

Penyuluhan tentang Penyakit Usus Buntu di Perguruan Tinggi Islam Modern Amanah-Smp Tahfiz Qur'an

Counseling about Appendicitis at Amanah Modern Islamic College-Tahfiz Qur'an Middle School

Chafia azalia

Article History:

Received:

Revised:

Accepted:

Keywords: *Dangers of Appendicitis, Health in Adolescents*

Abstract. *The World Health Organization (WHO) reports that appendicitis is the eighth leading cause of death in the world in 2020 and is estimated to be the fifth leading cause of death in the world in 2021 (Efendi, 2015). The incidence of appendicitis is more common in developing countries than developed countries, this is due to changes in dietary patterns in developed countries towards low fiber foods. Appendicitis (appendicitis) is a gastrointestinal disease and surgical disease that often occurs in society, especially among teenagers such as students. Young people tend to have poor fiber intake, for example not eating enough vegetables and fruit, which causes functional blockage of the appendix and increases bacterial growth. This can cause appendicitis. Amanah Modern Islamic College-Tahfiz Quran High School Jalan Captain Sumarsono No. used to organize those social services. 180, Helvetia Village, Medan Sunggal District, Deli Serdang Regency, North Sumatra. The target of the activity is students from the Amanah Modern Islamic High School-Tahfiz Qur'an Middle School. The results of this community service have a positive impact on the parties involved, especially the students of Amanah Modern Islamic High School-Tahfiz Qur'an Middle School. Students can increase their knowledge about preventing appendicitis in teenagers. In addition, students can improve skills in preventing appendicitis in teenagers by trying to consume high fiber such as vegetables and fruit to prevent appendicitis.*

Abstrak

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa radang usus buntu merupakan penyebab kematian nomor delapan di dunia pada tahun 2020 dan diperkirakan menjadi penyebab kematian nomor lima di dunia pada tahun 2021 (Efendi, 2015). Angka kejadian apendisitis lebih banyak terjadi di negara berkembang dibandingkan negara berkembang, hal ini disebabkan oleh perubahan pola makan di negara maju menuju makanan rendah serat. Penyakit usus buntu (appendicitis) merupakan salah satu penyakit saluran cerna dan penyakit bedah yang sering terjadi di masyarakat terutama di kalangan remaja seperti pelajar. Orang muda cenderung memiliki asupan serat yang buruk, misalnya kurang makan sayur dan buah, sehingga menyebabkan penyumbatan fungsional usus buntu dan meningkatkan pertumbuhan bakteri. Hal ini dapat menyebabkan radang usus buntu. Perguruan Tinggi Islam Modern Amanah-SMA Tahfiz Quran Jalan Kapten Sumarsono No. digunakan untuk mengatur layanan sosial itu. 180, Desa Helvetia, Kecamatan Medan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Sasaran kegiatan adalah siswa-siswi Sekolah Tinggi Islam Modern Amanah-Sekolah Menengah Tahfiz Qur'an. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak positif bagi pihak-pihak yang terlibat khususnya para siswa Sekolah Tinggi Islam Modern Amanah-Sekolah Menengah Tahfiz Qur'an. Mahasiswa dapat meningkatkan pengetahuannya tentang pencegahan penyakit usus buntu pada remaja. Selain itu, pelajar dapat meningkatkan keterampilan pencegahan penyakit usus buntu pada remaja dengan mencoba mengkonsumsi serat yang tinggi seperti sayur dan buah untuk mencegah penyakit usus buntu.

Kata Kunci: Bahaya Usus Buntu, Kesehatan Pada Remaja

PENDAHULUAN

Apendisitis (radang usus buntu) merupakan penyakit saluran cerna dan penyakit bedah yang umum terjadi di masyarakat. Meskipun radang usus buntu dapat terjadi pada semua

kelompok umur, namun kejadian radang usus buntu biasanya meningkat pada dewasa muda dan dewasa. Hal ini dipengaruhi oleh kebiasaan makan yang buruk pada usia dimana orang pada usia tersebut banyak melakukan aktivitas. Hal ini menyebabkan seseorang mengabaikan nilai gizi dari makanan yang dimakannya. Akibatnya terjadi kesulitan buang air besar yang meningkatkan tekanan pada rongga usus dan akhirnya menyebabkan penyumbatan saluran sekum (Arifuddin dkk, 2017).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa radang usus buntu merupakan penyebab kematian nomor delapan di dunia pada tahun 2020 dan diperkirakan menjadi penyebab kematian nomor lima di dunia pada tahun 2021 (Efendi, 2015). Angka kejadian apendisitis lebih banyak terjadi di negara berkembang dibandingkan negara berkembang, hal ini disebabkan oleh perubahan pola makan di negara maju menuju makanan rendah serat. Di Asia Tenggara, prevalensi apendisitis akut tertinggi terdapat di Indonesia dengan prevalensi 0,05%, disusul Filipina dengan prevalensi 0,022% dan Vietnam dengan prevalensi 0,02% (Efendi, 2015).

Di Indonesia, prevalensi penyakit usus buntu pada tahun 2020 sebanyak 596.132 orang (3,36%), meningkat karena pada tahun 2019 hanya terdapat 3.236 orang penderita penyakit usus buntu. Prevalensi penyakit usus buntu di Sumatera Utara khususnya di RSUD Haji Adam Malik Medan adalah sebesar 62,8% pada tahun 2020. Kementerian Kesehatan RI menganggap radang usus buntu sebagai masalah kesehatan prioritas di tingkat lokal dan nasional karena dampaknya yang besar terhadap kesehatan masyarakat (Kemenkes RI, 2020).

Sekum adalah organ berbentuk tabung buntu pada sistem pencernaan manusia yang berasal dari sekum (usus besar). Usus buntu berperan dalam tubuh manusia yaitu sebagai organ imunologi. Usus buntu merupakan kelenjar getah bening yang berperan dalam sistem kekebalan tubuh manusia. Apendisitis merupakan penyakit pada saluran pencernaan manusia yang disebabkan oleh infeksi bakteri. Obstruksi apendisitis telah dilaporkan sebagai penyebab utama apendisitis. Namun radang usus buntu juga memiliki penyebab yang berbeda-beda. Pola makan yang rendah serat, makanan yang dikonsumsi dan penanganannya, serta waktu makan yang tidak teratur juga dapat menyebabkan penyakit usus buntu (Arifuddin dkk, 2017).

Pada radang usus buntu akut, gejala pertama adalah nyeri atau rasa tidak nyaman di sekitar pusar. Gejala ini biasanya berlangsung lebih dari 1 atau 2 hari. Dalam beberapa jam, nyeri berpindah ke pojok kanan bawah, disertai anoreksia, mual, dan muntah. Biasanya juga ditandai dengan demam ringan dan leukositosis sedang (Efendi, 2015).

Kejadian radang usus buntu meningkat pada masa remaja karena remaja sangat aktif sehingga sering mengabaikan nilai gizi dari makanan yang dimakannya. Berdasarkan

penelitian yang dilakukan Nurhayat (2011), dari 55 responden yang berusia 15-25 tahun, sebanyak 31 responden (57,4%) menderita penyakit usus buntu dan yang lebih tinggi tingkat profesionalnya adalah pelajar dan mahasiswa. Sebagai seorang pelajar dan mahasiswa yang banyak menghabiskan waktunya di sekolah/universitas, makanan yang saya santap setiap istirahat hanya ada di kantin sekolah/kampus. Kantin sekolah/kampus lebih banyak menjual makanan cepat saji atau fast food. Orang muda cenderung memiliki asupan serat yang buruk, misalnya kurang makan sayur dan buah, sehingga menyebabkan penyumbatan fungsional usus buntu dan meningkatkan pertumbuhan bakteri. Hal ini dapat menyebabkan radang usus buntu. Berdasarkan gambaran latar belakang tersebut, maka perlu adanya pemberian edukasi pencegahan penyakit usus buntu pada remaja di Perguruan Tinggi Islam Modern Amanah-SMA Tahfiz Qur'an.

Metode Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Sabtu, 27 Oktober 2022 di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an dengan alamat Jalan Kapten Sumarsono No. 180, Desa Helvetia, Kecamatan Medan Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Metode pelaksanaan pengabdian ini dilakukan tiga tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan penutup.

Bentuk realisasi kegiatan dilaksanakan dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat ini dapat dijelaskan dengan rincian sebagai berikut:

1. Persiapan
 - a) Mencari masalah kesehatan yang menjadi prioritas untuk pengabdian masyarakat
 - b) Melakukan survey dan pengamatan untuk menetapkan daerah sasaran
 - c) Meminta izin pelaksanaan penyuluhan pada Kepala Sekolah Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an
 - d) Penyusunan materi pendidikan kesehatan
 - e) Menyusun jadwal pendidikan kesehatan dan penyuluhan kegiatan pada kelompok sasaran
2. Pelaksanaan Kegiatan
 - a) Menggali pengetahuan dan keterampilan pada kelompok sasaran dalam upaya pencegahan penyakit apendisitis di kalangan remaja



Gambar 1. Menggali pengetahuan dan keterampilan pada kelompok sasaran dalam upaya pencegahan penyakit apendisitis

b) Penyuluhan materi upaya pencegahan penyakit apendisitis di kalangan remaja



Gambar 2. Memberikan penyuluhan tentang upaya pencegahan penyakit apendisitis

c) Demonstrasi upaya pencegahan penyakit apendisitis di kalangan remaja

d) Evaluasi pelaksanaan pendidikan kesehatan pada kelompok sasaran



Gambar 3. Mengevaluasi pelaksanaan penyuluhan pada kelompok sasaran tentang upaya pencegahan penyakit apendisitis

3. Penutup

a) Membuat laporan kemajuan dan laporan akhir

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an ini dilaksanakan selama satu hari yakni pada hari Sabtu tanggal 27 Oktober 2022. Kegiatan PKM ini berlangsung dari pukul 08.00-12.00 WIB. Peserta kegiatan PKM ini berjumlah 35 orang siswa/i kelas IX di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an.

Program PKM yang dilaksanakan di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an ini memberikan hasil yang positif dan signifikan yang dapat dirasakan tidak hanya oleh siswa tetapi juga dosen dan mahasiswa yang terlibat. Bagi siswa/i di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an, program ini memberikan kesempatan siswa untuk dapat mengetahui pengetahuan tentang apendisitis dan bagaimana cara mencegah penyakit apendisitis ini di kalangan remaja. Siswa sangat antusias mengikuti kegiatan PKM dengan suasana yang sangat menyenangkan melalui media yang digunakan. Siswa/i dapat berinteraksi secara aktif, menerangkan kembali materi penyuluhan yang telah diberikan dosen pemateri dengan lugas dan tepat. Hal ini juga dapat dilihat dari pengetahuan siswa sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan tentang apendisitis.

Bagi mahasiswa Institut Kesehatan Helvetia Fakultas Farmasi dan Kesehatan khususnya pada prodi D3 Keperawatan, program ini telah memberikan pengalaman baru mahasiswa dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat pada tingkat pemula.

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an mendapatkan hasil bahwa tingkat pengetahuan siswa/i rata-rata masih kurang tentang penyakit apendisitis. Hal ini dibuktikan ketika dosen pemateri memberikan pertanyaan terkait apa itu apendisitis (usus buntu), siswa/i mayoritas mengatakan tidak mengetahui apa itu apendisitis (usus buntu) tersebut. Salah satu siswa juga mengatakan belum ada penyuluhan yang membawakan tentang materi apendisitis tersebut.

Apendisitis bisa terjadi pada semua usia, namun meningkat pada usia remaja (Muttaqin & Sari, 2013). Usia remaja ini dapat dikategorikan sebagai usia produktif, dimana orang yang berada pada usia tersebut melakukan banyak sekali kegiatan. Hal ini menyebabkan orang tersebut mengabaikan nutrisi makanan yang dikonsumsinya. Akibatnya terjadi kesulitan buang air besar yang akan menyebabkan peningkatan tekanan pada rongga usus dan pada akhirnya menyebabkan sumbatan pada saluran apendiks (Pasaribu, 2010).

Sebagai seorang siswa banyak menghabiskan waktu di sekolah sehingga untuk asupan tiap jam istirahat hanya pada kantin di sekolah. Kantin yang ada di sekolah lebih menjual makanan yang bersifat instan atau cepat saji. Hal inilah yang menyebabkan kurangnya

mengonsumsi makanan berserat yang berisiko terhadap apendisitis (Arifuddin dkk, 2017).

Masa remaja saat ini cenderung menggemari *fast food* yang tinggi akan kalori, lemak, dan natrium, namun kurang akan serat. Selain itu, rendahnya konsumsi serat pada remaja juga ada kaitannya dengan masih rendahnya pengetahuan mereka tentang manfaat serat. Pengaruh rekan atau kelompok sebaya pada masa remaja juga sangat berkaitan dimana pemilihan makanan mereka berdasarkan penerimaan oleh teman sebangunnya. Kebiasaan dalam mengonsumsi rendah serat pada remaja tersebut dapat mengakibatkan terjadinya obstruksi pada lumen apendiks sehingga mempermudah terjadinya apendisitis (Arifuddin dkk, 2017).

Setelah dilakukan penyuluhan tentang upaya pencegahan penyakit apendisitis pada remaja, banyak siswa/i yang sudah paham bagaimana upaya dalam mencegah penyakit apendisitis pada remaja. Hal ini dibuktikan dengan beberapa siswa/i sudah mampu merespon pertanyaan pemateri terkait upaya dalam mencegah penyakit apendisitis pada remaja. Beberapa siswa/i menjawab beberapa upaya mencegah penyakit apendisitis adalah salah satunya dengan mengonsumsi makanan yang tinggi serat seperti sayuran dan buah-buahan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wulandari (2017) dimana didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi serat dengan kejadian apendisitis dengan nilai *p-value* sebesar 0,009. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Damanik (2016) dimana didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan makanan tinggi serat dengan kejadian apendisitis pada remaja dengan nilai *p-value* sebesar 0,0001.

Pola makan makanan berserat merupakan informasi mengenai jenis dan jumlah pangan berserat yang dikonsumsi seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu, sehingga penilaian konsumsi pangan berserat dapat berdasarkan pada jumlah maupun jenis makanan berserat yang dikonsumsi. Makanan berserat sangat dibutuhkan oleh tubuh dalam proses pencernaan. Kekurangan asupan serat dapat mengakibatkan konstipasi. Konstipasi sangat tinggi berisiko menyebabkan penyumbatan pada saluran apendiks, sehingga dapat menimbulkan penyakit apendisitis (Arifuddin dkk, 2017).

Selain dengan mengonsumsi makanan yang mengandung serat seperti sayuran dan buah-buahan, siswa/i juga menjawab salah satu upaya mencegah penyakit apendisitis pada remaja salah satunya adalah dengan mengonsumsi air minum minimal 8 gelas per hari. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Arifuddin dkk (2017) didapatkan hasil bahwa dari 80 responden dengan pola makan baik, terdapat 16 responden (47,2 %) yang menderita apendisitis. Hal ini disebabkan kurangnya mengonsumsi air minum untuk kebutuhan perhari. Sehingga walaupun kebutuhan serat setiap hari sudah terpenuhi akan tetap mengalami

konstipasi hal ini dikarenakan air minum didalam kolon berfungsi menambah masa feses dan juga mengubah bentuk feses menjadi lebih lunak sehingga akan lebih mudah dalam proses metabolisme.

Diharapkan juga dengan adanya penyuluhan ini, siswa/i mampu melakukan berbagai pencegahan penyakit apendisitis seperti mengkonsumsi makanan yang tinggi serat, minum air putih minimal 8 gelas per hari, makan makanan yang mengandung probiotik, dan jangan malas untuk melakukan aktivitas sehari-hari, Dan diharapkan siswa mampu mengajak dan mempengaruhi orang lain seperti keluarga di rumah untuk hidup lebih sehat dengan menjaga pola makan yang sehat agar terhindar dari penyakit apendisitis.

Kesimpulan dan Saran

Program PKM mengenai penyuluhan Upaya Pencegahan Penyakit Apendisitis Pada Remaja di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an memberikan dampak positif bagi pihak-pihak yang terlibat, khususnya bagi siswa/i di Perguruan Islam Modern Amanah-SMP Tahfiz Qur'an. Siswa/i dapat menambah pengetahuannya mengenai Upaya Pencegahan Penyakit Apendisitis Pada Remaja. Selain itu siswa/i juga dapat meningkatkan keterampilannya dalam Upaya Pencegahan Penyakit Apendisitis Pada Remaja dengan berupaya untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung serat seperti sayuran dan buah-buahan agar terhindar dari penyakit apendisitis.

Saran bagi masyarakat terutama bagi orang tua siswa/i yang masih dalam kategori remaja untuk lebih giat dan aktif dalam memantau perkembangan anak khususnya dalam memberikan nutrisi yang kaya akan serat seperti sayuran dan buah agar terhindar dari penyakit apendisitis.

Daftar Pustaka

- Arifuddin, A., Salmawati, L., & Prasetyo, A. (2017). Faktor Resiko Apendisitis di Bagian Rawat Inap Rumah Sakit Umum Anutapura Palu. *Jurnal Preventif*. 8 (1): 26-33.
- Damanik, B. (2015). Hubungan Antara Pola Diet Serat pada Remaja dengan Angka Kejadian Apendisitis di RSUP H. Adam Malik Medan. Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara
- Depkes RI. (2020). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Efendi, R. (2015). *Studi Kasus Pada Pasien dengan Diagnosa Medis Apendiksitis Di Ruang Flamboyan RSUD Gambiran Kota Kediri*. Karya Tulis Ilmiah. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Muttaqin, A., & Sari, K. (2013). *Gangguan Gastrointestinal: Aplikasi Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: Salemba Medika.

- Nurhayati. (2011). *Appendisitis*. Diperoleh Tanggal 10 November 2021 dari <http://nurhayatilies.wordpress.com>
- Pasaribu, I. C. (2010). *Karakteristik penderita apendisitis di RSUP H. Adam Malik Medan*, Medan: Universitas Sumatera Utara. Fakultas Kedokteran
- Wulandari, D., Hamidah, E., & Priatna. (2017). Hubungan Kebiasaan Makan Makanan Rendah Serat dengan Kejadian Apendisitis Akut di RS Dustiran Cimahi dan RS Cibabat Cimahi Periode September 2016-Januari 2017. Cimahi: Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Achmad Yani