

PENYULUHAN MASYARAKAT : MANAGEMEN HEMOROID DI RUMAH SAKIT BINTANG AMIN

Siti Hana Muthliatul Janah^{1*}, Putri Permata Citra², Danda Lesmana³, Deni Huda Yana⁴, Alfath Refyanus⁵

¹⁻⁵Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

*)Email Korespondensi : Janahhana29@gmail.com

Abstract

Hemorrhoids are varicosities due to physiological dilation (widening) of the internal hemorrhoidal venous plexus, so they are not very dangerous. Although hemorrhoids are not dangerous, if the dilation of the veins becomes wider, then we still need to prevent it. Prevention is by eating more high-fiber foods, such as fresh fruits and vegetables. Also drink lots of water (1 hour 1 glass of water). Drinking lots of water and eating high-fiber foods can facilitate defecation. If bowel movements are smooth, then hemorrhoids are unlikely to occur. In addition to eating high-fiber foods and drinking lots of water, hemorrhoids can be prevented by exercising regularly, walking more, reducing standing for too long and sitting for too long, and getting enough rest.

Keywords: *Dilation of veins, Defecation, Fibrous foods*

Abstrak

Hemoroid adalah varikosis akibat dilatasi (pelebaran) pleksus vena hemoroidialis interna yang fisiologis, sehingga tidak begitu berbahaya. Meskipun hemoroid tidak berbahaya, akan tetapi bila pelebaran pembuluh darah vena bertambah luas, maka kita tetap perlu mencegahnya. Pencegahan dengan cara memperbanyak makan makanan yang berserat tinggi, seperti buah-buahan dan sayur-sayuran segar. Selain itu juga minum air putih yang banyak (1 jam 1 gelas air putih). Dengan minum air putih yang banyak dan makan makanan yang berserat dapat mempermudah defekasi. Apabila buang air besar lancar, maka hemoroid kemungkinan besar tidak akan terjadi. Selain mengonsumsi makanan yang berserat dan banyak minum air putih, hemoroid dapat dicegah dengan cara olah raga teratur, perbanyak jalan kaki, kurangi berdiri terlalu lama dan duduk terlalu lama, serta istirahat yang cukup.

Kata kunci: Pelebaran pembuluh darah vena, Defekasi, Makanan berserat.

1. PENDAHULUAN

Rektum merupakan bagian paling ujung dari usus besar yang berbentuk lurus (setelah kolon sigmoid) dan berakhir di anus. Rektum dibatasi oleh mukosa epitel kolumnar yang dipersarafi oleh sistem saraf simpatis dan parasimpatis yang mengakibatkan rektum kurang sensitif. Pasokan pembuluh darah dan limfatiknya berasal dari sistem hipogastrik (Ganz, 2013). Rektum memiliki ukuran sepanjang 12 cm dan berfungsi penting dalam defekasi (proses pengeluaran kotoran dalam tubuh) karena ketika kolon mendorong feses ke dalam rektum, peregangan yang terjadi di rektum merangsang reseptor regang di dinding rektum, memicu refleksi defekasi dan timbul keinginan untuk buang air besar, atau rektum juga bisa disebut sebagai tempat penyimpanan feses sementara. Anus berperan sebagai saluran untuk mengeluarkan feses dari dalam tubuh saat defekasi. Proses defekasi ini dipengaruhi oleh sistem saraf dan otot. Otot yang paling berperan adalah otot sfingter. (Sherwood, 2018).

Hemoroid merupakan jaringan normal yang dimiliki oleh semua orang. Hemoroid terdiri dari pleksus arterinya yang berfungsi sebagai katup di dalam saluran anus untuk membantu sistem sfingter anus, mencegah inkontinensia flatus dan

cairan (Sjamsuhidajat, 2017). Hemoroid merupakan pelebaran dan inflamasi pembuluh darah vena di anus dari pleksus hemoroidalis. Hemoroid dibedakan menjadi dua bagian yaitu hemoroid eksterna dan hemoroid interna berdasarkan letaknya dari garis mukokutan (garis dentata). Hemoroid eksterna timbul dari pelebaran dan inflamasi vena subkutan (di bawah kulit) di bawah atau di luar garis dentate dan hemoroid interna timbul dari dilatasi vena submukosa (di bawah mukosa) di atas garis dentata (Sandler, R. S., & Peery, A. F. 2019).

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat "Penyuluhan Masyarakat : manajemen Hemoroid di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung" terlaksana pada tanggal 19 September 2024. Bentuk kegiatan pelaksanaan program dilaksanakan sebanyak 1 kali pertemuan offline. Adapun tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut : Survei tempat kegiatan pengabdian masyarakat yaitu di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung, Permohonan izin kegiatan pengabdian Masyarakat, Persiapan alat dan bahan materi penyuluhan, dan Persiapan tempat untuk pendidikan kesehatan (penyuluhan) yaitu menggunakan Ruang poli bedah RS Pertamina Bintang Amin.

Kegiatan Penyuluhan meliputi : (a) Pembukaan dan perkenalan dengan masyarakat (pasien) di RS Pertamina Bintang Amin Bandar Lampung yang menjadi sasaran pada kegiatan Penyuluhan Masyarakat : manajemen Hemoroid. (b) Pembagian leaflet yang berisikan informasi mengenai manajemen Hemoroid. (c) Penyuluhan materi mengenai manajemen Hemoroid kepada masyarakat. (d) Tanya jawab dengan masyarakat (pasien). Kegiatan penutup meliputi : (a) Foto bersama. (b) Pembagian snack dan doorprize untuk masyarakat yang telah hadir dalam kegiatan. (c) Berpamitan dengan masyarakat (pasien) di RS Pertamina Bintang Amin. (d) Pembuatan laporan kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 3. Materi penyuluhan

3. PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai manajemen Hemoroid, di mana pada penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran serta kewaspadaan terhadap penyakit tersebut yang ditujukan pada pasien dan keluarga pasien yang berada di RSPBA "Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin" Sebanyak 15 peserta yang telah terlibat dalam kegiatan penyuluhan ini. Output yang didapat dari kegiatan pengabdian masyarakat ini diantara-Nya : (a) Petugas pada Universitas Malahayati mengetahui pengobatan hemoroid. (b) Dari hasil penyuluhan, untuk mengetahui penyerapan dari materi penyuluhan terhadap petugas dilakukan 3 pertanyaan yang juga mengandung doorprize bagi yang dapat menjawab: Bagaimana cara penanganan Hemoroid masing – masing *stage*? Bagaimana seharusnya Tindakan dari keluarga jika ada anggota keluarga yang menderita hemoroid? Apa yang harus dilakukan untuk menghindari terkena hemoroid?

Sedangkan *outcome* yang didapatkan diantaranya adalah : (a) Dengan adanya program penyuluhan tentang manajemen hemoroid ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan petugas tenaga kebersihan lab tentang pengertian, gejala, dan cara pencegahan serta tatalaksana hemoroid. (b) Lebih jauh, diharapkan kegiatan-kegiatan serupa dapat berdampak pada peningkatan kesadaran masyarakat Indonesia khususnya pada petugas tenaga kebersihan agar ikut aktif menjaga Kesehatan sebagai upaya penanganan dan mencegah komplikasi dari hemoroid.

Kegiatan penyuluhan masyarakat mengenai Manajemen Hemoroid dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan dan kewaspadaan masyarakat yang berada di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin, Bandar Lampung telah terlaksana dengan baik. Koas Stase Bedah di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin mempersiapkan penyuluhan secara langsung di ruang poli bedah Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin, Bandar Lampung dan mengkoordinir peserta penyuluhan. Peserta penyuluhan atau audiens merupakan masyarakat umum dan merupakan keluarga pasien. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan, adanya pembukaan dan perkenalan dengan masyarakat di RS Pertamina Bintang Amin, Bandar Lampung. Setelah itu dilakukan pembagian leaflet yang berisi tentang materi Manajemen hemoroid. Lalu moderator mempersilahkan pematari memperkenalkan diri terlebih dahulu. Kegiatan pemberian materi berlangsung selama kurang lebih 20 menit. Setelah pemaparan materi, peserta diberikan waktu untuk mengajukan beberapa pertanyaan mengenai materi penyuluhan. Setelah materi telah dibagikan kami mengadakan pembagian snack dan *doorprize* dengan mengajukan 3 pertanyaan kepada peserta (audiens) sesuai dengan materi yang telah diberikan.

Kegiatan penyuluhan tentang Manajemen hemoroid pada masyarakat telah terlaksana dengan baik bahkan para peserta terlihat antusias dan mengharapkan kegiatan penyuluhan dapat berlanjut dengan pemberian materi lainnya terkait Kesehatan. Peserta juga mengharapkan akan adanya kegiatan yang berkelanjutan sehingga semakin dapat meningkatkan pengetahuan tentang Kesehatan. Berdasarkan evaluasi dan monitoring yang telah dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah : (a) Kegiatan yang sama bisa dilakukan secara kontinu untuk meningkatkan pengetahuan dan kewaspadaan para masyarakat tentang Meningkatkan Kesadaran Masyarakat. Kegiatan dapat berupa penyuluhan secara berkelanjutan kepada pasien di RS Pertamina Bintang Amin. (b) Diadakan kerja sama dengan instansi atau organisasi kesehatan yang berkaitan di RS Pertamina Bintang Amin.

4. KESIMPULAN

Hemorrhoid adalah varikosisis akibat pelebaran pleksus vena hemorrhoidalis interna. Hemorrhoid dibagi atas hemorrhoid interna bila pembengkakan vena pada pleksus hemorrhoidalis interna, hemorrhoid eksterna apabila terjadi pembengkakan di pleksus hemorrhoidalis eksterna. Hemorrhoid interna jika varises yang terletak pada submukosa terjadi proksimal terhadap otot sphincter anus. Letaknya distal dari

linea pectinea dan diliputi oleh kulit biasa di dalam jaringan di bawah epitel anus, yang berupa benjolan karena dilatasi vena hemorrhoidalis. Faktor risiko hemorrhoid, yaitu; keturunan, anatomik, pekerjaan, umur, endokrin, mekanis, fisiologis, dan radang.

Gejala klinis hemoroid, yaitu; darah di anus, prolaps, perasaan tidak nyaman pada anus, pengeluaran lendir, anemia sekunder (mungkin), tampak kelainan khas pada inspeksi, gambaran khas pada anoskopi, atau rektoskopi. Terapi hemoroid derajat I dan II terapi yang diberikan berupa terapi lokal dan himbauan tentang perubahan pola makan. Dianjurkan untuk banyak mengonsumsi sayur-sayuran dan buah yang banyak mengandung air. derajat III dan IV, terapi yang dipilih adalah terapi bedah yaitu dengan hemoroidektomi. Terapi ini bisa juga dilakukan untuk pasien yang sering mengalami perdarahan berulang, sehingga dapat sebabkan anemia, ataupun untuk pasien yang sudah mengalami keluhan-keluhan tersebut bertahun-tahun. Pencegahan dapat dilakukan dengan mencegah faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hemoroid dengan minum yang cukup, makan cukup sayuran, dan buah-buahan, sehingga kotoran kita tidak mengeras. Pentingnya untuk masyarakat menambah wawasan pengetahuannya dan menjaga kebersihan diri maupun lingkungan dan berbagai hal yang mungkin apabila dibiarkan akan menimbulkan masalah.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bagian Bedah Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 1994, "Kumpulan Kuliah Ilmu Bedah", Binarupa Aksara, Jakarta, hal. 266-271.
- Bagian Patologi Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 1999, "Kumpulan Kuliah Patologi", Jakarta, hal.263-279.
- Brown, John Stuart, 1995, "Buku Ajar dan Atlas Bedah Minor", Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, hal.184-189.
- David C, Sabiston, 1994, "Buku Ajar Bedah", Bagian 2, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, hal.56-59.
- Dudley, Hugh A.F, 1992, "Ilmu Bedah Gawat Darurat", Edisi 11, Gadjah Mada University Press, Yogyakarta, hal.506-508.
- Ganz, R. A. (2013). The evaluation and treatment of hemorrhoids: A guide for the gastroenterologist. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 11(6), 593–603. <https://doi.org/10.1016/j.cgh.2012.12.020>.
- Sandler, R. S., & Peery, A. F. (2019). Rethinking What We Know About Hemorrhoids. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 17(1), 8–15. <https://doi.org/10.1016/j.cgh.2018.03.020>.
- Sherwood, L. (2018). *Pertahanan Tubuh. Fisiologi manusia : dari sel ke sistem*. Edisi 9. EGC : Jakarta.
- Sjamshuhidajat & de jong. (2017). *Buku Ajar Ilmu Bedah*. Jakarta: EGC.
- Suprijono M A, 2009, "HEMORRHOID", *Bagian Patologi Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung, Sultan Agung Vol XLIV NO. 118 Juni – Agustus 2009*. <https://media.neliti.com/media/publications/220164-hemorrhoid.pdf>.