

PENERAPAN AJARAN ISLAM DALAM RANGKA MENURUNKAN ANGKA KEJADIAN GASTRITIS DAN GERD DI PONDOK PESANTREN AL-HIKAM BANGKALAN

Mustika Chasanatusy Syarifah¹, Marinda Dwi Puspitarini², Siska Nurul Abidah³,
Diana Diana Arum Lisnawati⁴, Mufidah Sheena Andani⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

e-mail: mustika4n6@unusa.ac.id

Abstrak

Permasalahan yang kerap kali dialami oleh santri adalah munculnya keluhan maag atau GERD. Hal ini disebabkan karena berbagai macam faktor, salah satunya adalah pola makan yang tidak teratur dan tingkat stress yang tinggi. Kemudian mitra juga mempunyai jenjang pendidikan MTS dan MA, yang tentu saja ada jenjang tahun akhir dimana siswa harus tekun belajar demi menghadapi ujian masuk perguruan tinggi. Hal diatas tentu bisa menjadi pemicu buruknya pola makan dan pengelolaan stress yang berujung pada penyakit maag atau GERD. Sehingga perlu dilakukan upaya edukasi dengan tujuan meningkatkan pengetahuan santri untuk dapat menerapkan ajaran islam guna menurunkan angka kejadian GERD dan gastritis. **Tujuan:** Meningkatkan pemahaman santri mengenai cara-cara mandiri untuk menerapkan ajaran islam guna mengurangi angka kejadian GERD dan gastritis. **Metode:** Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah ceramah dan tanya jawab. Sebelum melakukan penyuluhan dilakukan pre-test, kemudian setelah penyuluhan dilakukan post-test. Hasil pre-test dan post-test dinilai kemudian dilakukan pengolahan data dan evaluasi. **Hasil:** Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value 0,000 sehingga nilai sig <0,05 yang menandakan bahwa ada perbedaan signifikan antara data pre-test dan post-test. Perbedaan yang signifikan ini menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan pada peserta setelah mengikuti sesi penyuluhan. **Kesimpulan:** Penyuluhan tentang penerapan ajaran islam dalam rangka menurunkan angka kejadian Gastritis dan GERD di Pondok Pesantren Al-Hikam telah memberikan dampak yang signifikan pada peserta, yaitu berupa meningkatnya tingkat pengetahuan.

Kata kunci: Ajaran Islam; Pondok Pesantren; Stress Remaja; GERD; Gastritis.

Abstract

The problem that students often experience is complaints of stomach ulcers or GERD. This is caused by various factors, one of which is irregular eating patterns and high levels of stress. Then partners also have MTS and MA education levels, which of course has a final year level where students must study diligently in order to face the college entrance exam. The above can certainly trigger poor diet and stress management which can lead to ulcers or GERD. So it is necessary to carry out educational efforts with the aim of increasing students' knowledge so they can apply Islamic teachings to reduce the incidence of GERD and gastritis. **Objective:** Increase students' understanding of independent ways to apply Islamic teachings to reduce the incidence of GERD and gastritis. **Method:** The method used in counseling is lecture and question and answer. Before conducting counseling, a pre-test is carried out, then after counseling, a post-test is carried out. The results of the pre-test and post-test are assessed and then data processing and evaluation are carried out. **Results:** The Wilcoxon test results show a p-value of 0.000 so the sig value is <0.05 which indicates that there is a significant difference between the pre-test and post-test data. This significant difference indicates a change in the level of knowledge of the participants after attending the counseling session. **Conclusion:** Counseling on the application of Islamic teachings in order to reduce the incidence of Gastritis and GERD at the Al-Hikam Islamic Boarding School has had a significant impact on participants, namely in the form of increasing their level of knowledge.

Keywords: Islamic teachings; Islamic boarding school; Teen Stress; GERD; Gastritis.

PENDAHULUAN

Permasalahan psikologis yang menimbulkan dampak penyakit fisik oleh para klinisi disebut dengan gangguan psikosomatis. Berdasarkan PPDGJ III (1993) psikosomatis dapat mengenai setiap sistem atau bagian tubuh yang mana pun, tetapi yang paling lazim adalah yang mengenai keluhan gastrointestinal, gejala klinis dapat berupa perasaan sakit pada perut, kembung, muntah, mual dan

sebagainya (Wibawa & Algristian, 2018). Salah satu penyakit gastrointestinal munculnya dapat dipicu oleh tingkat stress berlebih adalah GERD. Perkumpulan Gastroenterologi Indonesia, *Gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) didefinisikan sebagai refluks isi lambung ke dalam esofagus yang terjadi secara tidak sengaja yang terjadi secara berulang sehingga menyebabkan komplikasi dan menurunkan kualitas hidup (Saputera & Budianto, 2017).

Pondok pesantren merupakan tempat di mana remaja menghabiskan sebagian besar waktu mereka dalam menuntut ilmu agama, mendalami kegiatan keagamaan, serta menjalani kehidupan bersama dengan sesama santri (Syafe'i, 2017). Meskipun pondok pesantren memiliki tujuan mulia dalam membentuk karakter dan memperdalam pemahaman agama, namun hal ini juga dapat menyebabkan permasalahan yang berhubungan dengan tingkat stress pada usia remaja. Masa remaja adalah masa mencari identitas diri, adanya keinginan untuk bisa diterima oleh teman sebaya, adanya ketertarikan kepada lawan jenis menyebabkan remaja sangat menjaga penampilan fisiknya dan tak jarang hal tersebut memberikan tingkat stress yang berlebih bagi pola pikir remaja yang belum sepenuhnya berkembang (Diananda, 2018).

Mitra yang bekerjasama dengan UNUSA adalah Pondok Pesantren Al-Hikam Bangkalan Madura. Pondok Pesantren Al-Hikam Bangkalan Madura juga mempunyai jenjang pendidikan MTS dan MA, yang tentu saja ada jenjang tahun akhir dimana siswa harus tekun belajar demi menghadapi ujian masuk perguruan tinggi. Kedua hal diatas tentu bisa menjadi pemicu buruknya pola makan dan pengelolaan stress yang berujung pada penyakit maag atau GERD. Selain itu Al Hikam juga membentuk Generasi Muda yang menjunjung tinggi Nilai Agama, Moral dan Tradisi Indonesia dengan mengedepankan faham Ahlus Sunnah wal Jama'ah yang dianut oleh Mayoritas Ulama' Pendahulu (Mata Madura, 2018). Oleh sebab itu UNUSA bekerjasama dengan mitra Pondok Pesantren Al-Hikam Bangkalan Madura. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat "Penerapan Ajaran Islam Dalam Rangka Menurunkan Angka Kejadian Gastritis dan GERD di PP. Al Hikam Bangkalan" diharapkan mampu memberikan hasil kajian yang mampu mendeskripsikan pemahaman tenaga pendidik akan pentingnya menerapkan ajaran-ajaran Islam untuk mencegah dan menurunkan angka kejadian GERD di pondok pesantren, serta munculnya kemandirian dan tingkat pengetahuan santri untuk menerapkan ajaran islam guna mengurangi stress.

METODE

Metode yang digunakan dalam penyuluhan adalah ceramah dan tanya jawab. Sebelum melakukan penyuluhan, lembar pre-test dibagikan kepada santri dan dikerjakan selama 15 menit. Selanjutnya dilakukan sesi penyuluhan dan tanya jawab selama kurang lebih 60 menit. Setelah selesai, lembar post-test dibagikan kepada santri dan dikerjakan. Hasil pre-test dan post-test dinilai kemudian dilakukan pengolahan data dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Total jumlah santri peserta penelitian adalah sejumlah 40 orang. Tim penyuluhan menyebarkan lembar pre-test kepada seluruh peserta santri sebelum melakukan penyuluhan. Soal pre-test berisi 10 soal yang mencangkup konsep-konsep dasar yang relevan dengan topik penyuluhan. Pengisian pre-test oleh santri bertujuan untuk mengukur pengetahuan santri sebelum menerima informasi baru. Setelah itu lembar pre-test dikumpulkan dan penyuluhan dimulai. Penyuluhan berlangsung selama kurang lebih 40 menit dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab selama 15 menit. Metode penyuluhan yang digunakan adalah presentasi dan ceramah. Ketertarikan santri terlihat pada antusiasme dalam mengajukan pertanyaan dan meneruskan jawaban dari pemateri dengan diskusi ringan.

Setelah penyuluhan dan sesi tanya jawab selesai, peserta diberikan waktu untuk mengisi lembar post-test yang berisi serangkaian pertanyaan yang serupa dengan pre-test. Tujuan dari diberikannya post-test ini adalah untuk mengukur tingkat pengetahuan santri setelah diberi informasi baru melalui sesi ceramah dan sesi tanya jawab seputar topik penyuluhan. Setelah santri peserta penyuluhan selesai mengisi soal, lembar post-test dikumpulkan.

Data yang didapat dari hasil pre-test dan post-test di olah menggunakan aplikasi statistik SPSS 21. Sebelumnya data yang didapat diuji normalitasnya menggunakan uji Saphiro-Wilk dikarenakan jumlah sampel yang kecil, yakni kurang dari 50 sampel (Razali & Wah dalam Quraisy, 2020). Kemudian untuk menguji singnifikasi perubahan, dilakukan uji Wilcoxon sebagai alternatif uji paired sample T-test, dan dikarenakan data yang didapat tidak berdistribusi normal (Hastari dkk, 2020).

Tabel 1. Hasil Rekap Rank Nilai Pre-test dan Post-test

		N	Mean Rank	Sum of Rank
Post-Pre	Negative Ranks	6 ^a	15,75	94,50
	Positif Ranks	30 ^b	19,05	571,50
	Ties	4 ^c		
	Total	40		

- a. Post < Pre
- b. Post > Pre
- c. Post = Pre

Pada pengujian Wilcoxon juga muncul tabel 'Rank' yang menunjukkan rincian perubahan antara nilai pre-test dan post-test. Pada tabel 2 dapat diketahui bahwa dari total 40 peserta, terdapat 6 orang yang tergolong ke dalam 'Negative Ranks', 30 orang yang tergolong 'Positif Ranks' dan 4 orang berada pada kategori 'Ties'. Dari data diatas dapat diuraikan bahwa ada 6 'Negative Ranks' yang artinya 6 orang tersebut mengalami penurunan nilai post-test. Kemudian ada 30 'Positive Ranks' yang artinya 30 orang tersebut memiliki nilai post-test lebih baik dibandingkan pre-test nya, dan 4 'Ties' yang artinya 4 orang tidak mengalami perubahan.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Nilai Pre-test dan Post-test

	Post – Pre
Z	-3,781 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon yang menunjukkan nilai Sig < 0,05 menandakan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara data pre-test dan post-test. Perbedaan yang signifikan ini menunjukkan adanya perubahan yang nyata pada peserta setelah mengikuti sesi penyuluhan. Dapat diartikan bahwa penyuluhan telah memberikan pengetahuan baru, meningkatkan pemahaman, atau mengubah sikap dan perilaku peserta. Dengan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan telah memberikan dampak yang signifikan pada peserta. Hasil ini memberikan informasi berharga kepada penyuluh dan tim penyuluh tentang keberhasilan program penyuluhan serta efektivitas metode yang digunakan.



Gambar 1. Sesi tanya jawab dengan santri peserta penyuluhan dan Para santri peserta penyuluhan mengerjakan post-test.

SIMPULAN

Penyuluhan mengenai penerapan ajaran agama islam dalam rangka mengurangi angka kejadian gastritis dan GERD telah memberikan pengetahuan baru, meningkatkan pemahaman, atau mengubah sikap dan perilaku peserta.

SARAN

Kegiatan ini dapat juga menggunakan beragam metode selain dengan penyuluhan. Adapun metode yang digunakan berupa pelatihan praktis, diskusi kelompok hingga penggunaan media yang membantu dalam penyampaian materi seperti brosur, video atau infografis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel jurnal ini ditulis oleh penulis dari Fakultas Kedokteran UNUSA berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dibiayai oleh Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya melalui program Hibah Pengabdian Masyarakat 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Diananda, Amita. 2018. Psikologi Remaja dan Permasalahannya. *ISTIGHNA Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam* 1(1): 116 – 133.
- Hastari, B. M., Gandasari, D., & Harry. Analisis Tingkat Pengetahuan Peternak Domba dengan Menggunakan Uji T dan Wilcoxon di kelompok Tani Maju. *Jurnal Penyuluhan Pertanian* 15(1): 1 – 7.
- Mata Madura, 2018. Ponpes Al-Hikam Burneh Bangkalan, Paduan Dua Poros Keilmuan. <https://matamaduranews.com/ponpes-al-hikam-burneh-bangkalan-paduan-dua-poros-keilmuan/> Diakses pada 20 Juni 2023 14.53 WIB.
- Quraisy, Andi. 2020. Normalitas Data Menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dan Saphiro-Wilk. *J-HEST: Journal of Health, Education, Economics, Science, and Technology* 3(1): 7 – 11.
- Saputera, M. D., & Budianto, W. 2017. Diagnosis dan Tatalaksana Gastroesophageal Reflux Disease (GERD) di Ousat Pelayanan Kesehatan Primer. *CDK-252* 44(5): 329 – 332.
- Syafe'i, Imam. 2017. Pondok Pesantren: Lembaga Pendidikan Pembentukan Karakter. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam* 8(2017): 85 – 103.
- Wibawa, D. S., & Algristian, H. 2018. Penyuluhan Gangguan Psikiatrik terhadap sistem pencernaan pada masyarakat disekitar Al-Hidayah Ngawi, Jawa Timur. *Community Development Journal UNUSA* 2(1): 1 – 3.