2018; Talley 2017).

Sejumlah peneliti lain mengemukakan bahwa keluhan maag kronis dapat terjadi karena pengaruh gaya hidup, seperti; (1) pola makan yang kurang baik, misalnya makan tidak teratur atau banyak mengonsumsi makanan yang berlemak dan pedas, (2) terlalu sering konsumsi minuman berkarbonat, (3) kebiasaan konsumsi minuman beralkohol, (4) kebiasaan merokok, (5) berat badan berlebihan atau obesitas dan, (6) dampak efek samping obat-obatan misalnya antibiotik, kortikosteroid, golongan NSAID seperti aspirin atau ibuprofen. Sehingga mengganggu fungsi gerak motiliti lambung dan memperburuk keluhan nyeri maag yang sudah ada (Camilleri, 2018; Talley 2017; Brun & Kuo, 2010).

Selain penggunaan obat medikamentosa, dalam upaya pencegahan dan pengendalian keluhan nyeri maag yang lebih buruk, kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Tim Dosen S1 Fisioterapi dari ITKES Wiyata Husada Samarinda, bersama kru TV WHS, menyelenggarakan siaran live dengan tema, **“Nyeri Maag Kronis, Antara Obat Medikamentosa dan Konservatif Fisioterapi”**, sebagai salah satu perwujudan nyata dari Program Studi Fisioterapi terhadap permasalahan maag kronis yang kian meningkat terutama di masa pandemi COVID-19 seperti saat ini. Dan hal ini, tentu saja memerlukan perhatian khusus dari profesi Fisioterapi untuk mensukseskan program kesehatan pemerintah 2020, yakni “gerakan masyarakat hidup sehat atau GERMAS”, dalam kerangka pengendalian keluhan maag kronis. Dimana jumlah pasien dengan keluhan maag kronis, berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Kalimantan Timur (Kaltim) tahun 2017 secara keseluruhan mencapai 7% atau sekitar 260.497 orang dari total 3.721.389 penduduk di Kaltim saat ini (Muya *et al*, 2015).

Tim Dosen Fisioterapi, dalam siaran live TV WHS juga menyarankan masyarakat yang mengalami keluhan maag kronis agar senantiasa; (1) mengatur pola makan dengan makan tepat waktu dengan mengonsumsi makanan dalam porsi sedikit namun lebih sering, (2) membiasakan diri agar tidak langsung berbaring setelah makan setidaknya 2-3 jam sebelum berbaring, (3) menghindari makanan pedas, terlalu asam, atau makanan yang dapat memicu nyeri maag, serta minuman bersoda, kafein, dan beralkohol, (4) tidak mengonsumsi obat-obatan yang bisa menyebabkan iritasi pada lambung dan, (5) mengelola stress.

Meski umum terjadi, keluhan nyeri maag tidak boleh disepulekan. Jika dibiarkan, keluhan nyeri maag bisa berakibat fatal, yang dapat mengarah pada perdarahan lambung, luka pada dinding lambung, bahkan kanker lambung. Oleh karena itu, selain berkonsultasi ke dokter, seseorang yang mengalami keluhan maag kronis juga dapat berkonsultasi langsung dengan Fisioterapi jika tidak kunjung sembuh selama lebih dari 2 minggu, apalagi jika sampai menyebabkan mual dan muntah, BAB terganggu, sesak napas atau nyeri dada. Dalam perawatan Fisioterapi, pasien dengan keluhan maag kronis akan memperoleh berbagai *treatment* seperti; (1) teknik *visceral manipulation* untuk mengembalikan fungsi gerak normal organ lambung dan pengurangan nyeri *epigastric* ulu hati, (2) pendekatan *therapeutic exercise* berupa latihan untuk meningkatkan fungsi respirasi dan memperkuat kinerja organ interna, serta (3) *stress management program* sebagai bagian dari edukasi agar pasien dapat mengontrol emosi dan membangun pola pikir yang positive thinking.

1.2 Tujuan

Pengabdian kepada masyarakat berbasis media interaktif live TV memiliki tujuan untuk mengembangkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai penanganan keluhan maag kronis yang lebih aman melalui Fisioterapi selain obat.

1.3 Permasalahan

Permasalahan yang dihadapi oleh sebagian besar masyarakat umum saat ini adalah kurangnya informasi tentang peranan Fisioterapi dalam pengendalian keluhan maag kronis, masih banyaknya masyarakat yang belum mengetahui manfaat solutif dari tindakan Fisioterapi.

2. METODE PENGABDIAN

2.1 Solusi dan Target Luaran

Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis media interaktif live TV untuk membantu menyelesaikan permasalahan masyarakat, khususnya di kota Samarinda terkait peranan Fisioterapi dalam upaya pengendalian dan penanganan keluhan maag kronis. Kegiatan ini dapat membantu program pemerintah dalam mensukseskan “gerakan masyarakat hidup sehat atau GERMAS”, peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap profesi Fisioterapi dalam upaya pelayanan Penyakit Dalam, serta memperkuat sinergisme perguruan tinggi dengan *stakeholder* terkait.

2.2 Lokasi Kegiatan Pelaksanaan

Studio TV ITKES Wiyata Husada Samarinda, yang beralamat di jalan Kadrie Oening No. 77, Kel. Air Hitam, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda-Kalimantan Timur.

2.3 Metode Kegiatan

Secara teknis, metode kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

Tabel 1. Tahapan kegiatan Live Talk Show “Nyeri Maag Kronis, Antara Obat Medikamentosa dan Konservatif Fisioterapi”

Tahapan Kegiatan	Kegiatan	Metode	Waktu	Keterangan
I	Pembukaan	Pemutaran profil ITKES Wiyata Husada Samarinda	5 menit	Tim Kru TV WHS
II	Penyampaian materi terkait “Nyeri maag kronis, antara pendekatan obat medikamentosa dan konservatif Fisioterapi.”	Ceramah dan diskusi interaktif	20 menit	Host dan Pemateri dari Tim Dosen Fisioterapi
III	Pemecahan Masalah	Diskusi interaktif dan tanya jawab	25 menit	Host, Pemateri dan Pemirsa TV WHS secara live/online
IV	Penyampaian kesimpulan materi yang dibahas	Ceramah dan tanya jawab	10 menit	Host dan Pemateri

- a) Persiapan
 - 1. Penentuan pemateri dan tema yang akan mengisi *Live Talk Show* Kesehatan di TV WHS.
 - 2. Penyusunan dan pembagian materi yang akan disampaikan oleh Tim Fisioterapi saat *Live Talk Show* Kesehatan terkait tema “Nyeri Maag Kronis, antara Obat Medikamentosa dan Konservatif Fisioterapi”.
 - 3. Melakukan serangkaian persiapan *Live Talk Show* Kesehatan dengan para kru TV WHS dengan mengundang pemateri yang kompeten dibidangnya terkait topik yang akan dibahas.
- b) Pelaksanaan

Talk Show Kesehatan dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 22 Oktober 2020 melalui siaran *live* TV WHS di Studio TV ITKES Wiyata Husada Samarinda. Materi pada *Talk Show* Kesehatan menjelaskan tentang peranan Fisioterapi sebagai solusi alternatifaman selain obat medikamentosa dalam mengatasi keluhan maag kronis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan *Live Talk Show* Kesehatan terkait tema “Nyeri Maag Kronis, antara Obat Medikamentosa dan Konservatif Fisioterapi” dapat dikatakan sukses dengan melihat antusias dari masyarakat yang ingin mengetahui lebih detil terkait pandangan, konsep, dan pendekatan Fisioterapi dalam menangani keluhan maag kronis. Terbukti terdapat 939 *view* pemirsa yang mengikuti *Live Talk Show* Kesehatan ini, dan sedikitnya ada 13 pertanyaan yang masuk di layanan interaktif dari pemirsa TV WHS selama 1 jam siaran *Live Talk Show* Kesehatan berlangsung. Secara umum :

- a) Pemirsa TV WHS mulai mengetahui dan memahami pentingnya perananan Fisioterapi pada keluhan maag kronis.
- b) Menarik minat masyarakat untuk ingin lebih dalam mengenal profesi Fisioterapi serta manfaatnya bagi masyarakat dalam mengatasi permasalahan Penyakit Dalam.
- c) Pemberian edukasi ini berguna dalam mencegah dan mengendalikan keluhan maag kronis yang kian meningkat tiap tahunnya.

4. DOKUMENTASI KEGIATAN



5. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dari Tim Dosen Fisioterapi ITKES Wiyata Husada Samarinda tentang “Nyeri Maag Kronis, antara Obat Medikamentosa dan Konservatif Fisioterapi” melalui *Live Talk Show* Kesehatan di TV WHS dapat terlaksana sesuai tujuan yang diharapkan. Pemirsa yang mengikuti *Live Talk Show* Kesehatan ini dapat memahami dengan jelas edukasi dan informasi sesuai yang diharapkan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.

6. REKOMENDASI

Pemberian edukasi tentang “Nyeri Maag Kronis, antara Obat Medikamentosa dan Konservatif Fisioterapi” melalui *Live Talk Show Kesehatan*, sebaiknya terus dilanjutkan secara berkala sebagai upaya pengendalian keluhan maag kronis dan permasalahan Penyakit Dalam lainnya di masyarakat, dalam konteks keilmuan Fisioterapi. Harapan kedepannya, agar *Live Talk Show Kesehatan* juga dikembangkan melalui diskusi kolaboratif dari berbagai lintas profesi kesehatan dalam satu tema yang sama, guna membangun kemitraan dan *intercollaboratif education* (IPE).

7. DAFTAR PUSTAKA

- Camilleri M 2018, *Gastroparesis: Etiology, Clinical Manifestations, and Diagnosis*, Wolters Kluwer, diakses 7 Agustus 2020, <<http://www.uptodate.com>>
- Kim YS & Kim N 2020, Functional Dyspepsia: A Narrative Review With a Focus on Sex-Gender Differences, *Journal of Neurogastroenterology and Motility*, vol. 26, no. 3, hh. 323-334.
- Longstreth GF & Lacy BE 2016, *Functional Dyspepsia in Adults*, Wolters Kluwer, diakses 7 Agustus 2020, <<http://www.uptodate.com>>
- Rita Brun & Braden Kuo 2010. Functional Dyspepsia. SAGE Journal. Vol. 3 no. 3, hh: 145-164
- Seiji Futagami, Hiroshi Yamawaki, Mako Wakabayashi, Noriko Sakasegawa 2018, New Classification Rome IV Functional Dyspepsia and Subtypes *Translational Gastroenterology and Hepatology*. Vol. 3 no. 70
- Talley NJ 2017, Functional Dyspepsia: Advances in Diagnosis and Therapy, *Journal of Gut and Liver*, vol. 11, no. 3, hh. 349-357.
- Tae-Ho Maeng & Jong-Soo Lee 2015, Effectiveness of Abdominal Manipulation Therapy in Functional Dyspepsia Patients, *Journal of Korean Medicine Rehabilitation*, Vol. 25 no. 4
- Yen-Po Wang, Charles C Herndon and Ching-Liang Lu 2020. Non-Pharmacological Approach in the Management of Functional Dyspepsia. *Journal of Neurogastroenterol Motil*. Vol. 26, no. 1.
- Yui Muaya, Arini Widya Murni, Rahmatina Herman 2015, Karakteristik Penderita Dispepsia Fungsional Yang Mengalami Kekambuhan di Bagian I Imu Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. Vol. 4 no. 2