

Pengaruh Edukasi Metode *Leaflet* terhadap Pengetahuan Siswa MAN 1 Pekanbaru tentang Pengelolaan Maag Selama Ramadan

Emma Susanti^{1*}, M. Almurdani², Tria Retno Vinasty³, Vaylia Antasya⁴, Tiara Restiana⁵, Yunda Rahmasari⁶, Viona Putri Amanda⁷, Vonny Ayu Desti⁸, Wahyuni Amanda Putri Harahap⁹, Yona Amelia¹⁰

¹⁻¹⁰Program Studi Profesi Apoteker, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Riau

*Corresponding Author: Emma Susanti

e-mail: emmasusanti@stifar-riau.ac.id¹, m.almurdani@stifar-riau.ac.id², retmovinastytria@gmail.com³, vayliaantasya@gmail.com⁴, tiararestiana03@gmail.com⁵, yundarahmasari93@gmail.com⁶, vionaputriamanda17@gmail.com⁷, vonnyayu09@gmail.com⁸, pharahap899@gmail.com⁹, yonameliaa@gmail.com¹⁰

Published: September, 2026

ABSTRACT

Changes in diet and lifestyle during the month of Ramadan can increase the risk of stomach disorders, particularly among adolescents who have irregular eating habits and consume irritating foods. A lack of knowledge regarding the prevention and management of stomach ulcers is one of the factors that exacerbates this condition. This community service activity aims to improve students' knowledge regarding the prevention and management of stomach ulcers during the Ramadan fast through health education. The methods used include interactive counseling, distribution of educational leaflets, discussions, and evaluation via pre-tests and post-tests. The activity was conducted with 45 students from MAN 1 Pekanbaru aged 15–18 years. Pre-test results indicated that the majority of respondents had a low level of knowledge (53%), whereas after the educational intervention, all respondents (100%) improved to the "good knowledge" category. Statistical analysis using the Wilcoxon test revealed a significant difference between pre-test and post-test scores ($p < 0.05$). Thus, health education has proven effective in improving adolescents' knowledge regarding ulcer management during Ramadan. This activity is expected to encourage healthy lifestyle changes and increase adolescents' awareness of maintaining stomach health while observing the fast.

Keywords: Stomach Ulcers, Teenagers, Education, Ramadan, Prevention.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk pada tahun 2025 sebanyak 286.693.693 jiwa dengan mayoritas penduduk yang beragama islam yaitu 87,13% (Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil, 2025). Setiap tahun, umat muslim menjalankan ibadah puasa pada bulan Ramadhan (Fauzana *et al.*, 2024). Ibadah puasa ini menyebabkan perubahan dalam pola kehidupan sehari-hari. Perubahan tersebut terutama terlihat pada pola makan dan gaya hidup masyarakat.

Selama bulan Ramadhan terjadi perubahan pola makan dan gaya hidup. Perubahan tersebut meliputi peningkatan asupan makanan berlemak dan pedas saat berbuka. Selain itu, konsumsi minuman berkafein juga mengalami peningkatan. Perubahan lainnya adalah durasi dan pola tidur akibat aktivitas sahur serta peningkatan kegiatan malam hari. Kondisi ini menjadi hal yang umum terjadi di masyarakat.

Perubahan tersebut dapat memengaruhi keseimbangan fisiologis saluran cerna. Salah satu dampaknya adalah peningkatan sekresi asam lambung. Kondisi ini berpotensi menimbulkan gejala maag (Seambaga & Ramadhan, 2023). Oleh karena itu, penting untuk memperhatikan pola makan selama Ramadhan. Hal ini bertujuan untuk menjaga kesehatan sistem pencernaan.

Maag atau gastritis merupakan kondisi terjadinya peningkatan asam lambung. Kondisi ini ditandai dengan rasa nyeri pada lambung. Gejala lain yang menyertai antara lain mual, muntah, dan kembung (Miftahussurur *et al.*, 2021). Gangguan ini dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari. Dalam beberapa kasus, kondisi ini dapat semakin memburuk apabila tidak ditangani dengan baik.

Secara nasional, gangguan sistem pencernaan masih termasuk dalam kelompok penyakit yang sering dikeluhkan masyarakat. Data dari Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru Tahun 2024 menunjukkan bahwa maag menempati urutan ketiga sebagai penyakit dengan prevalensi tertinggi, dengan jumlah kasus mencapai 14.787 kejadian. Data tersebut menunjukkan bahwa gangguan lambung masih menjadi beban kesehatan masyarakat yang signifikan. Kondisi ini juga terjadi pada kelompok usia produktif (Statistik, 2024).

Maag dapat terjadi pada berbagai kelompok usia. Namun, prevalensinya cukup tinggi pada kelompok remaja usia 14–24 tahun. Kondisi ini diduga berkaitan dengan pola hidup yang kurang sehat di tengah tingginya aktivitas akademik dan sosial. Kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi asam dan pedas serta pola makan tidak teratur meningkatkan risiko. Kurangnya waktu istirahat juga berkontribusi terhadap kejadian maag pada remaja (Habsari & Ambarwati, 2023). Selain itu, perilaku konsumsi makanan iritatif secara berlebihan juga berkorelasi dengan keluhan gangguan pencernaan pada kelompok usia sekolah (Fadilla *et al.*, 2025).

Berdasarkan karakteristik usia remaja dan tingginya angka kejadian gastritis pada kelompok usia 14–24 tahun, siswa tingkat SMA termasuk dalam kelompok yang rentan mengalami nyeri lambung, khususnya saat terjadi perubahan pola makan dan pola tidur selama Ramadhan. Lingkungan sekolah sebagai tempat berlangsungnya aktivitas belajar yang intensif menjadi konteks penting dalam upaya promotif dan preventif kesehatan (Musyafra *et al.*, 2024). Namun, belum seluruh siswa memiliki pemahaman yang baik mengenai pencegahan maag melalui pengaturan pola makan yang tepat saat sahur dan berbuka, pengelolaan waktu istirahat, serta penggunaan obat maag secara rasional. Padahal, penggunaan obat tanpa informasi yang tepat berisiko menimbulkan ketidaktepatan dosis maupun waktu konsumsi, terutama dalam kondisi berpuasa (Iskandar *et al.*, 2025).

Berdasarkan analisis situasi tersebut, diperlukan upaya edukasi pengelolaan maag yang terarah kepada siswa SMA sebagai bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa MAN 1 Pekanbaru mengenai pengaturan pola makan, gaya hidup, serta penggunaan obat maag yang tepat selama Ramadhan. Selain memberikan manfaat langsung bagi siswa, kegiatan ini juga menjadi sarana implementasi pembelajaran berbasis pengalaman melalui keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas edukasi kesehatan di masyarakat. Kegiatan ini selaras dengan kebijakan Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) serta mendukung pencapaian Indikator Kinerja Utama (IKU) perguruan tinggi, khususnya pada aspek pembelajaran di luar kampus dan kontribusi nyata institusi pendidikan tinggi dalam pemberdayaan masyarakat. Dengan demikian, program ini diharapkan mampu meningkatkan literasi kesehatan remaja serta mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat guna mendukung kelancaran ibadah dan aktivitas akademik selama bulan Ramadhan.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah penyuluhan interaktif kepada siswa menggunakan media edukasi berupa *leaflet* dan *power point* yang dibagikan kepada seluruh partisipan. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada hari Jumat, 09 Maret 2026 di MAN 1 Kota Pekanbaru. Populasi dalam kegiatan ini yaitu siswa MAN 1 Kota Pekanbaru yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian dan menerima edukasi melalui penyuluhan dan media edukasi. Sampel berjumlah 45 siswa yang mengisi lengkap lembar *checklist*.

Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh Ketua Pelaksana Kegiatan Pengabdian. Tahapan selanjutnya adalah pengisian *pre-test* selama 10 menit yang bertujuan mengukur tingkat pengetahuan siswa mengenai materi yang akan dijelaskan. Selanjutnya, akan dilaksanakan pemberian materi menggunakan dua media yaitu *leaflet* dan *power point*. Setelah pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab antara pemateri dan peserta guna memperdalam pemahaman serta memberikan kesempatan kepada siswa untuk menanyakan hal-hal yang belum dipahami. Tahapan

terakhir dalam pengabdian ini yaitu pemberian *post-test* yang bertujuan mengukur pengetahuan setelah dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat ini yang dilakukan selama 10 menit.



Gambar 1. Leaflet Kegiatan Pengabdian

Efektivitas kegiatan diukur dengan memberikan *pretest* dan *post-test*. Instrumen yang akan digunakan untuk mengukur pengetahuan masyarakat adalah lembar *checklist*. Data yang diperoleh kemudian dilakukan analisa data menggunakan analisis Wilcoxon untuk melihat apakah terdapat pengaruh pemberian edukasi menggunakan *leaflet* terhadap pengetahuan siswa MAN 1 Kota Pekanbaru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada Senin, 9 Maret 2026, bertempat di MAN 1 Kota Pekanbaru dengan melibatkan peserta yang merupakan perwakilan siswa kelas X dan XI berjumlah 45 orang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait pengelolaan maag (gastritis) selama bulan Ramadhan melalui pendekatan edukasi kesehatan yang terstruktur. Rangkaian kegiatan diawali dengan pengisian kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta. Selanjutnya, dilakukan pembagian *leaflet* sebagai media edukasi pendukung, dilanjutkan dengan penyampaian materi oleh tim pengabdian, serta sesi diskusi interaktif berupa tanya jawab guna memperdalam pemahaman peserta. Kegiatan diakhiri dengan pengisian kuesioner post-test sebagai bentuk evaluasi akhir. Evaluasi efektivitas kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* guna menilai perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah intervensi edukasi. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang masing-masing terdiri atas 10 pertanyaan untuk setiap peserta, sehingga diperoleh gambaran kuantitatif mengenai peningkatan pengetahuan yang terjadi.



Gambar 2. Rangkaian Kegiatan Pengabdian di MAN 1 Pekanbaru

Tabel 1. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Data Sosiodemografi

No	Sosiodemografi	Jumlah Responden	Persentase (%)
		Jumlah (n=45)	

1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	24	53
	Perempuan	21	46
2	Usia		
	15 Tahun	12	26
	16 Tahun	18	40
	17 Tahun	13	28
	18 Tahun	2	6

Berdasarkan Tabel I, diketahui bahwa dari total 45 siswa yang menjadi peserta kegiatan, sebanyak 24 siswa (53%) berjenis kelamin laki-laki dan 21 siswa (46%) berjenis kelamin perempuan. Distribusi jenis kelamin ini menjadi aspek penting dalam pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan, khususnya dalam memahami karakteristik peserta yang dapat memengaruhi penerimaan informasi terkait pencegahan dan pengelolaan gastritis. Dalam kegiatan ini, secara anatomi tidak terdapat perbedaan signifikan pada struktur lambung antara laki-laki dan perempuan. Namun, dari aspek fisiologis dan perilaku, terdapat perbedaan yang dapat memengaruhi risiko gangguan lambung. Remaja laki-laki cenderung memiliki pola makan yang tidak teratur serta konsumsi makanan pemicu asam lambung seperti makanan pedas dan instan, sedangkan remaja perempuan lebih rentan terhadap faktor psikologis seperti stres yang dapat meningkatkan produksi asam lambung (Pratama, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa baik laki-laki maupun perempuan sama-sama berisiko mengalami gastritis, namun dengan faktor pencetus yang berbeda. Selanjutnya merujuk pada usia responden yang didominasi oleh siswa berusia 16 tahun sebanyak 18 orang (40%), diikuti usia 17 tahun sebanyak 13 orang (28%), usia 15 tahun sebanyak 12 orang (26%), dan usia 18 tahun sebanyak 2 orang (6%). Kelompok usia tersebut termasuk dalam kategori remaja. Rentang usia responden pada kegiatan ini berkisar antara 15-18 tahun. Rentang usia 10-19 tahun merupakan rentang usia remaja, dimana remaja merupakan kelompok umur yang mudah terkena penyakit lambung seperti maag dan GERD (World Health Organization, 2022). Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Pada masa ini, remaja cenderung mengalami perubahan gaya hidup, termasuk dalam pola makan, aktivitas, dan pola tidur. Perubahan gaya hidup tersebut dapat memengaruhi kondisi kesehatan, terutama kesehatan sistem pencernaan (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Remaja juga sering memiliki kebiasaan makan yang kurang teratur, seperti melewatkan waktu makan, mengonsumsi makanan cepat saji, makanan pedas, serta minuman berkafein. Kebiasaan tersebut merupakan salah satu faktor risiko yang dapat memicu terjadinya gangguan lambung seperti gastritis atau yang lebih dikenal di masyarakat sebagai penyakit maag (Miftahussurur *et al.*, 2021).

Tabel 2. Persentase Jumlah Responden Berdasarkan Data Karakteristik Klinis

Karakteristik Klinis	Jumlah Responden	
	Jumlah (n=45)	Persentase (%)
Riwayat maag		
Pernah	21	46
Tidak Pernah	24	53

Berdasarkan Tabel II mengenai karakteristik klinis responden, diketahui bahwa sebanyak 21 responden (46%) memiliki riwayat sakit maag, sedangkan 24 responden (53%) tidak memiliki riwayat maag sebelumnya. Hasil ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden pernah mengalami gangguan lambung. Tingginya proporsi remaja yang pernah mengalami maag sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa gastritis merupakan salah satu gangguan pencernaan yang cukup sering terjadi pada kelompok usia remaja. Hal ini berkaitan dengan pola makan yang tidak teratur, konsumsi makanan yang bersifat iritatif seperti makanan pedas dan asam, serta kebiasaan melewatkan waktu makan (Habsari & Ambarwati, 2023). Selama bulan Ramadhan, perubahan pola makan dan gaya hidup juga dapat meningkatkan risiko kekambuhan maag (Monika *et al.*, 2021). Kebiasaan berbuka puasa dengan makanan tinggi lemak atau pedas, konsumsi minuman berkafein secara berlebihan, serta kurangnya waktu istirahat dapat memicu peningkatan sekresi asam lambung sehingga menimbulkan keluhan seperti nyeri ulu hati, mual, muntah, dan perut kembung (Seambaga & Ramadhan, 2023).

Tabel 3. Persentase *Pre-Test* Responden Berdasarkan Sosiodemografi

No	Sosiodemografi	N	Pengetahuan (<i>Pre-Test</i>)					
			Baik		Cukup		Kurang	
			n	%	n	%	n	%
1	Jenis Kelamin							
	Laki-laki	24	3	13	3	13	18	75
	Perempuan	21	8	38	7	33	6	29
2	Usia							
	15 Tahun	12	2	17	3	25	7	58
	16 Tahun	18	5	28	3	17	10	56
	17 Tahun	13	3	23	4	31	6	46
	18 Tahun	2	1	50	0	0	1	50

Hasil *pre-test* pada Tabel III menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden mengenai pengelolaan maag selama bulan Ramadhan masih relatif rendah. Sebanyak 24 responden (53%) berada pada kategori pengetahuan kurang, 10 responden (22%) berada pada kategori cukup, dan hanya 11 responden (24%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, mayoritas siswa laki-laki memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu sebesar 75%, sedangkan pada siswa perempuan sebesar 29%. Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah tingkat perhatian terhadap kesehatan yang cenderung lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perempuan umumnya memiliki kecenderungan lebih besar dalam mencari informasi kesehatan dan lebih peduli terhadap kondisi kesehatan dirinya (Wiguna *et al.*, 2023). Jika dilihat dari aspek usia, tingkat pengetahuan yang rendah juga terlihat pada kelompok usia 15–17 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai penyebab, faktor risiko, serta pencegahan terjadinya maag selama bulan Ramadhan. Rendahnya tingkat pengetahuan tersebut dapat disebabkan oleh terbatasnya informasi kesehatan yang diterima oleh siswa. Edukasi mengenai kesehatan pencernaan khususnya terkait pengelolaan maag selama puasa masih jarang diberikan secara khusus di lingkungan sekolah. Padahal, informasi kesehatan yang tepat sangat penting untuk membantu remaja memahami cara menjaga kesehatan lambung selama menjalankan ibadah puasa (Sinaga *et al.*, 2024).

Tabel 4. Persentase *Pre-Test* Responden Berdasarkan Klasifikasi Klinis

Karakteristik Klinik	N	Pengetahuan (Pre-Test)					
		Baik		Cukup		Kurang	
		n	%	n	%	n	%
Riwayat Maag							
Pernah	21	6	29	4	19	11	52
Tidak Pernah	24	5	21	6	25	13	54

Pada Tabel IV terlihat bahwa responden yang memiliki riwayat maag masih memiliki tingkat pengetahuan yang relatif rendah. Sebanyak 52% responden yang pernah mengalami maag berada pada kategori pengetahuan kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa pengalaman mengalami penyakit tidak selalu diikuti dengan pemahaman yang baik mengenai pencegahan maupun pengelolaan penyakit tersebut. Menurut teori perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan seseorang. Pengetahuan yang baik dapat mendorong individu untuk melakukan tindakan pencegahan serta menjaga kesehatannya dengan lebih baik. Sebaliknya, apabila seseorang memiliki pengetahuan yang rendah mengenai suatu penyakit, maka kemungkinan besar individu tersebut tidak akan melakukan tindakan pencegahan secara optimal (Wiguna *et al.*, 2023). Oleh karena itu, intervensi edukasi kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan pemahaman remaja mengenai faktor risiko serta langkah pencegahan gastritis, khususnya selama bulan Ramadhan.

Tabel 5. Persentase *Post-Test* Responden Berdasarkan Sosiodemografi

No	Sosiodemografi	N	Pengetahuan (<i>Pre-Test</i>)					
			Baik		Cukup		Kurang	
			n	%	n	%	n	%
1	Jenis Kelamin							
	Laki-laki	24	24	100	0	0	0	0
	Perempuan	21	21	100	0	0	0	0

2	Usia							
	15 Tahun	12	12	100	0	0	0	0
	16 Tahun	18	18	100	0	0	0	0
	17 Tahun	13	13	100	0	0	0	0
	18 Tahun	2	2	100	0	0	0	0

Tabel 6. Persentase *Post-Test* Responden Berdasarkan Klasifikasi Klinis

Karakteristik Klinik	N	Pengetahuan (<i>Post-Test</i>)					
		Baik		Cukup		Kurang	
		n	%	n	%	n	%
Riwayat Maag							
Pernah	21	21	100	0	0	0	0
Tidak Pernah	24	24	100	0	0	0	0

Tabel 7. Persentase Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Nilai Pre-Test dan Post-Test Klinis

No	Tingkat Pengetahuan	Jumlah (n=45)	Pre-Test (%)	Jumlah (n=45)	Post-Test (%)
1	Baik	11	24	45	100
2	Cukup	10	22	0	0
3	Kurang	24	53	0	0

Setelah dilakukan kegiatan edukasi kesehatan, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan yang sangat signifikan pada seluruh responden. Berdasarkan hasil *post-test* yang ditunjukkan pada Tabel V dan Tabel VI, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan baik. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang dilakukan mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai pengelolaan maag selama bulan Ramadhan. Metode edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi ceramah interaktif, diskusi, pembagian *leaflet* edukatif, serta permainan edukatif yang melibatkan partisipasi aktif siswa (Maharani *et al.*, 2024). Penggunaan media *leaflet* juga memberikan kontribusi penting dalam meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan. *Leaflet* yang disusun dengan tampilan visual yang menarik, disertai ilustrasi anatomi lambung dan informasi yang ringkas, dapat membantu siswa memahami materi dengan lebih mudah. Media visual dalam edukasi kesehatan diketahui dapat meningkatkan daya ingat serta pemahaman peserta terhadap informasi yang diberikan (Fadilla *et al.*, 2025).

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>			
		Pengetahuan <i>Pre-Test</i>	Pengetahuan <i>Post-Test</i>
N		45	45
Normal Parameters	Mean	2.29	1.00
	Std. Deviation	.815	.000 ^d
Test Statistic		.320	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c	

Tabel 9. Hasil Uji Wilcoxon

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pengetahuan Post Test - Pengetahuan Pre Test	Negative Ranks	35 ^a	18.00	630.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	10 ^c		
	Total	45		

Tabel 10. Hasil Uji Wilcoxon Pengetahuan Pre-Test dan Post-Test

Test Statistics	
Pengetahuan <i>Post Test</i> - Pengetahuan <i>Pre Test</i>	
Z	-5.372 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Hasil uji normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis statistik dilanjutkan menggunakan uji non-parametrik yaitu uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai Z sebesar -5,372. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* responden. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan mengenai pengelolaan maag

selama bulan Ramadhan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa MAN 1 Pekanbaru.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu upaya *promotif* dan *preventif* yang efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat, khususnya pada kelompok remaja. Melalui edukasi yang tepat, remaja dapat memahami faktor risiko penyakit serta menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks kesehatan lambung selama bulan Ramadhan, edukasi mengenai pola makan sehat saat sahur dan berbuka, penghindaran makanan yang dapat memicu peningkatan asam lambung, serta penggunaan obat maag secara rasional sangat penting untuk mencegah terjadinya kekambuhan gastritis. Lingkungan sekolah merupakan tempat yang strategis untuk melaksanakan program promosi kesehatan karena sebagian besar waktu remaja dihabiskan di lingkungan pendidikan. Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan di sekolah diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa serta membentuk perilaku hidup sehat yang berkelanjutan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada siswa MAN 1 Pekanbaru menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa mengenai pengelolaan maag selama bulan Ramadhan, yang ditunjukkan melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test*. Siswa menjadi lebih memahami pentingnya pengaturan pola makan, pemilihan jenis makanan, pengelolaan waktu istirahat, serta penggunaan obat maag secara rasional. Peningkatan pengetahuan ini berimplikasi pada terbentuknya kesadaran dan perilaku hidup sehat dalam upaya pencegahan gangguan lambung selama berpuasa. Dengan demikian, edukasi kesehatan di lingkungan sekolah efektif sebagai upaya promotif dan preventif serta berpotensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan.

REFERENCES

- Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil. (2025). *Jumlah Penduduk Indonesia Berdasarkan Agama Tahun 2025*. Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil.
- Fadilla, D., Santoso, K. K., Fauziah, F., & Yanti, N. R. (2025). Peningkatan Pengetahuan Siswa SMA terkait Permasalahan Kesehatan melalui Edukasi Waspada Penyakit Maag. *Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 891–901.
- Fauzana, A., Supriatiningrum, D. N., & Rahma, A. (2024). Hubungan Pola Makan Dan Kualitas Tidur Saat Puasa Terhadap Kejadian Gerd Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik. *Ghidza Media*, 5(2), 111–125.
- Habsari, S. D., & Ambarwati, R. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pola Makan Pada Remaja Putri Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Yang Memiliki Riwayat Gastritis di Desa Balepanjang. *Keperawatan GSH*, 12(47–54).
- Iskandar, B., Frimayanti, N., Ulfa, R., Maulana, I., Anggraini, H. S., Sisilawati, K., Azela, L., Anabesi, M. P., Rizki, M., Salsabillah, M., Ramadhani, N. Z., Putri, N., & Novrianti, N. (2025). Optimalisasi Penggunaan Obat Maag Dan Gerd Selama Bulan Puasa : Edukasi Kesehatan Bagi Siswa Man 3 Kota Pekanbaru. *Coommunity Development Journal*, 6(2), 2109–2115.
- Kementerian Kesehatan RI. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta; 2021.
- Maharani, T., Maulani, E., & E, G. (2024). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Mengedukasi Tentang Penyakit Maag Bagi Kader Kesehatan Desa Sungai Rangas Tengah. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 2(3), 153–159.
- Miftahussurur, M., Rezki, Y. A. A., & Ptishom, R. (2021). *Buku Ajar Aspek Klinis Gastritis*. Airlangga University Press.
- Monika, K., Wibowo, H., & Yudhoyono, T. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja di SMAN 1 Paguyangan. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 252–256.
- Musyafra, N., Irawan, D., & Yusuf. (2024). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gastritis Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Al-Fuad Seruway Kabupaten Aceh Tamiang. *Public Health Journal*, 1(3), 1–14.
- World Health Organization. (2022). *Adolescent Health*.

- Pratama, P. H. (2022). Pengaruh Perbedaan Pola Makan Terhadap Penyebab Penyakit Gastritis Pada Remaja Laki-Laki Dan Perempuan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(2), 168–174.
- Seambaga, A. A., & Ramadhan, M. R. (2023). Pengaruh Puasa terhadap Sistem Pencernaan Tubuh bagi Umat Muslim. *Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 895–904.
- Sinaga, M., Apriza, & Widawati. (2024). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Gastritis di SMAN 1 Perhentian Raja Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 3(1), 63–71.
- Statistik, B. P. (2024). *Kota Pekanbaru Dalam Angka 2024 (Vol.20)*. Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru.
- Wiguna, P. K., Malik, M. F., Nurdiana, A., Yanti, I., Setiawati, R., Marlina, R., Suryani, L., & Isnani, T. (2023). *Promosi dan Perilaku Kesehatan*. Eureka Media Aksara.