

LAMPIRAN

**SATUAN ACARA PENYULUHAN
GASTRITIS (MAAG)**



Disusun oleh :

Nama : ICHA OKTAVIANA
NIM : 1914471023
Kelas : Tingkat III Reguler I

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG
PRODI KEPERAWATAN KOTABUMI
TAHUN 2021/2022**

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Pokok Bahasan : Gastritis

Sub Pokok bahasan :

- a. Menyebutkan pengertian gastritis
- b. Menyebutkan penyebab gastritis
- c. Menyebutkan tanda dan gejala gastritis
- d. Menyebutkan upaya untuk mencegah terjadinya gastritis
- e. Menyebutkan komplikasi pada gastritis
- f. Menyebutkan penanganan gastritis

Sasaran : Keluarga Ny. S

Waktu : 30 menit (pukul 10.00 - 10.30)

Tanggal : 28 Februari 2022

Tempat : Rumah Ny. S

Pelaksana : Icha Oktaviana

1. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Hasil yang diharapkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan yaitu agar keluarga Ny.S mengetahui tentang gastritis dan dapat melakukan perawatan terhadap anggota keluarga yang menderita penyakit gastritis

2. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

Setelah mengikuti pendidikan kesehatan selama 30 menit, keluarga Ny. S mampu :

- a. Menyebutkan pengertian gastritis
- b. Menyebutkan penyebab gastritis
- c. Menyebutkan tanda dan gejala gastritis
- d. Menyebutkan upaya untuk mencegah terjadinya gastritis
- e. Menyebutkan komplikasi pada gastritis
- f. Menyebutkan penanganan gastritis

3. Materi

Gastritis

4. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahapan	Kegiatan		Waktu
		Penyuluhan	Sasaran	
	Pembukaan	<ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan salam- Memperkenalkan diri- Menjelaskan tujuan dari penyuluhan- Menyebutkan materi yang akan diberikan	<ul style="list-style-type: none">- Menjawab salam- Mendengarkan- Memperhatikan- Memperhatikan	5 menit
	Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none">- Menjelaskan tentang pengertian penyakit gastritis- Menjelaskan tentang hal-hal baik penyebab, tanda dan gejala penyakit , komplikasi gastritis- Menjelaskan hal-hal yang berhubungan dengan pencegahan dan penatalaksanaan gastritis- Memberi kesempatan peserta untuk bertanya- Menjawab pertanyaan	<ul style="list-style-type: none">- Memperhatikan- Memperhatikan- Memperhatikan- Bertanya dan menjawab pertanyaan yang diajukan- Bertanya kepada pemberi materi	15 menit
	Evaluasi	<ul style="list-style-type: none">- Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah diberikan	<ul style="list-style-type: none">- Menjawab pertanyaan	10 menit
	Terminasi	<ul style="list-style-type: none">- Mengucapkan apresiasi atas peran serta peserta- Mengucapkan salam penutup	<ul style="list-style-type: none">- Mendengarkan- Menjawab salam	2 menit

5. Metode

a. Diskusi / tanya jawab

6. Media dan Sumber

Leaflet

7. Evaluasi

a. Evaluasi Proses

Seluruh peserta penyuluhan antusias terhadap materi penyuluhan, tidak ada peserta yang meninggalkan tempat sebelum kegiatan selesai, serta peserta terlibat aktif dalam kegiatan penyuluhan.

b. Evaluasi Hasil

Peserta mengerti tentang penyakit gastritis, dapat menyebutkan pengertian, penyebab, tanda dan gejala, pencegahan, penanganan serta komplikasi pada gastritis.

LAMPIRAN MATERI

GASTRITIS

1. Definisi

Gastritis adalah suatu inflamasi dinding lambung, yang disebabkan oleh iritasi pada lambung. Gastritis biasa terjadi, dapat disebabkan oleh bermacam-macam faktor. Tipe paling umum dari gastritis adalah gastritis akut yang biasanya bersifat benigna dan dapat sembuh sendiri terkait dengan ingesti iritan lambung seperti aspirin, alkohol, kafein atau makanan yang terkontaminasi oleh bakteri tertentu (LeMone, Burke, & Bauldoff, 2015).

2. Etiologi

Ada beberapa penyebab yang dapat mengakibatkan seseorang menderita gastritis antara lain mengkonsumsi obat-obat kimia seperti asetaminofen, aspirin, dan steroid kortikosteroid. Asetaminofen dan kortikosteroid dapat mengakibatkan iritasi pada mukosa lambung, sedangkan NSAIDS (*Nonsteroid Anti inflammation Drugs*) dan kortikosteroid menghambat sintesis prostaglandin sehingga sekresi HCL meningkat dan menyebabkan suasana lambung menjadi sangat asam. Kondisi asam ini menimbulkan iritasi mukosa lambung.

Penyebab lain adalah konsumsi alkohol. Alkohol dapat menyebabkan kerusakan gaster. Terapi radiasi, refluks empedu, zat-zat korosif (cuka, lada) dapat menyebabkan kerusakan mukosa gaster dan menimbulkan edema dan perdarahan. Kondisi yang *stresful* seperti trauma, luka bakar, kemoterapi dan kerusakan susunan saraf pusat akan merangsang peningkatan produksi HCL lambung. Selain itu, infeksi bakteri seperti *Helicobacter pylory*, *Escherecia coli*, *Salmonella* dan lain-lain juga dianggap sebagai pemicu (Mardalena, 2018).

3. Tanda dan Gejala

Pada pasien gastritis akut dapat memiliki gejala ringan seperti anoreksia (hilang nafsu makan), atau nyeri epigastrium ringan yang dapat diredakan dengan sendawa atau defekasi. Manifestasi yang lebih berat meliputi nyeri abdomen, mual dan muntah. Perdarahan lambung dapat terjadi, disertai hematemesis atau melena (feses gelap seperti tar yang mengandung darah).

Gastritis kronis sering kali bersifat asimtomatik sampai atrofi secara signifikan memengaruhi pengosongan lambung dan digesti. Pasien dapat mengeluh distres lambung yang samar, rasa penuh pada epigastrium setelah makan, atau gejala seperti ulkus. Gejala-gejala tersebut biasanya tidak hilang dengan antasida. Selain itu pasien dapat mengalami keletihan dan gejala anemia lain. Jika faktor intrinsik berkurang, parestesia dan manifestasi neurologik lain dari defisiensi vitamin B12 dapat terjadi (LeMone, Burke, & Bauldoff, 2015).

4. Pencegahan

Upaya yang dapat dilakukan untuk pencegahan gastritis diantaranya adalah mengatur pola makan dan mencegah dari apa yang mengandung alkohol dan apa yang dapat meningkatkan asam lambung serta menghindari stress (Huzairah, 2017).

5. Penanganan gastritis dirumah

Menurut (UPT Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Belitung Timur, 2020) penanganan gastritis dirumah dapat dilakukan dengan beberapa cara berikut :

- a. Hindari makanan, minuman dan kebiasaan yang dapat meningkatkan asam lambung
- b. Makan sedikit tapi sering
- c. Makan masakan yang matang
- d. Cuci tangan sebelum makan untuk menghindari infeksi

- e. Ikuti arahan dokter

Makanan yang boleh dikonsumsi penderita gastritis diantaranya :

- a. Kentang/nasi tim, sereal
- b. Daging tanpa lemak
- c. Kacang-kacangan (kacang hijau rebus, tahu/tempe, dll)
- d. Buah-buahan yang tidak mengandung gas seperti pisang, pepaya, dll
- e. Sayuran yang tidak terlalu berserat dan mengandung gas
- f. Minuman (teh, sirup, susu dibatasi)

Adapun makanan yang tidak dianjurkan bagi penderita gastritis diantaranya :

- a. Nasi ketan, ubi, singkong, talas, mie
- b. Daging dengan lemak
- c. Sayuran bergas/berserat (sawi, kol, kecambah, nangka, oyong, kangkung, daun singkong)
- d. Buah-buahan yang masam, bergas (mangga, nanas, durian, kedondong, dll)
- e. Minuman beralkohol atau bersoda dan kopi
- f. Merokok
- g. Gorengan
- h. Makanan yang pedas

6. Cara memilih makanan yang tepat untuk penderita Gastritis

- a. Mengonsumsi makanan rendah asam

Penderita maag baik untuk mengonsumsi makanan yang rendah asam atau memiliki asam yang alami, seperti pada kebanyakan buah dan sayuran. Beberapa makanan yang mengandung asam rendah yaitu roti gandum, oatmeal, kentang, ikan-ikanan, putih telur, daging sapi atau daging unggas tanpa lemak, serta nasi merah.

- b. Makanan yang meredakan gangguan lambung

Beberapa makanan yang dapat dikonsumsi agar gangguan pada lambung tersebut tidak kambuh lagi adalah adas, jahe, peterseli, hingga lidah buaya.

c. Makanan Berserat

Jenis makanan lainnya yang dapat dikonsumsi agar sakit gastritis/maag tidak mudah untuk kambuh adalah mengonsumsi makanan berserat. Beberapa makanan yang dapat dikonsumsi, seperti biji-bijian, sayur-sayuran dengan jenis umbi-umbian, hingga beberapa sayuran hijau, misalnya asparagus dan brokoli.

7. Komplikasi

Menurut Black & Hawks (2014) dalam (Oktariana & Krishna, 2019) komplikasi gastritis akut ialah perdarahan saluran cerna atas yang dapat menyebabkan kematian, terjadi ulkus jikak prosesnya hebat dan jarang terjadi perforasi. Komplikasi gastritis kronik ialah perdarahan, anemia pernisiiosa, dan kanker lambung. Perdarahan bisa terjadi ketika mukosa lambung menjadi terkikis, perdarahan umumnya terjadi pada klien yang mengonsumsi alkohol, aspirin, atau NSAID (*Nonsteroid Anti inflammation Drugs*). Kanker lambung mungkin dicurigai pada klien yang gastritisnya tidak sembuh dengan terapi.

GASTRITIS (MAAG)



Oleh
Icha Oktaviana
(1914471023)

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
Prodi Keperawatan Kotabumi
Tahun 2022

Pengertian gastritis

Gastritis atau maag adalah suatu inflamasi / peradangan pada dinding lambung yang disebabkan oleh iritasi pada lambung. Gastritis biasa terjadi, dapat disebabkan oleh bermacam-macam faktor.

Penyebab gastritis

- Pola makan tidak teratur
- Konsumsi obat tertentu
- Alkohol
- Tetapi radiasi
- Makan terlalu pedas dan asam
- Infeksi bakteri (*Helicobacter pylori*, *E. coli*, *Salmonella*, dll)

Tanda

Gejala

- Tidak nafsu makan
- Nyeri pada perut bagian atas
- Mual muntah

Pencegahan

- Mengatur pola makan
- Tidak konsumsi alkohol
- Menghindari stress

Makanan yang boleh dikonsumsi penderita gastritis

- Kentang / nasi tim, sereal
- Daging tanpa lemak
- Kacang-kacangan
- Buah-buahan yang tidak mengandung gas (pisang, pepaya, dll)
- Sayuran yang tidak terlalu berserat dan mengandung gas
- Minuman (teh, sirup, susu dibatasi)



Makanan yang tidak dianjurkan bagi penderita gastritis

- Nasi ketan, ubi, singkong, talas, mie
- Daging dengan lemak
- Sayuran bergas (sawi, kecambah, nangka, oyong, kangkung, daun singkong)
- Buah buahan masam
- Minuman beralkohol atau bersoda dan kopi
- Merokok
- Gorengan
- Makanan yang pedas


Komplikasi pada gastritis

- Perdarahan
- Anemia pernisiiosa
- kanker lambung



Thank you 




LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Icha Oktaviana
NIM : 1914471023
Jurusan : DIII Keperawatan Kotabumi
Judul Study Kasus : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Rasa Nyaman Pada Kasus Gastritis Terhadap Individu Ny. S di Desa Mulang Maya Kecamatan Kotabumi Selatan Kabupaten Lampung Utara
Pembimbing I : Ns. Rina Mariani, S.Kep.,M.Kes

No	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
1.	15/2023 3	<p>1. Data dunia menurut WHO yang didapat pada tahun berapa? Kemudian data Indonesia menurut WHO juga tahun berapa? Data Lampung tahun 2020 untuk kasus gastritis sudah ada, apakah ada data untuk tahun 2021? Sementara data Pkm Kotabumi ok</p> <p>2. Pada BAB 1 ini kita lebih banyak mengambil sumber bacaan, bisa dari instruksi, atau ahli. You tidak melihat itu.</p> <p>3. Lihat lagi cara penulisan bahasa asing, huruf kapital, tanda baca, dll</p> <p>4. Ruang lingkup sudah itu perbaiki</p>	

2.	23/3 2022	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sudah ada kemajuan pada BAB 1 2. Silahkan lanjutkan pada BAB 1 3. Konsul dengan pembimbing 2 tidak harus selesai dari pembimbing 1
3.	01/4 2022	<ol style="list-style-type: none"> 1. Isi BAB 11 sudah baik, tetapi ada beberapa hal yang harus diperbaiki atau ditambahkan, seperti pada kebutuhan dasar manusia yang terganggu adalah kebutuhan aman nyamannya, ceritakan sedikit bagaimana gastritis menyebabkan nyeri sehingga aman nyaman yang terganggu. Konsep nyeri OK 2. BAB 11 ini isi teorinya, jadi sesuai sesuai dengan teori, begitupun dengan SIKI, tulis semua yang ada di SIKI (OTEK) terkait masalah keperawatannya. 3. Lihat kembali penulisan laporan ini, karena ini tulisan ilmiah.
4.	00/4 2022	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pengkajian diperbaiki lagi 2. Diagnosa yang ditegaskan sesuai dengan skor tertinggi 3. SIKI dan implementasi diperbaiki lagi. Ada rencana yang kita rencanakan untuk meeting - meeting TUK, itulah yang dilakukan.

5.	22/04 - 2022.	<p>Sebelum lanjut ke TUK berikutnya evaluasi kembali apa yang sudah dibentkan.</p> <p>BAB I. Sumber bahan masih kurang foto pendukung gambar & teori</p> <p>BAB II. sudah baik Hp tambah pekerjaan - Hg geostatis agar dipubakan lebih baik.</p> <p>BAB III. pekerjaan OK tambah skema dan Tabel & landscape of SIKI & implementasi & perbaikan lagi.</p> <p>BAB IV. Blm terlihat pembahasannya</p> <p>BAB V : simpul - : simplen, gelas.</p> <p>Saran : operational</p>	
6.	25/04 - 2022	<p>BAB I & II : OK</p> <p>BAB III. revisi TUK 1-5</p> <p>BAB IV. Pembahasan blm sesuai & melihat apa yg ada di BAB III & di BAB II. BAB II sbg acuan/sumbernya</p> <p>BAB V : Saran / Plein blm operational.</p> <p>Konsul berikutnya sertakan & kelengkapan lainnya.</p>	

7	26/ 09 -2022	<p>BAB III : OK.</p> <p>BAB IV : Pembahasan & pengkajian & penjabaran lagi.</p> <p>BAB V : OK.</p> <p>Daftar Pustaka - Semua yg tertulis di BAB I & II hrs ada => mendeleg.</p> <p>Abstrak revisi lagi. tulisan & lihat kembali</p> <p>Konsul Pemb. II</p>	
8	27/ 4 -2022	<p>BAB I-5 : OK</p> <p>tetapi tulisan belu masih ada yg blm semi valid penulis -</p> <p>↓</p> <p>revisi kembali lihat tulis - penomen</p>	
9	12/ 05 -2022	<p>BAB I -5 : OK</p> <p>Right - OK</p> <p>Daftar pustaka : cek lagi => bila sudah baik & lihat ke Pub. lg</p> <p>↓</p> <p>ACC magu sika</p>	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Icha Oktaviana

NIM : 1914471023

Jurusan : DIII Keperawatan Kotabumi

Judul Study Kasus : Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Gangguan Rasa Nyaman Pada Kasus Gastritis Terhadap Individu Ny. S di Desa Mulang Maya Kecamatan Kotabumi Selatan Kabupaten Lampung Utara

Pembimbing II : Fita Rina, SKM, M.Kes

No.	Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf
1.	28-04-2022	BAB I 1. Teori dengan penyakit Data penyakit di dunia, Indonesia, Lampung Utara, PKM → di susun. 2. Tujuan umum dan tujuan khusus diperbaiki	f
2.	11-05-2022	BAB I 1. Perhatikan penulisan tanda baca, kata sambung, dll 2. Perhatikan margin kiri, kanan, atas dan bawah 3. Spasi harus konsisten 4. Bahasa asing cetak miring	f
3.	12-05-2022	BAB II 1. Perhatikan spasi harus konsisten 2. Untuk sub bab dicetak tebal 3. Judul tabel meliputi SW + SH	f
4.	13-05-2022	BAB II 1. Tambahkan analisa data (Data Subjektif dan Data Objektif). 2. Lihat lagi pedoman LTA	f

5.	16-05-2022	<p>BAB IV</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Lengkapi lampiran lainnya sesuai dengan pedoman LTA 	f
6.	16-05-2022	<p>BAB V</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Perbaiki penulisan sesuai pedoman LTA 2. Perbaiki saran 	f
7.	17-05-2022	<p>BAB I-V</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Perbaiki penulisan 2. Cek kembali spasi apakah sudah konsisten 	f
8.	17-05-2022	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cek kembali pengkajian, dan sebelum ujian sidang 2. ACE ujian sidang 	f