



Peningkatan Pengetahuan Siswa SMA terkait Permasalahan Kesehatan melalui Edukasi Waspada Penyakit Maag

Dea Fadilla¹, Khansa Kanastri Santoso², Fiha Fauziah³, Novita Rahma Yanti Harahap⁴, Rapotan Hasibuan⁵

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

e-mail: deafdlla25@gmail.com

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami masalah kesehatan akibat pola hidup tidak teratur, seperti melewatkan sarapan, konsumsi makanan tidak sehat, dan stres. Salah satu gangguan yang sering dialami adalah penyakit maag. Berdasarkan survei di SMA Negeri 1 Kecamatan Binjai, Kabupaten Langkat, 27% siswa mengalami gejala maag dalam dua bulan terakhir. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa tentang penyakit maag melalui edukasi kesehatan. Metode yang digunakan adalah *quasi-experimental* dengan desain *one group pre-test and post-test* pada 27 siswa kelas X-7. Edukasi dilakukan secara interaktif melalui PowerPoint, poster, kuis, dan sesi tanya jawab. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari 249 (92,22%) menjadi 259 (95,93%), atau meningkat 3,71%. Peningkatan terbesar terjadi pada pemahaman pengaruh rokok, pola makan, dan stres. Edukasi kesehatan terbukti efektif dan penting untuk dilakukan secara berkala guna memperkuat pemahaman serta mendorong perilaku sehat siswa.

Kata Kunci: *Edukasi Remaja, Gastritis, Pengetahuan Siswa, Penyakit Maag, Penyuluhan Kesehatan*

Abstract

Adolescents are a vulnerable age group prone to health problems due to irregular lifestyles, such as skipping breakfast, consuming unhealthy foods, and experiencing stress. One of the common disorders they face is gastritis. A survey conducted at SMA Negeri 1 Kecamatan Binjai, Langkat Regency, showed that 27% of students experienced gastritis symptoms within the past two months. This community service activity aimed to improve students' knowledge about gastritis through health education. The method used was quasi-experimental with a one-group pre-test and post-test design involving 27 students from class X-7. The educational intervention was delivered interactively using PowerPoint presentations, posters, quizzes, and Q&A sessions. The results showed an increase in knowledge scores from 249 (92.22%) to 259 (95.93%), or an improvement of 3.71%. The most significant increase was in understanding the effects of smoking, excessive eating patterns, and stress. Health education proved effective and is essential to be conducted regularly to strengthen understanding and encourage healthy behavior among students.

Kata Kunci: *Adolescent education, Gastritis, Student knowledge, Gastric disease, Health education.*

PENDAHULUAN

Insiden gastritis di dunia sekitar 1,8-2,1 juta dari jumlah penduduk setiap tahunnya. Menurut badan penelitian kesehatan di dunia *World Health Organization* (WHO) yang telah mengadakan tinjauan penelitian terhadap 8 negara di dunia dan mendapatkan beberapa hasil persentase dari angka kejadian gastritis di dunia, dan Indonesia secara global dengan nilai persentase 40,8% berada diposisi urutan ke-4 dengan jumlah penderita maag terbanyak dengan prevalensi 274.396 kasus gastritis dari 238.452.952 jiwa penduduk (Putri et al., 2023). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI tahun 2020 angka kejadian gastritis di provinsi Sumatera Utara mencapai 31,2% (Idris, 2025). Ini menunjukkan bahwa masalah Maag juga cukup signifikan di tingkat regional. Data ini memperkuat pentingnya perhatian terhadap masalah Maag, khususnya di kalangan remaja usia sekolah.

Masa remaja merupakan masa tumbuh kembang optimal dan dinamis dalam siklus hidup manusia. Proses tumbuh kembang tersebut akan optimal apabila remaja senantiasa dalam keadaan sehat. Kesehatan pada masa remaja merupakan hal yang penting bagi perkembangan remaja itu sendiri. Proses tumbuh kembang remaja akan dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah faktor asupan nutrisi, aktivitas dan psikologis dari remaja. Proses ini tentu saja tidak terlepas dari perilaku hidup sehat yang telah dilakukan remaja selama proses tumbuh kembangnya. Perilaku hidup sehat yang remaja lakukan sejak dini akan menjadikan seseorang yang lebih produktif dan berkualitas di masa depannya (Astuti et al., 2020). Masa remaja dikenal sebagai fase transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang kompleks. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap pengaruh lingkungan dan cenderung memiliki perilaku konsumsi yang kurang selektif (Azahra et al., 2025), seperti seperti kebiasaan melewatkan sarapan, konsumsi makanan tinggi lemak dan pedas, kurang aktivitas fisik, serta stres akibat tekanan akademik.

Jika hal ini terus menerus dialami akan dapat menimbulkan berbagai macam gangguan kesehatan, salah satunya akan menyebabkan Indigestion. Indigestion merupakan kumpulan gejala saluran pencernaan atas, yang meliputi rasa nyeri atau tidak nyaman di area gastro-duodenum, rasa terbakar, cepat kenyang, mual atau muntah. Beberapa kelompok penyakit yang tergolong dalam indigestion antara lain adalah dispepsia, gastritis dan GERD (*Gastroesophageal reflux disease*) (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Ketiga penyakit tersebut memiliki beberapa gejala yang hampir sama yaitu adanya rasa sakit pada daerah sekitar ulu hati, meskipun penyebabnya berbeda (Nurhaidah et al., 2021). Dalam masyarakat umum berbagai keluhan tersebut sering dikatakan "maag", tanpa membedakan diagnosis klinis yang spesifik.

Hasil survei mawas diri yang dilakukan di SMA Negeri 1 Kecamatan Binjai, Kabupaten Langkat, menunjukkan bahwa dari 59 siswa yang menjadi responden, sebanyak 16 siswa (27%) mengalami gejala yang mengarah pada penyakit maag dalam dua bulan terakhir. Persentase ini cukup tinggi jika

dibandingkan dengan jumlah populasi yang disurvei, dan menunjukkan adanya kesenjangan dalam pemahaman serta praktik hidup sehat di kalangan pelajar. Beberapa faktor yang diduga berkontribusi terhadap tingginya angka ini antara lain pola makan tidak teratur, kebiasaan melewatkan sarapan, konsumsi makanan pedas dan asam, serta tekanan akademik yang memicu stres berlebih.

Salah satu langkah yang dinilai efektif dalam mengatasi berbagai persoalan kesehatan pada remaja adalah melalui intervensi edukasi kesehatan. Dengan adanya edukasi kesehatan, remaja dapat memperoleh informasi yang akurat mengenai pentingnya menjaga kesehatan serta bagaimana menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pemberian edukasi yang sesuai dengan kebutuhan remaja dinilai mampu membangun kesadaran akan pentingnya menjaga pola makan, mengatur waktu istirahat, serta menghindari faktor-faktor risiko yang berpotensi memicu gangguan kesehatan sejak dini (Sarah et al., 2024). Edukasi kesehatan masih menjadi solusi yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan individu. Kegiatan edukasi kesehatan merupakan model promosi kesehatan yang secara signifikan meningkatkan pengetahuan yang pada akhirnya menimbulkan perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat (Cholifah et al., 2023).

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis berbagai faktor yang menyebabkan permasalahan kesehatan, khususnya penyakit maag, yang dialami oleh siswa di SMA Negeri 1 Kecamatan Binjai, Kabupaten Langkat. Kegiatan ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi prevalensi masalah kesehatan melalui survei mawas diri, menganalisis penyebab dan akar masalah menggunakan metode fishbone, serta menentukan prioritas permasalahan kesehatan berdasarkan hasil rembuk sekolah dengan melibatkan pihak-pihak terkait.

METODE

Kegiatan ini merupakan studi kuasi eksperimen dengan desain one group pre-test dan post-test. Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang penyakit maag dengan membandingkan skor sebelum dan sesudah intervensi edukatif. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kecamatan Binjai, Kabupaten Langkat, Provinsi Sumatera Utara. Kegiatan ini berlangsung selama tiga minggu, mulai dari tanggal 17 Mei 2025 hingga 5 Juni 2025, dengan fokus penyuluhan dilakukan pada hari Sabtu, 31 Mei 2025.

Kegiatan ini telah dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yang terdiri dari 4 orang sebagai pelaksana kegiatan. Tahapan kegiatan dimulai dengan proses perizinan kepada pihak sekolah melalui pengantaran surat resmi dan koordinasi awal dengan kepala sekolah. Selanjutnya dilakukan analisis situasi melalui penyebaran kuisisioner survei mawas diri kepada 59 siswa dari kelas X dan XI, observasi lingkungan sekolah, serta wawancara dengan guru dan tenaga kependidikan. Selanjutnya dilakukan rembuk sekolah yang melibatkan 15 orang

stakeholder sekolah. Rembuk ini bertujuan untuk menyepakati permasalahan kesehatan prioritas melalui metode penilaian Bryant. Permasalahan yang telah disepakati menjadi fokus utama dalam penyusunan rencana intervensi. Tahap intervensi dilakukan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan kepada siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Identifikasi Masalah

Berdasarkan hasil survey kepada 59 siswa, observasi lingkungan sekolah, serta wawancara dengan pihak sekolah. Lima masalah utama yang ditemukan adalah maag (27%), sakit gigi (15%), anemia (13,5%), alergi (8,5%), dan gangguan mental ringan (8,5%).

Penetapan Prioritas Masalah

Penetapan masalah kesehatan prioritas dilakukan melalui kegiatan rembuk sekolah yang melibatkan 15 stakeholder internal SMA Negeri 1 Binjai Langkat. Para stakeholder yang hadir meliputi: Wakil Kepala Sekolah bidang Humas, Wakil Kepala Sekolah bidang Sarana dan Prasarana, Pembina PMR, Pembina OSIS, Petugas UKS, Kepala UKS, Wali Kelas X dan XI, Guru Bimbingan Konseling (BK), tiga perwakilan guru mata pelajaran umum, Wakil Ketua OSIS, dan Sekretaris OSIS. Keterlibatan berbagai elemen ini bertujuan untuk memastikan bahwa keputusan yang diambil bersifat partisipatif dan merefleksikan kondisi nyata di sekolah.

Penilaian prioritas dilakukan menggunakan **metode Bryant**, yang menilai setiap masalah berdasarkan empat kriteria utama, yaitu: banyaknya orang yang terkena masalah tersebut (*Prevalensi*), seriusnya masalah (*Seriousness*), seberapa penting masalah itu menurut masyarakat (*Community concern*), dan Sejauh mana masalah tersebut bisa diatasi (*Manageability*). Masing-masing aspek diberi skor antara 1-5. Yang didapatkan hasil penilaian sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil priorita masalah

NO	Alternatif Masalah	P	S	C	M	Total	Prioritas
1	Maag	16	5	5	5	31	I
2	Sakit Gigi	9	5	4	3	21	II
3	Anemia	8	5	5	3	21	III
4	Alergi	5	5	5	4	19	
5	Stres Ringan	5	4	3	2	15	

Berdasarkan hasil tersebut, maag ditetapkan sebagai masalah kesehatan prioritas karena memiliki nilai total tertinggi. Keputusan ini diperkuat oleh data survei yang menunjukkan bahwa 27% siswa mengalami keluhan maag dalam dua bulan terakhir. Oleh karena itu, seluruh kegiatan intervensi edukatif dalam penelitian ini difokuskan pada peningkatan pengetahuan siswa mengenai penyebab, pencegahan, dan penanganan penyakit maag.

Kegiatan Penyuluhan

Tema pada kegiatan Penyuluhan adalah “Waspada! Maag Sejak Dini: Kenali, Cegah, dan Atasi”. Penyuluhan diberikan kepada siswa kelas X-7 sebanyak 27 orang melalui metode ceramah interaktif menggunakan media *PowerPoint*, disertai pembagian kuisisioner *pre-test* sebelum penyuluhan dan *post-test* setelah penyuluhan. Selain itu, kegiatan juga dilengkapi dengan kuis edukatif, sesi tanya jawab, serta pemberian souvenir dan media edukasi berupa poster kesehatan. Data pengetahuan siswa dianalisis secara deskriptif dengan menghitung jumlah jawaban benar pada *pre-test* dan *post-test*, serta menghitung persentase peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti penyuluhan.



(a) (b) (c)
 Gambar 1. Rangkaian kegiatan penyuluhan (a) pengisian lembar *pre-test* (b) pemaparan materi (c) sesi tanya jawab

Distribusi Peserta Kegiatan Penyuluhan

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SMAN 1 Kec. Binjai Kab. Langkat.

Jenis Kelamin	μ	Persentase
Perempuan	20	74%
Laki-Laki	7	26%
Jumlah/Total	27	100%

Berdasarkan Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SMAN 1 Kec. Binjai Kab. Langkat, dapat disimpulkan bahwa responden didominasi oleh siswi perempuan dengan jumlah 20 orang (74%), sedangkan siswa laki laki berjumlah 7 orang (26%). Distribusi ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta penyuluhan adalah siswi perempuan. Ketidakseimbangan jumlah ini mencerminkan komposisi siswa di sekolah tersebut secara umum, dan juga dapat menjadi pertimbangan dalam desain intervensi selanjutnya.

Hasil Pre-Tes dan Post-Tes

Kegiatan penyuluhan diawali dengan pengisian *pre-test* dan diakhiri dengan *post-test*. Setiap instrumen terdiri dari 10 pernyataan seputar pengetahuan tentang penyakit maag. Hasil pengukuran menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti penyuluhan. Total skor jawaban benar seluruh peserta meningkat dari 249 (92,22%) pada *pre-test* menjadi 259 (95,93%) pada *post-test*, dengan peningkatan sebesar 3,71% atau 10 poin, dan rata-rata peningkatan per peserta sebesar 0,37 poin.

Tabel 2. Hasil Pre-Tes dan Post-Tes

No	Pernyataan	Pre Tes		Post Tes		Selisih
		Tepat	Tidak tepat	Tepat	Tidak tepat	
1.	Sarapan teratur dapat membantu mencegah penyakit maag	26	1	27	0	+1
2.	Maag hanya menyerang orang tua, bukan anak muda	27	0	27	0	0
3.	Maag bisa sembuh total dalam satu hari tanpa pengobatan.	27	0	26	1	-1
4.	Maag adalah penyakit yang terjadi karena peradangan pada lambung.	27	0	27	0	0
5.	Makanan pedas dan asam dapat memperparah gejala maag.	27	0	27	0	0
6.	Jika maag terasa ringan, tidak perlu menjaga pola makan	27	0	27	0	0
7.	Gejala maag bisa berupa nyeri ulu hati, mual, dan kembung.	26	1	27	0	+1
8.	Merokok tidak berpengaruh terhadap kondisi lambung.	18	9	22	5	+4
9.	Mengonsumsi makanan dalam porsi besar sekaligus dapat memicu gejala maag.	20	7	23	4	+3
10.	Stres dan kelelahan tidak ada hubungannya dengan kambuhnya penyakit maag.	24	3	26	1	+2
Total skor		249		259		+6

Hasil analisis pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti penyuluhan kesehatan tentang penyakit maag. Peningkatan total skor jawaban benar dari 249 menjadi 259 (kenaikan 3,71%) serta peningkatan rata-rata 0,37 poin per siswa menunjukkan bahwa intervensi edukatif ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa, meskipun peningkatannya tergolong moderat.

Peningkatan paling signifikan terjadi pada pernyataan tentang pengaruh kebiasaan merokok terhadap lambung. Sebanyak 4 siswa yang sebelumnya menjawab tidak tepat, setelah penyuluhan menjawab dengan benar. Hal ini mengindikasikan bahwa materi mengenai kaitan antara merokok dan gastritis berhasil dipahami lebih baik setelah penyuluhan. Penjelasan yang menyebutkan bahwa merokok dapat merusak dinding lambung dan memicu produksi asam berlebih memperkuat pemahaman tersebut. Studi oleh (Manurung et al., 2022) mendukung temuan ini, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dan kejadian gastritis ($p = 0,000$), di mana perokok lebih rentan terhadap peradangan lambung.

Peningkatan lain yang menonjol terjadi pada pemahaman siswa tentang bahaya makan dalam porsi besar sekaligus (+3 poin). Pola makan dengan jumlah

makan yang berlebihan menyebabkan lambung bekerja lebih berat, meningkatkan produksi asam lambung, dan memperbesar risiko terjadinya gastritis atau kekambuhan maag. Oleh karena itu, disarankan untuk makan dalam porsi kecil namun lebih sering untuk membantu meringankan kerja lambung dan mencegah kekambuhan gastritis (Aritonang, 2021).

Pada pernyataan tentang hubungan stres dan maag, juga terjadi peningkatan pemahaman siswa sebanyak 2 poin. Hal ini menunjukkan bahwa siswa mulai menyadari bahwa kondisi psikologis seperti stres akibat tekanan akademik berperan dalam memicu gejala maag. Stres dapat meningkatkan aktivitas saraf simpatis dan menyebabkan gangguan pada sistem pencernaan, sehingga memperbesar kemungkinan terjadinya gastritis (Aritonang, 2021).

Peningkatan juga terjadi pada pemahaman siswa tentang pentingnya sarapan teratur (+1 poin). Hal ini menguatkan pernyataan (Haeriyah et al., 2022) bahwa sarapan pagi sebagai bagian dari pola makan tiga kali sehari dapat mengurangi risiko gastritis dan tukak lambung secara signifikan. Karena ketika lambung kosong terlalu lama, produksi asam lambung meningkat dan dapat mengikis dinding lambung yang akhirnya menyebabkan peradangan.

Namun, terdapat satu pernyataan yang mengalami penurunan pemahaman, yaitu mengenai "maag bisa sembuh total dalam satu hari tanpa pengobatan". Pada post-test, satu siswa menjawab tidak tepat, padahal pada pre-test seluruh siswa menjawab benar. Hal ini menunjukkan masih adanya miskonsepsi bahwa hilangnya gejala berarti sembuh total. Seharusnya, seperti yang dijelaskan oleh (Zega, 2023), penyembuhan gastritis membutuhkan waktu, dukungan gaya hidup sehat, serta pengobatan medis seperti penggunaan obat penurun asam lambung atau terapi eradikasi *Helicobacter pylori*. Dengan penanganan yang tepat, gastritis memang bisa sembuh, namun proses penyembuhannya tetap membutuhkan waktu dan intervensi medis, bukan hanya dalam satu hari. Oleh karena itu, ke depan materi edukasi perlu lebih menekankan bahwa penyembuhan maag adalah proses yang tidak instan dan membutuhkan penanganan secara menyeluruh.

Selain terjadi peningkatan dan sedikit penurunan pada beberapa pernyataan, terdapat pula sejumlah pernyataan yang sejak awal sudah dipahami dengan baik oleh seluruh peserta. Hal ini terlihat dari hasil pre-test dan post-test pada pernyataan nomor 2, 4, 5, dan 6, di mana seluruh siswa mampu menjawab dengan benar baik sebelum maupun sesudah penyuluhan. Ini mencerminkan bahwa pemahaman dasar siswa mengenai konsep penyakit maag pada poin-poin tertentu telah terbentuk dengan cukup baik bahkan sebelum intervensi dilakukan.

Pada pernyataan nomor 2, "Maag hanya menyerang orang tua, bukan anak muda," seluruh siswa menyatakan bahwa pernyataan tersebut tidak benar. Ini menunjukkan bahwa mereka telah memahami bahwa maag tidak hanya menyerang orang dewasa, melainkan juga rentan dialami oleh remaja. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Susanti et al., 2023) yang menunjukkan bahwa remaja

dengan pola makan tidak sehat memiliki risiko tinggi mengalami gastritis, bahkan kasusnya cukup dominan di kelompok usia 17–25 tahun. Penelitian lain oleh (Fadilla et al., 2025) juga menyebutkan bahwa dari 149 pasien gastritis di Klinik Bhakti Sehat Persada, lebih dari separuhnya adalah remaja, membuktikan bahwa usia muda pun tidak luput dari risiko penyakit ini akibat gaya hidup yang kurang sehat.

Begitu pula pada pernyataan nomor 4, “Maag adalah penyakit yang terjadi karena peradangan pada lambung,” seluruh peserta telah menjawab dengan benar sejak awal. Hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki pemahaman yang baik mengenai definisi medis penyakit maag. Gastritis secara jelas didefinisikan sebagai peradangan pada mukosa lambung yang dapat bersifat akut, kronik, difus, atau local (Maidartati et al., 2021).

Sejalan dengan hal tersebut, (Watung & Langingi, 2023) menyatakan bahwa gastritis atau maag adalah peradangan mukosa lambung yang ditandai dengan gejala seperti mual, begah, dan nyeri di ulu hati. Kondisi ini umumnya timbul akibat peningkatan asam lambung, terutama pada individu dengan pola makan yang tidak teratur. Gastritis tidak terbatas pada usia tua, remaja berusia (<20 tahun), dan sebagian besar dari mereka mengalami gastritis yang dipicu oleh pola makan tidak teratur serta stres ringan (Zhang & Zhang, 2023). remaja usia 16–18 tahun sangat rentan mengalami gastritis, terutama apabila memiliki pola makan yang buruk (Apriyani et al., 2021) . Temuan ini memperkuat bahwa maag bukan sekadar gangguan ringan, tetapi merupakan kondisi inflamasi yang bisa menjadi serius apabila tidak ditangani dengan tepat.

Pernyataan nomor 5, yang menyebutkan bahwa “Makanan pedas dan asam dapat memperparah gejala maag,” juga dijawab dengan benar oleh seluruh peserta sejak pre-test. Ini mengindikasikan bahwa siswa sudah mengetahui efek buruk makanan tertentu terhadap lambung, khususnya yang bersifat iritatif seperti pedas dan asam.

Hal ini sesuai dengan temuan (Waluyo & Solikah, 2023) yang menyatakan bahwa kesukaan remaja mengonsumsi makanan yang tidak bervariasi seperti makanan pedas atau asam, ditambah kebiasaan menunda jadwal makan serta makan dalam porsi besar, dapat menyebabkan terserangnya penyakit gastritis. Gaya konsumsi seperti ini sangat umum di kalangan remaja dan berkontribusi langsung terhadap gangguan lambung. Gaya hidup yang tidak sehat dapat dilihat dari apa yang dikonsumsi. Kebiasaan makan dan minum yang buruk, seperti makan terlalu banyak, terlalu cepat, terlambat makan, serta sering mengonsumsi makanan asam dan pedas, merupakan faktor penyebab gastritis. Untuk mencegah kekambuhan, dianjurkan makan dalam jumlah kecil tetapi sering, serta memperbanyak konsumsi air putih. Penelitian yang dilakukan oleh (Nagireddi et al., 2022) juga menunjukkan bahwa konsumsi makanan pedas berhubungan erat dengan kejadian gastritis kronik. Hal ini mengindikasikan bahwa tingginya konsumsi makanan pedas tidak hanya

berkontribusi terhadap memburuknya gejala gastritis, tetapi juga dapat memengaruhi profil lipid tubuh yang berpotensi memperparah kondisi tubuh.

Dengan demikian, meskipun pemahaman siswa dalam aspek ini sudah baik, penguatan dari sisi perubahan perilaku dan penerapan pola makan sehat tetap menjadi hal penting dalam upaya pencegahan gastritis. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh (Umasugi et al., 2020) yang meneliti pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku pencegahan gastritis pada 57 siswa SMA. Dalam penelitian tersebut, persentase siswa yang berperilaku baik meningkat dari 49,1% menjadi 57,9% setelah diberikan intervensi edukatif selama 20–30 menit, dengan hasil uji statistik menunjukkan signifikansi tinggi ($p = 0,000$). Selain itu, nilai rata-rata skor perilaku siswa juga meningkat dari 21,44 menjadi 24,88 poin, menandakan adanya perubahan pengetahuan dan perilaku yang signifikan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan pencernaan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMA Negeri 1 Kecamatan Binjai, Kabupaten Langkat mengenai penyakit maag. Hasil analisis *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan siswa sebesar 3,71%. Peningkatan signifikan terjadi pada pemahaman tentang faktor risiko seperti kebiasaan merokok, konsumsi makanan dalam porsi besar, dan stres yang sebelumnya kurang dipahami oleh sebagian siswa. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan metode ceramah interaktif dan media edukatif mampu memperkuat literasi kesehatan remaja. Meskipun demikian, masih ditemukan satu item yang mengalami penurunan pemahaman, menandakan perlunya penekanan lebih lanjut terhadap materi yang berpotensi menimbulkan miskonsepsi.

Secara umum, penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan secara terarah dan komunikatif dapat menjadi strategi promotif yang efektif untuk membangun kesadaran serta mendorong perubahan perilaku hidup sehat pada remaja. Intervensi seperti ini direkomendasikan untuk dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dengan program UKS sekolah guna menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesehatan siswa secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyani, L., Woro L, M., & Puspitasari, I. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Gastritis Pada Remaja Masa New Normal di SMA Negeri 1 Muaragembong. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 74–80. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.986>
- Aritonang, M. (2021). Pengaruh Stress Dan Pola Makan Dengan Frekuensi Kekambuhan Penyakit Pada Penderita Gastritis Di RSUD DR. Pirngadi Medan Tahun 2020. *Jurnal Pandu Husada*, 2(2), 84. <https://doi.org/10.30596/jph.v2i2.6685>
- Astuti, R. T., Amin, M. K., Listiyani, C., Nafisah, S., Adriani, W., & May S, H. (2020). Pemberdayaan Remaja Melalui Program Kesehatan “Youth

- Movement" untuk Mewujudkan Indonesia Sehat. *Community Empowerment*, 5(3), 106–112. <https://doi.org/10.31603/ce.3815>
- Azahra, R. C., Defitrika, F., & Ardaninggar, A. (2025). Pengaruh pola Konsumsi Cepat Saji terhadap Kesehatan Kardiovaskular pada Remaja. *Sulawesi Tenggara Educational Journal*, 5(1), 291–298. <https://doi.org/10.54297/seduj.v5i1.1110>
- Cholifah, C., Lutfiyah, S. A., & Nisak, U. K. (2023). Adolescent Health Care Education: A Community Intervention. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 14(2). <https://doi.org/10.21070/ijccd.v14i2.973>
- Fadilla, A. N., Susilawati, & Nugroho, H. (2025). Hubungan Pola Makan terhadap Kejadian Gastritis pada Remaja di Klinik Bhakti Sehat Persada Pamulang Tangerang Selatan Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, 7(2), 108–119. <https://doi.org/10.63448/ntze5r65>
- Haeriyah, S., Ayuningtyas, N., Marsepa, E., & Faidatusyarifah, F. (2022). Edukasi Pentingnya Sarapan Pagi pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(6), 5023. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i6.11643>
- Idris, S. (2025). *Pengaruh Pemberian Jus Pepaya (Carica Papaya) Terhadap Tingkat Nyeri Kronis Pada Penderita Gastritis Di Wilayah Puskesmas Sentosa Baru Sumatera Utara Tahun 2024* (Vol. 6, Issue 2).
- Maidartati, M., Ningrum, T. P., & Fauzia, P. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di Bandung. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 3(1), 21. <https://doi.org/10.25157/jkg.v3i1.4654>
- Manurung, S., Mustikowati, T., & Rozali, R. (2022). *Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Gastritis pada Mahasiswa Salah Satu Prodi di Universitas Binawan Relationship of Smoking Behavior with Gastritis in Students of One of the Study Program at Binawan University*.
- Nagireddi, T., Reddy B, V., Pentapati, S. S. K., Desu, S. S., Aravindakshan, R., & Gupta, A. (2022). Spice Intake Among Chronic Gastritis Patients and Its Relationship With Blood Lipid Levels in South India. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.33112>
- Nurhaidah, F. S., Anugrah, S. D., Putri, A. F., R Tukloy, W. D., Shofa, K. N., Khairunnisa, S., Primadani, L. H., Wahyudi, T., Kamaruzzaman, A. R., & Nita, Y. (2021). Pengetahuan Mahasiswa Universitas Airlangga Mengenai Dispepsia, Gastritis, dan Gerd beserta Antasida sebagai Pengobatannya. In *Jurnal Farmasi Komunitas* (Vol. 8, Issue 2).
- Putri, A. N., Embrik, I. S., & Pratiwi, A. (2023). Hubungan Pola Makan Dan Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Di MAN 1 Tangerang. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 2(1), 10–14. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v2i1.117>
- Sarah, N., Haskas, Y., & Restika, I. (2024). Perbandingan Efektivitas Intervensi Media Edukasi Kesehatan Berbasis Audio Visual dan Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa& Penelitian Keperawatan*, 4, 2024.
- Susanti, N., Devina, K., Safira, P., Salsabilla, Ramadini, S., & Zulaikha, T. (2023). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di Desa Lubuk Cemara, Kecamatan Perbaungan, Kabupaten Serdang Bedagai. *Abdi*

Cendekia : Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(2), 139–143.
<https://doi.org/10.61253/abdicendekia.v2i2.168>

Umasugi, M. T., Soulissa, F. F., Susanti, I., & Latuperissa, G. R. (2020). The Effect of Health Education on Gastritis Prevention Behavior Among High School Students. *Jurnal Ners*, 15(2 Special Issue), 476–479.
[https://doi.org/10.20473/jn.v15i2\(si\).20515](https://doi.org/10.20473/jn.v15i2(si).20515)

Waluyo, S. J., & Solikah, S. N. (2023). Edukasi Kesehatan mengenai Penyakit Asam Lambung (Gerd) pada Remaja di Kel. Sangkrah, Kota Surakarta. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(1), 203–211.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i1.8100>

Watung, G. I. V., & Langingi, A. R. C. (2023). Kejadian Gastritis Ditentukan oleh Pengetahuan Masyarakat tentang Pola Makan di Desa X. In *Journal | Watson Journal of Nursing* (Vol. 1, Issue 2).

Zega, C. B. (2023). Gastritis. *Medical Methodist Journal (MediMeth)*, 18(3), 488–503.
<https://doi.org/10.1007/s11938-020-00298-8>

Zhang, Z., & Zhang, X. (2023). Chronic atrophic gastritis in different ages in South China: a 10-year retrospective analysis. *BMC Gastroenterology*, 23(1), 37. <https://doi.org/10.1186/s12876-023-02662-1>