LAPORAN HASIL

KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT

PENYULUHAN KESEHATAN MENGENAI DISPEPSIA

PADA REMAJA DI SMAN 1 KAMPAR

Oleh :

Ade Dita Puteri, M.PH (NIDN. 1310098601) Ketua
Devina Yuristin, M.Kes (NIDN. 1004069002) Anggota

Khairul Arqom
Roza Erma Linda
Nurul Izati

PRODI S1 KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI RIAU

2022

DAFTAR ISI

Halaman

Cover i

Daftar isi..... ii

Lembar Pengesahan iii

Ringkasan..... iv

BAB 1 PENDAHULUAN 1

1.1 Analisis Situasi..... 1

1.2 Perumusan Masalah 2

1.3 Tujuan 2

1.4 Manfaat 2

BAB 2 TARGET LUARAN..... 3

BAB 3 METODE PELAKSANAAN 4

3.1 Metode Pelaksanaan Program..... 4

BAB 4. KELAYAKAN KEPAKARAN..... 5

BAB 5. BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN..... 6

BAB 6. HASIL DAN PEMBAHASAN..... 8

LAMPIRAN

HALAMAN PENGESAHAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul Pengabdian	:	Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja di SMAN 1 Kampar
Kode/Nama Rumpun Ilmu	:	350/Kesehatan Masyarakat
Peneliti	:	
a. Nama Lengkap	:	Ade Dita Puteri
b. NIDN/NIP	:	1310098601
c. Jabatan	:	Asisten Ahli
Fungsional	:	Kesehatan Masyarakat
d. Program Studi	:	082283520718
e. No Hp	:	adedita10@gmail.com
f. email		
Anggota (1)	:	
a. Nama lengkap	:	Devina Yuristin, MARS
b. NIDN/NIP	:	1012037301
c. Program Studi	:	Kesehatan Masyarakat
Mitra PkM	:	Kepala Sekolah SMAN 1 Kampar
Jarak PT ke Lokasi PkM	:	11 KM
Biaya Pengabdian	:	Rp. 3.000.000

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Dewi Anggriani Harahap, M.Keb
NIP-TT 096.542.089

Bangkinang, 03 Juli 2022
Ketua Pengabmas

Rizki Rahmawati Lestari, M.Kes
NIP-TT 096.542.174

Menyetujui,
Ketua LPPM Universitas Palawan Tuanku Tambusai

Ns. Apriza, S.Kep, M.Kep
NIP-TT 096.542.024

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai mengemban tugas Tri Dharma Perguruan Tinggi yang meliputi kegiatan pendidikan dan pengajaran, penelitian serta pengabdian kepada masyarakat. Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat pada tahun 2022 ini memiliki program pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan oleh dosen sesuai dengan Visi dan Misi Universitas. Dalam program ini, kami melaksanakan kegiatan pengabdian dengan judul kegiatan "Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja di SMAN 1 Kampar" .

Keluhan dispepsia merupakan keadaan klinis yang sering dijumpai dalam praktek praktis sehari-hari. Istilah dispepsia mulai gencar dikemukan sejak akhir tahun 80-an, yang menggambarkan keluhan atau kumpulan gejala (sindrom) yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di epigastrium, mual, muntah, kembung, cepat kenyang, rasa perut penuh, sendawa, dan rasa panas yang menjalar di dada (Sudoyo AW, 2006). Menurut pendapat (Mansjoer, 2000) menyatakan bahwa penyebab dispepsia adalah minum minuman yang beralkohol dan bergas. Sehingga bisa menyebabkan terjadinya dispepsia. Sedangkan menurut (Mujaddid E, 2006) adanya penyebab lain yang dapat mengakibatkan dispepsia yaitu faktor psikososial atau stres maupun emosi. Dimana faktor psikis atau emosi ini dapat menyebabkan dispepsia atau dapat mempengaruhi fungsi saluran cerna dan mengakibatkan perubahan sekresi asam lambung, serta menurunkan ambang rangsang nyeri.

Dispepsia biasa diawali dengan kebiasaan yang tidak baik seperti tidak sarapan pagi, sarapan bagi anak remaja seyogyanya sangatlah penting, karena waktu sekolah adalah penuh

aktivitas yang membutuhkan energi dan kalori yang cukup besar. Dampak negatif dari tidak sarapan pagi dapat terjadi ketidak seimbangan sistem syaraf pusat yang diikuti rasa pusing, gemetar, atau rasa lelah. hal ini juga dapat memicu terjadinya dispepsia, karena selama tidur 12 jam tubuh puasa sepanjang malam, dan di pagi hari berada dalam tahap pertama merasa lapar sehingga lambung yang masih dalam tahap kelaparan dapat meningkatkan kadar asam lambung naik sehingga dapat memicu terjadinya dispepsia

Kebiasaan mengkonsumsi makanan dan minuman, seperti makan pedas, asam, minum kopi, dan minuman berkarbonasi juga dapat meningkatkan resiko munculnya gejala dispepsia. Suasana yang sangat asam di dalam lambung dapat membunuh *organisme patogen* yang tertelan bersama makanan. Namun, bila barier lambung telah rusak, maka suasana yang sangat asam di lambung akan memperberat iritasi pada dinding lambung (Herman, 2004). Faktor yang memicu produksi asam lambung berlebihan, diantaranya beberapa zat kimia, seperti alkohol, umumnya obat penahan nyeri, asam cuka. Makanan dan minuman yang bersifat asam, makanan yang pedas serta bumbu yang merangsang, misalnya jahe, merica (Warianto, 2011 di kutip dari Nurul, 2012).

Angka kejadian Dispepsia dimasyarakat luas tergolong tinggi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada suatu komunitas selama enam bulan, tingkat keluhan Dispepsia mencapai 38%, dimana pada penelitian tersebut dinyatakan bahwa keluhan dispepsia banyak didapatkan pada usia yang lebih muda. Penelitian pada komunitas lain yang dilakukan oleh peneliti yang sama selama enam bulan mendapatkan angka keluhan dispepsia sebesar 41%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja usia 14-17 tahun, remaja perempuan lebih banyak menderita dispepsia dibandingkan dengan remaja laki-laki, yaitu perempuan sebesar 27% sedangkan laki-laki sebesar 16% (Reshetnikov, 2001 dikutip dari Annisa, 2009).

Menurut data dari WHO, bahwa Indonesia menempati urutan ke empat dengan jumlah penderita terbanyak dispepsia setelah Negara Amerika, Inggris yaitu berjumlah 430 juta penderita dispepsia. Di Negara Asia, Indonesia menempati urutan ke tiga setelah Negara India dan Thailand berjumlah 123 ribu penderita. Di Indonesia sendiri kota yang penduduknya paling banyak menderita dispepsia adalah kota Jakarta yaitu dipengaruhi jumlah penduduk yang padat dan berpotensi gila kerja sehingga mengakibatkan makan menjadi tidak teratur dan banyak menderita dispepsia. Sedangkan berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Riau, bahwa Dispepsia menjadi penyakit dengan proporsi terkecil di Riau, yaitu sekitar 6,05%. (Profil Dinkes, 2012 dikutip dari Fitri, 2013).

1. 2 Perumusan Masalah

Tim Pengabdian kepada Masyarakat memberikan penyuluhan tentang "Penyuluhan Kesehatan Mengenai Pentingnya Saluran Pembuangan Air Limbah Rumah Tangga di Desa Siabu Kecamatan Salo" yang dapat diidentifikasikan dalam beberapa permasalahan spesifik, yaitu : Apakah ada pengaruh Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja di SMAN 1 Kampar?

1. 3 Tujuan

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan, diharapkan masyarakat akan dapat :

a. Mengetahui penyebab dispepsia
b. Mengetahui gejala dispepsia
c. Mengetahui pencegahan dispepsia

1. 4 Manfaat

a. Bagi SMAN 1 Kampar

   Memberikan gambaran tentang dispepsia dan upaya pencegahan yang bisa dilakukan di lingkungan sekolah

b. Bagi Masyarakat

   Meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya pencegahan dispepsia dan menjaga kesehatan tubuh pribadi masing-masing

BAB 2. SOLUSI DAN TARGET LUARAN

2.1 Solusi yang Ditawarkan

Terkait permasalahan yang dihadapi mitra, dosen sebagai pelaksana pengabdian masyarakat (PKM) bersama 3 orang mahasiswa akan memberikan pendidikan :

1. Remaja diberikan pendidikan kesehatan (penyuluhan) mengenai pengertian dispepsia, penyebab dispepsia, gejala dispepsia, pencegahan dispepsia
2. Dari hasil penyuluhan, remaja memahami mengenai isi materi dan di akhir sesi diberikan waktu tanya jawab. Didapatkan beberapa pertanyaan dari remaja diantaranya :
    a. Bagaimanakah cara mengobati dispepsia?
    b. Apakah dispepsia sama dengan masuk angin ?
3. Untuk mengevaluasi tingkat pemahaman remaja terhadap isi materi penyuluhan, maka diberikan beberapa pertanyaan terkait isi materi penyuluhan dan remaja dipersilahkan untuk menjawab. remaja yang berhasil menjawab pertanyaan dengan benar diberikan *door prize* sebagai tanda apresiasi.

2.2 Luaran yang Diharapkan

Dengan adanya program pengabdian masyarakat ini, mengenai dispepsia, sebagai berikut:

a. Dengan adanya program pengabdian masyarakat mengenai Penyuluhan Kesehatan Kejadian Dispepsia di SMAN 1 Kampar ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja mengenai dispepsia
b. Lebih jauh, diharapkan kegiatan-kegiatan serupa dapat berdampak pada peningkatan kesadaran masyarakat Indonesia agar ikut aktif menjaga kesehatan diri
c. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, khususnya Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat semakin dikenal sebagai institusi yang mempunyai kepedulian terhadap permasalahan masyarakat khususnya masyarakat umum.

Tabel 2. Rencana Solusi dan Target Luaran

No	Solusi	Target Luaran
1	Penyuluhan: Memberikan pengetahuan kepada siswa tentang : a. Pengertian dispepsia b. Penyebab dispepsia c. Gejala dyspepsia d. Pencegahan dispepsia	a. meningkatkan pengetahuan remaja mengenai pengertia, penyebab, hejalan dan upaya pencegahan dispepsia., selain itu diharapkan semakin meningkatkan kesadaran remaja akan menjaga kesehatan diri
2	Sosialisasi: Memberikan pemahaman tentang dispepsia kepada remaja	kegiatan-kegiatan serupa dapat berdampak pada peningkatan kesadaran masyarakat Indonesia agar sadar dalam menjaga kesehatan diri
3	Memberikan rangkaian pesan yang bertujuan mempengaruhi remaja untuk menjaga kesehatan pribadi	a. Dari pemutaran vidio yang menceritakan penyakit dispepsia b. Poster yang terpasang dan pamphlet yang dibagikan kepada remaja dan dapat menjadi motivator untuk melakukan upaya pencegahan dispepsia

BAB 3. METODE PELAKSANAAN

3.1 Metode Pelaksanaan Program

Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang pentingnya saluran pembuangan air limbah secara umum berjalan dengan lancar. Pihak sekolah membantu mempersiapkan tempat dan mengkoordinir peserta penyuluhan. Peserta penyuluhan merupakan perwakilan dari kelas X dan XI sebanyak 61 orang. Tempat yang dipakai untuk kegiatan tersebut adalah salah satu ruang kelas sekolah.

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kemudian mencoba menggali pengetahuan dasar remaja mengenai dispepsia. Pemateri mengajukan beberapa pertanyaan mengenai pengertiand ispepsia, penyebab dispepsia, gejala dan tindakan pencegahan dispepsia. Setelah menggali pengetahuan dasar kemudian pemateri mulai memaparkan materi pendidikan kesehatan mengenai dispepsia. Selama kegiatan penyuluhan berlangsung tampak peserta antusias dan memperhatikan isi materi penyuluhan.

Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 30 menit dan di akhir sesi pemateri memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Didapatkan 3 pertanyaan dari peserta penyuluhan terkait isi materi. Setelah menjawab pertanyaan dari peserta, pemateri melakukan evaluasi terkait pemberian materi yang telah disampaikan dengan cara memberikan pertanyaan dan memberikan kesempatan kepada peserta untuk menjawab pertanyaan tersebut. Peserta yang mampu menjawab pertanyaan mendapatkan *door prize* sebagai tanda apresiasi dan setelah itu kegiatan penyuluhan ditutup dengan kegiatan foto bersama antara pemateri dengan masyarakat peserta seminar.

3.2 Keberlanjutan Program

Kegiatan pendidikan kesehatan (penyuluhan) tentang tentang dispepsia terlaksana dengan baik bahkan para peserta terlihat antusias dan mengharapkan kegiatan

penyuluhan dapat berlanjut dengan pemberian materi yang lainnya terutama terkait pemeliharaan kesehatan tubuh. Pihak sekolah juga mengharapkan akan adanya kegiatan yang berkelanjutan sehingga semakin dapat meningkatkan pengetahuan remaja.

3.3 Rekomendasi Rencana Tindak Lanjut

Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah :

1. Kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinyu untuk meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan para remja terutama mengenai menjaga kesehatan tubuh pribadi. Kegiatan dapat berupa penyuluhan secara berkelanjutan kepada seluruh murid di SMAN 1 Kampar
2. Diadakan kerjasama dengan instansi yang memiliki pengalaman dalam penyakit dispepsia

BAB 4
KELAYAKAN KEPAKARAN

Banyaknya masyarakat yang masih kurang memahami penyakit dispepsia sebagian besar menganggap penyakit dispepsia adalah penyakit ringan dan tidak berbahaya. Tim pelaksana merupakan dosen dengan latar belakang pendidikan S1 Kesehatan Masyarakat. Tim pelaksana diharapkan mampu memberikan solusi terhadap permasalahan masyarakat.

4.1 Tim Pakar

Penunjukan Ketua Tim dan anggota tim didasari dari keperluan kepakaran atas program yang akan dilakukan .

4.1.1 Ade Dita Puteri, MPH sebagai Ketua Tim Pengusul dan merupakan Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat. Ketua tim adalah sebagai penanggung jawab program, mulai dari persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi program. Dari kepakaran yang dimiliki oleh ketua tim, ia bertugas dalam memberikan penyuluhan tentang manfaat puasa bagi kesehatan tubuh.

4.1.2 dr. Devina Yuristin, MARS sebagai Anggota Tim 1 dan merupakan Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat. Anggota 1 berkoordinasi dengan Ketua Tim, mendampingi ketua pelaksana dalam melaksanakan kegiatan. Anggota 1 akan terlibat penuh dalam program kemitraan masyarakat ini.

BAB 5. BIAYA DAN JADWAL KEGIATAN

5.1 Anggaran Biaya

Tabel 2. Anggaran Dana Penyuluhan

Kesektariatan

No	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1.	Proposal + LPJ	Rp. 20.000	2 Buah	Rp. 40.000
2.	Fotocopy Proposal	Rp. 150	14 lembar	Rp. 2.100
3.	Fotocopy LPJ	Rp. 150	14 lembar	Rp. 2.100
4.	Print SAP	Rp 500	40 lembar	Rp. 20.000
5.	Amplop	Rp 1.500	5 buah	Rp 7.500
	Print jilid Lap	Rp.20.000	3 eks	Rp. 60.000
			Total	Rp. 131.700

Humas

No	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1.	Transportasi	Rp. 100.000	1 Mobil	Rp. 100.000
			Total	Rp. 100.000

Perlengkapan

No	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1.	Benner	Rp. 40.000	2x1 meter	Rp. 40.000
2.	Pin	Rp. 5.000	66 buah	Rp. 330.000
4.	Note Book	Rp 5.000	66 buah	Rp 330.000
5.	Pulpen	Rp 1.000	66 buah	Rp 66.000
6.	Kertas Kayu	Rp 3.000	1 buah	Rp 3.000
7.	Solasi	Rp 5.000	2 buah	Rp 10.000
8.	Leaflet	Rp 2.000	70 Buah	Rp 140.000
10.	Door Prize	Rp.50.000	10 bingkisan	Rp. 500.000
			Total	Rp 1.419.000

Konsumsi

No	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Aqua	Rp 24.000	4	Rp 96.000
2	Snack	Rp 10000	80	Rp 800.000
3	Buah	Rp.100.000	4 Paket	Rp. 400.000
			Total	Rp 1.296.000

Dokumentasi

No	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Cetak Foto	Rp. 3.000	15 buah	Rp. 54.000
			Total	Rp 54.000

Total Anggaran :

Kesektariatan	: Rp 131.700
Humas	: Rp 100.000
Perlengkapan	: Rp 1.419.000
Konsumsi	: Rp 1.296.000
Dokumentasi	: Rp 54.000
Total	**Rp3.000.700**

5.2 Jadwal Kegiatan

Tabel 3. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

	HARI/TANGGAL	JAM	KEGIATAN	NARASUMBER
1	Selasa, 07 Juni 2011	07.00 – 08.30	Berangkat ke lokasi SMAN 1 Kampar	Ade Dita Puteri Devina Yuristin
	Selasa, 07 Juni 2011	09.00 – 13.00	• Survey lokasi pengabdian masyarakat dan sasaran penyuluhan • Pengurusan perijinan	Ade Dita Puteri Devina Yuristin
	Selasa, 07 Juni 2011	13.00 – 14.00	ISHOMA	Ade Dita Puteri Devina Yuristin
	Selasa, 07 Juni 2011	14.00 – 15.30	Kembali ke UPTT	Ade Dita Puteri Devina Yuristin
2	Kamis, 15 Juni 2022	06.00 – 07.30	Berangkat ke lokasi SMAN Kampar 1	Ade Dita Puteri Devina Yuristin Khairul Arqom M. Haikal Aksa Nurul Izati

	Kamis, 15 Juni 2022	08.00 – 09.00	Materi I kepada Grup I	Ade Dita Puteri
	Kamis, 15 Juni 2022	09.00 – 09.30	Diskusi dan Tanya Jawab Materi I	Ade Dita Puteri
	Kamis, 15 Juni 2022	09.30 – 10.30	Materi II	Devina Yuristin
	Kamis, 15 Juni 2022	10.30 – 11.00	Diskusi dan Tanya Jawab Materi II	Devina Yuristin
	Kamis, 15 Juni 2022	11.00 – 12.00	ISHOMA	
	Kamis, 15 Juni 2022	12.00 – 13.00	Penutupan dan Pembagian Doorprize	Ade Dita Puteri Devina Yuristin Khairul Arqom M. Haikal Aksa Nurul Izati

BAB 6. HASIL DAN PEMBAHASAN

6.1. DESKRIPSI OBJEK

Kegiatan pengabdian masyarakat di SMAN 1 Kampar yang berjudul "Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia" telah dilaksanakan dengan baik sebanyak 1 kali pertemuan yakni pada tanggal 15 Juni 2022. Peserta dalam kegiatan Pengabdian ini perwakilan siswa kelas X dan XI yakni sebanyak 61 orang.

6.2. HASIL KEGIATAN

Tabel 4. Hasil Kegiatan

No	Keterangan	Pertemuan I
1.	Jumlah peserta yang mengikuti	61 orang
2.	Materi penyuluhan dan Kegiatan Pengabdian Masyarakat	• Pengertain dispepsia • Tanda dan gejala dispepsia • Dampak air limbah terhadap lingkungan dan kesehatan • Pencegahan dispepsia

DAFTAR PUSTAKA

D Annisa, (2009). Hubungan Ketidakteraturann Makan dengan Kejadian Sindrome Dispepsia. Medan: Skripsi Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Jurusan Keperawatan USU.

Dr. Ari Fahrial Syam, Sp.PD. (2012). Jenis Makanan dan Pencegahan Pada Maag. www.Kompas.com

Misnadiarly (2009). Mengenal Penyakit Organ Cerna: Gastritis (Dispepsia atau Maag), Infeksi Mycobacteria pada Ulcer Gastrointestinal). Jakarta: Pustaka Populer Obor.

Slamat Suyono, Prof,Dr. SpPD.KE. (2001). Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid II, edisi ketiga. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Sudoyo, A,W. (2006). Buku Ajar Ilmu Penyakit dalam Jilid I & II, edisi keempat. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.

Soogeng dan Anne lies, (2009). Kesehatan dan Gizi. Jakarta: Rineka Cipta.

Lampiran 1 Biodata Ketua dan Anggota Tim Pengusul

A. BIODATA KETUA TIM PENGUSUL

Nama : Ade Dita Puteri, M.PH
Jabatan Fungsional : Assisten Ahli
Jabatan struktural : Ketua Prodi S1 Kesehatan Masyarakat
NIP-TT : 096 542 173
NIDN : 1310098601
TTL : Banda Aceh, 10 September 1986
Alamat Rumah : Jl. KH. Nurmayuddin Bangkinang
Hp : 082268403410
Alamat PT : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kampar-Riau
Email : adedita10@gmail.com
Mata kuliah yang di ampu : 1. Dasar Epidemiologi
2. Metodologi Penelitian
3. Sistem Informasi Kesehatan

B. RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

Tahun Lulus	Program Pendidikan (Diploma, Sarjana, Magister, Spesialis, dan Doktor)	Perguruan Tinggi	Jurusan/ Program Studi
2010	Sarjana Strata-1	UAD	S1 Kesehatan Masyarakat
2014	Pascasarjana/ Magister	UGM	S2 Kesehatan Masyarakat

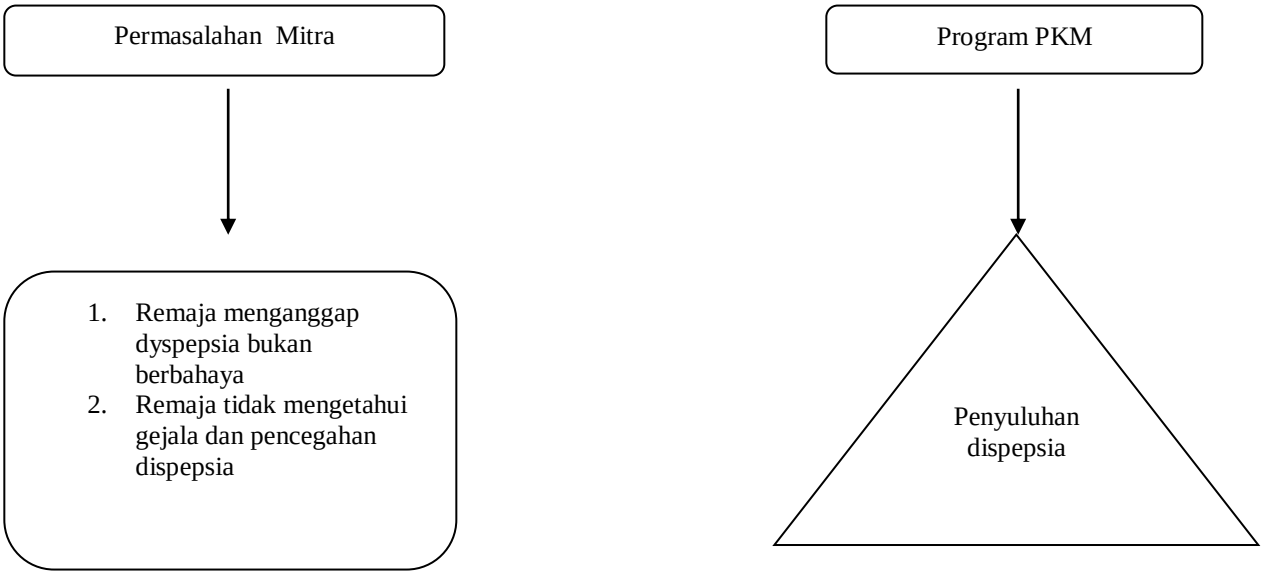
C. BIODATA ANGGOTA TIM PENGUSUL

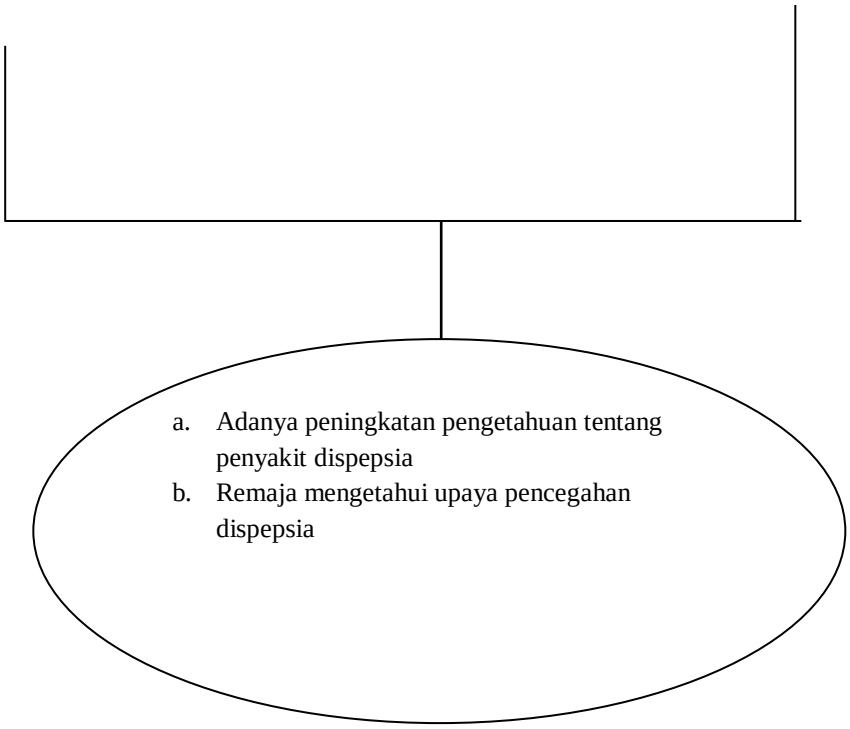
Nama : dr. Devina Yuristin, MARS
Jabatan Fungsional : Assisten Ahli
Jabatan struktural : Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat
NIP-TT : 096 542 127
NIDN : 1012037301
TTL : Padang panjang, 12 Maret 1973
Alamat Rumah : jl. Prof. M. Yamin
Hp : 081378714422
Alamat PT : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kampar-Riau
Email : devinayuristin73@gmail.com
Mata kuliah yang di ampu : 1. Biomedik I
2. Dasar Kesehatan Masyarakat

D. RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

Tahun Lulus	Program Pendidikan (Diploma, Sarjana, Magister, Spesialis, dan Doktor)	Perguruan Tinggi	Jurusan/ Program Studi
1995	Sarjana	UNAND	S1 Kedokteran
2015	Pascasarjana/ Magister	UNAND	S2 Kesehatan Masyarakat

Lampiran 2 Gambaran Iptek Kegiatan Pengabdian Masyarakat




a. Adanya peningkatan pengetahuan tentang penyakit dispepsia
b. Remaja mengetahui upaya pencegahan dispepsia

UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
e-mail : lppm.tambusai@yahoo.co.id
Alamat : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinan, Kampar - Riau Kode Pos. 28412
Telp. (0762)21677, 085278005611, 085211804568

SURAT PERINTAH TUGAS

Nomor : 136 /LPPM/UPTT/VI/2022

Ketua Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, dengan ini menugaskan kepada:

Nama : 1. Ade Dita Puteri, MPH
2. Devina Yuristin, MARS
3. Roza Erma Linda
4. Khairul Arqom
5. Nurul Izati

Jabatan : Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat
Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

Melaksanakan kegiatan pengabdian Masyarakat di SMAN 1 Kampar dengan kegiatan "Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja di SMAN 1 Kampar" pada bulan Juni. Dengan dikeluarkannya surat tugas ini, maka yang bersangkutan wajib melaksanakan tugas dengan sebenarnya dan bertanggungjawab kepada Ketua LPPM Universistas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Demikian surat tugas ini dibuat, untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Bangkinang, 15 Juni 2022
Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Ketua,

Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd.
NIP-TT. 096.542.108

Tembusan:
Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

KETERANGAN
DARI PEJABAT YANG MEMBERI TUGAS

Tempat kedudukan pegawai yang memberi tugas	Berangkat	Tiba kembali
	Tanggal, tandatangan	Tanggal, tandatangan
	..... Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Ketua, **Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd.** **NIP-TT. 096.542.108**	..... Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Ketua, **Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd.** **NIP-TT. 096.542.108**

DARI PEJABAT DI TEMPAT YANG DIKUNJUNGI

Tempat kedudukan pegawai yang dikunjungi	Tiba di	Berangkat dari
	Tanggal, tandatangan	Tanggal, tandatangan
	DINAS PENDIDIKAN SMA NEGERI 1 KAMPAR PROVINSI RIAU	DINAS PENDIDIKAN SMA NEGERI 1 KAMPAR PROVINSI RIAU

BERITA ACARA PENGABDIAN MASYARAKAT

Pada hari ini, Kamis Tanggal Enam Belas Tahun Dua Ribu Dua Puluh Dua telah dilakukan Pengabdian Masyarakat di SMAN 1 Kampar dengan judul sebagai berikut:

" Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja"

Pemberi Materi,	Lembaga Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Ketua,
Ade Dita Puteri, MPH	Dr. Musnar Indra Daulay, M.Pd

Mengetahui
Kepala Sekolah SMAN 1 Kampar

(Darwis B, S.pd.,M.Pd)

Lampiran 3. Dokumentasi

42	Fehry Asmon.	
43	Yolanda Fathrul	
44	Sisca Azzahri	
45	Yulia Hidayat	
46	Joshua Firdaus	
47	Alicia Cindy	
48	Aulia tami	
49	Fadli Ferdu	
50	Sasobila	
51	Fery irawan	
52	Lely Hasanah	
53	Misky Libraryani	
54	Bilal Fernando	
55	Amy fitri yanti	
56	Putri Lestari	
57	Fitri wahyuni	
58	Bunga Nabilah	
59	Wahyu Perdana	
60	Deyfitri Humairah	
61	Yanti	

18	Zelma F.	
19	Tamara Fitri Yanti	
20	Sefti Muranisa	
21	Beni Setiawan	
22	Wishu Mudohir	
23	Mubarak Ikhsan	
24	Ar tissya ramadhani	
25	Sintia Julianti	
26	Sindi Putri	
27	Al-fikri hobibullah	
28	Oktalita Suci nabela	
29	Mutid Febbi	
30	Febriani	
31	Azhuri Ikhsan	
32	Fadilah rizki	
33	Aldo Putra.	
34	Hasna Wotik	
35	Jannah	
36	Ari Ryan	
37	Zahfra Inayah	
38	Tami Lestari	
40	Hamid el	
41	Fenty tri Astuti	

ABSENSI PESERTA PENGABDIAN MASYARAKAT

"PENYULUHAN KESEHATAN MENGENAI DISPEPSIA PADA REMAJA DI SMAN 1 KAMPAR"

TANGGAL 16 JUNI 2022

NO	NAMA	TANDA TANGAN
1	Raihan Putra	
2	Nisa Azzahra	
3	Kurnia [illegible]	
4	Hasan Fikri	
5	Husna	
6	Septiawan Permana Putra	
7	Septi suci rahayu	
8	Dewi sintia putri	
9	Zikri kurnia	
10	Amanda Tissya.	
11	Sydkila Indah	
12	Iqbal riki S.	
13	Dela nofri anggraini	
14	Herrina Oktavidna	
15	iqbal mudahir	
16	Suristia Juranti	
17	Astriana Risa	

Penyuluhan Dispepsia

Tujuan

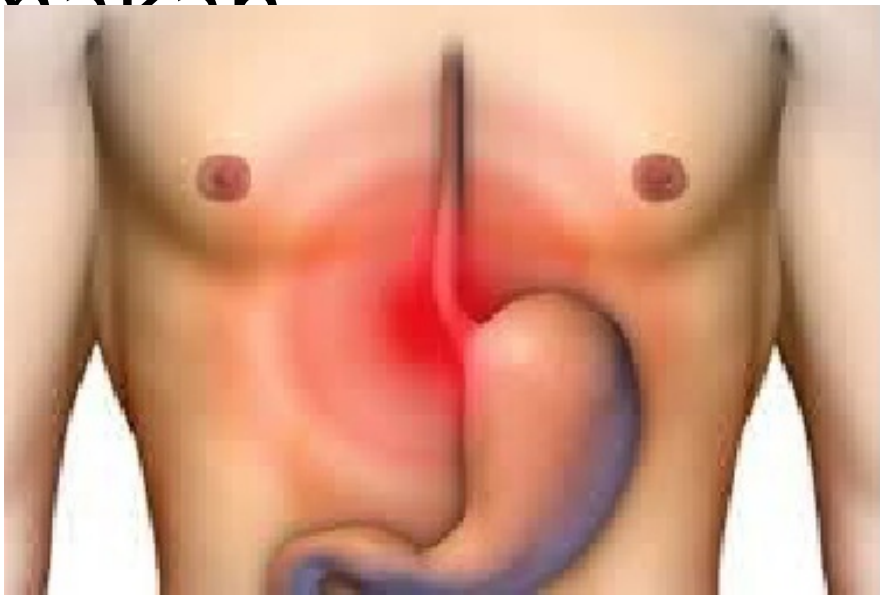
- Tujuan Jangka Pendek :

Agar masyarakat lebih memahami mengenai dispepsia, penyebab dispepsia, gejala serta cara mencegah timbulnya dispepsia

- Tujuan Jangka Panjang :

Agar dapat mengubah perilaku dan sikap masyarakat supaya lebih peduli tentang kesehatan tubuh pribadi masing-masing

Dispepsia adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan nyeri atau rasa tidak nyaman pada perut bagian atas atau dada yang biasanya timbul setelah makan



Penyebab Dispepsia

- Makan berlebihan
- Makan yang terlalu cepat
- Makan makanan berlema
- Makan saat keadaan stres
- Minum alcohol atau kopi terlalu banyak
- Obat-obatan tertentu

Gejala Dispepsia

- **Nyeri dan rasa tidak nyaman pada perut atas atau d**

- **Terkadang disertai dengan send**
- **Suara usus yang terdengar kera**
- **Sebagian penderita makan dapat memperburuk nyeri**
- **Penderita yang lain makan bisa mengurangi nyerinya.**

- **Nafsu makan yang menurun**
- **Mual**
- **Sembelit**
- **Diare**
- **Perut kembung**
- **Perut terasa penuh / begah**

Pencegahan Dispepsia

- **Makan dengan porsi kecil tapi sering contoh: biscuit, roti**

- **Menghindari alkohol dan ko**

- **Menghindari makanan yang merangsang lambung contoh : cabe, cuka, sambal, ketan dan lain-lain.**

- **Hindari Rok**

- **Makan teratur sesuai dan tepat waktu**
- **Istirahat cukup**
- **Menghindari stress**

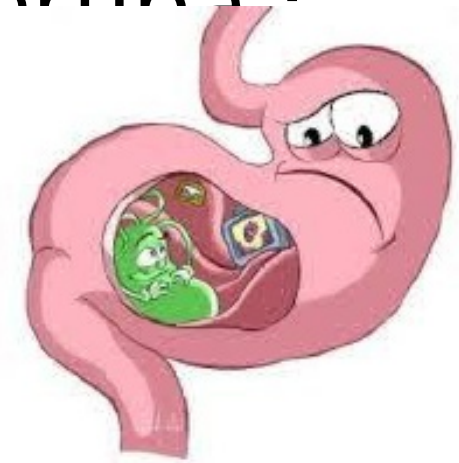
Pengobatan Tradisional

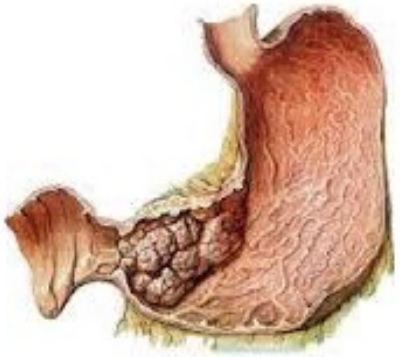
- **Siapkan kunir (KUNYIT) lalu parut dan peras airnya**
- **Campur air kunir dengan madu**
- **Minum setiap hari selama gejala dispepsia masih ada**

Jangan Remehkan Dispepsia

Dispepsia bisa menimbulkan komplikasi lebih lanjut berupa :

- Lambung menjadi bolo
- Kanker lambung





Bila mengalami gejala dispepsia
SEGERA BEROBAT KEDOKTER

TERIMAKASIH

Kode/Nama Rumpun Ilmu :350/Kesehatan Masyarakat

LAPORAN PENGGUNAAN ANGGARAN PENGABDIAN MASYARAKAT

PENYULUHAN KESEHATAN MENGENAI DISPEPSIA PADA REMAJA DI SMAN 1 KAMPAR

Oleh :

Ade Dita Puteri, M.PH (NIDN. 1310098601) Ketua

Devina Yuristin, M.Kes (NIDN. 1004069002) Anggota

Khairul Arqom

Roza Erma Linda

Nurul Izati

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI

TAHUN AJARAN 2021/2022

Rincian Anggaran Pengabdian Masyarakat

Penyuluhan Kesehatan Mengenai Dispepsia Pada Remaja di SMAN 1 Kampar

Rekapitulasi Biaya

No.	Jenis Pengeluaran	
1	Kesekretariatan	Rp. 130.200
2	Humas	Rp. 200.000
3	Perlengkapan	Rp. 2.338.000
4	Konsumsi	Rp.3.272..000
5.	Dokumentasi	Rp. 54.000
Total Keseluruhan		Rp. 5.994.000

A. Rincian Pembiayaan

1. Kesekretariatan

No	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Proposal+LPJ	Rp. 20.000	2 Buah	Rp. 40.000
2	Fotocopy proposal	Rp. 150	14 Lembar	Rp. 2100
3	Fc LPJ	Rp. 150	14 lembar	Rp. 2100
4	Print SAP	Rp. 500	40 Lembar	Rp. 20.000
5	Amplop	Rp 1500	4 buah	Rp. 6000
6	Print Jilid Lap	Rp. 20.000	3 eks	Rp. 60.000
Total				Rp. 130. 200

2. Pembelian Barang Habis pakai dan Sewa

No.	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Biaya Transportasi	Rp. 100.000	2 Mobil	Rp. 200.000
Total				Rp. 200.000

3. Perlengkapan

No.	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Benner	Rp. 40.000	2x1 meter	Rp. 40.000
2	Pin	Rp. 7000	60 buah	Rp. 420.000
3	Note Book	Rp. 7000	60 buah	Rp. 420.000
4	Pulpen	Rp. 1000	60 buah	Rp. 60.000

5	Kertas Kayu	Rp. 3000	1 buah	Rp. 3.000
6	Solasi	Rp. 5000	1 buah	Rp.5.000
7	Leaflet	Rp. 5000	60 buah	Rp.300.000
8	Doorprize	Rp. 50.000	10 bingkisan	Rp. 500.000
9	ID Card	Rp.5000	18 buah	90.000
10	Sound System	Rp.500.000	1 set	Rp. 500.000
Total				Rp. 2.338.000

4. Konsumsi

No.	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Aqua	Rp. 24.000	3 dus	Rp. 72.000
2	Makan Siang	Rp. 10.000	80 paket	Rp. 800.000
Total				Rp. 872.000

5. Dokumentasi

No.	Nama Barang	Harga	Jumlah	Total
1	Cetak foto	Rp. 3000	15	Rp. 54.000
Total				Rp. 54.000

MY PRINT

Menjual Melayani :
ATK, Percetakan, Buku
Jl Jenderal Sudirman - Bangkinang

Bangkinang, Mei 19

Kepada Yth.

Di.

FAKTUR KONTAN/BON NO

Banyaknya	NAMA BARANG	Harga	Jumlah
7	pc.		
1	pc.		
14	pen.		
90	buku		
9	angket		
200	pc		
		Total Rp.	130.00
		Sisa Rp.	

Tanda Terima

Barang yang sudah dibeli tidak dapat dikembalikan

Hormat kami

My Print Percetakan ATK Buku

SPBU 14.254.622
BANGKINANG

BON KONTAN UNTUK

	JUMLAH	RP. 100.000

TERIMA KASIH

SELAMAT JALAN

BANGKINANG Mei 21

HORMAT KAMI

SPBU 14.254.622
BANGKINANG

BON KONTAN UNTUK

NAMA BARANG	HARGA	JUMLAH
		RP.
	JUMLAH	RP. 100.00

TERIMA KASIH

SELAMAT JALAN

BANGKINANG Mei ... 19

HORMAT KAMI

Dipindai dengan CamScanner

Hari : .....
Tanggal : 25-1-2021
Kepada : ADE
.....
.....

Jl.Pramuka (Depan SDN 005)
Bangkinang - Riau

Hp : 0823 87475554
WA : 0852 78029583
FB : endang wijiartati
IG : een_nityacake

Banyaknya	Nama Barang	Harga	Jumlah
100	Snack boxes	5.000	500.000
		Total	500.000
		DP	
		Sisa	

Dipindai dengan CamScanner

Tuan / Toko: Nov 2021

NOTA NO. .....

BANYAKNYA	NAMA BARANG	HARGA	JUMLAH
4	Kepas tawa		

Jumlah Rp. 200.000

Tanda Terima

Hormat kami,

Aslam Printing

PUSAT PERCETAKAN DAN ADVERTISING

Jl. Prof. M. Yamin, SH (Depan Bank Riau) - Bangkinang

Bangkinang 5/5/21

Kepada YTH: .....

0852 6374 1565

0852 7206 0367

aslamprinting.77@gmail.com

Faktur No :

Qty	Item Deskripsi	Ukuran	Harga
1	pampflet		
1	buku		
			434.00

Total = ...

Uang Muka = ...

Sisa = ...

Hormat Kami

Penerima

(.....)

(.....)

Barang yang tidak diambil dalam 2 minggu, tidak menjadi tanggung jawab kami

Dipindai dengan CamScanner

No. _____

Telah terima dari _____

Uang sejumlah DUA RATUS RIBU RUPIAH.

Untuk pembayaran Honor Ketua pengabmas

Bangkinang, 24 Februari 2021

Rp. 200.000

Ade Dhe Puteri

No. _____

Telah terima dari _____

Uang sejumlah SERATUS RIBU RUPIAH.

Untuk pembayaran Asisten Pengabmas / Pembantu pengabmas.

Bangkinang, 24 Februari 2021

Rp. 100.000

dr. Devina Tunsh

No. _____

Telah terima dari _____

Uang sejumlah LIMA PULUH RIBU RUPIAH.

Untuk pembayaran Pembantu Lapangan

Bangkinang, 24 Februari 2021

Rp. 50.000

ZIHILMA YANI

No. _____

Telah terima dari _____

Uang sejumlah LIMA PULUH RIBU RUPIAH.

Untuk pembayaran Pembantu Lapangan

Bangkinan, 24 Februari 2021

Rp. 50.000

ALIYA MIRANTI