

# NYERI PERUT BERULANG PADA REMAJA DENGAN GEJALA *IRRITABLE BOWEL SYNDROME*

dr. Yudianita Kesuma, Sp.A(K), M.Kes

Remaja adalah anak berusia antara 10–18 tahun, merupakan masa dekade kedua setelah masa kanak-kanak. Pada masa ini terjadi perubahan yang besar baik fisis, kognitif, sosial, dan emosional sehingga memerlukan perhatian khusus baik oleh keluarga, guru, petugas kesehatan, dan masyarakat, apalagi bila remaja mempunyai masalah tentang kesehatan mereka.

*Irritable bowel syndrome* (IBS) adalah nyeri perut berulang yang fungsional artinya bukan disebabkan kelainan organik. Berdasarkan Kriteria Roma III yang dibuat di Eropa IBS adalah keluhan sakit perut sekitar pusar yang terjadi minimal sekali dalam seminggu dalam 2 bulan terakhir, dan diikuti 2 atau lebih dari gejala: mengalami perbaikan setelah BAB, perubahan frekuensi BAB, perubahan konsistensi tinja antara diare dan sembelit. Yang bukan disebabkan kelainan organik, seperti maag (gastritis), peradangan pankreas, penyakit radang usus, dll.

Ternyata 1 dari 3 remaja di Indonesia mengalami nyeri perut berulang dengan gejala IBS ini. Untuk remaja di Indonesia uji tapis IBS dilakukan dengan kartu skor Model 1 yang dapat diaplikasikan di komunitas maupun di sekolah-sekolah (SMP / SMA) terdiri dari: (1) jenis kelamin perempuan, (2) sering makan kacang, (3) mempunyai riwayat sembelit, (4) umur 14–16 tahun, (5) sering minum minuman kemasan, (6) sering *dibully*, (7) riwayat diare. Apabila skornya lebih dari 4 akan dilakukan pemeriksaan lebih lanjut di Puskesmas dengan menggunakan Model 2, yang terdiri dari: (1) ditemukan parasit *Blastocystis hominis*, (2) ada inflamasi (peradangan) usus, (3) riwayat diare, (4) sering minum kemasan, (5) sering makan kacang. Apabila didapatkan parasit *Blastocystis hominis* pada tinjanya maka akan diberikan obat metronidazol 3 x 500 mg selama 10 hari.

Dampak IBS terhadap kualitas hidup sangat besar, terbukti dengan skor kualitas hidup yang rendah pada remaja dengan IBS dibanding dengan remaja sehat. Sebanyak 71,4% remaja IBS mengalami penurunan kualitas hidup berupa gangguan aktivitas, masalah kesehatan, penghindaran makanan, reaksi sosial, hubungan pertemanan, dan citra diri. Setelah mendapat terapi metronidazol kualitas hidup remaja dengan IBS ini membaik sebesar 96,9%.

Di Indonesia, IBS pada remaja tidak seluruhnya disebabkan gangguan fungsional (fungsi pencernaan). Pada penelitian ini ditemukan keterlibatan organik (gangguan pada organ pencernaan) yaitu lebih dari 50% IBS pada remaja ditemukan parasit *Blastocystis hominis* dan peradangan usus. Untuk itu diperlukan pengobatan yang berbeda untuk IBS di Indonesia. Perbedaan inilah yang menghasilkan satu algoritma pengobatan khusus untuk IBS pada remaja di Indonesia. Dalam algoritma tersebut, dibuat sistem rujukan sesuai dengan sistem yang berlaku di Indonesia saat ini. (Leaflet).

Yang menjadi perhatian di sini, adalah kebiasaan makan kacang-kacangan dan minuman kemasan. Kacang yang dimaksud adalah 3 jenis kacang yaitu kacang tanah, kacang mete, dan atau kacang almond. Ketiga kacang tersebut terbukti dapat menyebabkan IBS, yang lebih disebabkan faktor alergi terhadap kacang-kacangan tersebut. Minuman kemasan, kita tahu kandungan sorbitol / pemanis bukannya dapat menyebabkan gangguan pada usus berupa diare dan nyeri perut. Pengalaman psikologis *dibully* juga dapat menyebabkan terjadinya IBS pada remaja, terkait adanya hubungan antara usus dan otak (*brain-gut axis*). Begitu pula dengan riwayat diare, yang harus menjadi perhatian setiap kasus diare harus diobati dengan baik dan tepat agar tidak berlanjut menjadi IBS.

Tindakan pencegahan IBS adalah pola hidup sehat (nutrisi seimbang, olahraga, tidur cukup), bergaul secara sehat, hindari makan kacang melebihi kebutuhan harian, hindari minuman kemasan, budayakan selalu cuci tangan, dan bila terkena diare berobat sampai tuntas.

Kesehatan 1/1

SEBELUMNYA

SELANJUTNYA

## MULAS DATANG SETELAH MAKAN

Irritable bowel syndrome bisa disebabkan oleh parasit. Dapat disembuhkan dengan obat.



 **Nur Alfiyah**

Edisi : 5 Januari 2019



Jurnalisme berkualitas memerlukan dukungan khlayak ramai. Dengan berlangganan Tempo, Anda berkontribusi pada upaya produksi informasi yang akurat, mendalam dan terpercaya. Sejak awal, Tempo berkomitmen pada jurnalisme yang independen dan mengabdikan pada kepentingan orang banyak. Demi publik, untuk Republik.

[Login](#) [Langganan](#)

