

**LAPORAN KEGIATAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PENYULUHAN KESEHATAN DAN PEMBAGIAN BUKU SAKU PADA PASIEN  
RAWAT JALAN RSND**

**“DETEKSI DINI RADANG USUS BUNTU ANAK, DETEKSI DINI PEMBESARAN  
POSTAT JINAK (BPH), DAN DETEKSI DINI WASIR PASCA MELAHIRKAN”**

**Koordinator Pelaksana :**

**dr. Dimas Sindhu Wibisono, Sp.U, Subsp.And(K)**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

### LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Judul : "DETEKSI DINI RADANG USUS BUNTU ANAK, DETEKSI DINI PEMBESARAN POSTATE JINAK (BPH), DAN DETEKSI DINI WASIR PASCA MELAHIRKAN"

#### Koordinator Pelaksana

- a. Nama : dr. Dimas Sindhu Wibisono, Sp.U, Subsp And(K)
- b. NIP / NIDN : 198008282012121001 / 0028088006
- c. Prodi/Bagian : Bagian Ilmu Bedah
- d. Email : dsw\_urohaya@gmail.com
- e. No. HP :

#### Anggota

- Prof. Dr. dr. Ign. Riwanoto, Sp.B.Subsp.B.D(K)
- dr. Edwin Basyar, M.Kes, Sp.B, Sp.BA(K)
- dr. Najatullah, Sp.BP-RE (K), MARS
- dr. Agus Prisenbodo, Sp.B, Sp.OT(K)
- dr. Eka Yudhanto, M.Si.Med., Sp.B. Subsp Onk (K)
- Dr. dr. Selamat B, M.Si.Med.SpB. Subsp Onk (K) FICS
- Dr. dr. Eriawan Agung Nugroho, Sp.U, Subsp.Trans(K), MH
- Dr. dr. Yan Wisnu P, M.Kes, SpB Subsp.Onk (K).
- dr. Bernardus Parish Budiono, M.Si.Med., Sp.B.Subsp.B.D(K)
- dr. Erik Prabowo, M.Si.Med, Sp.B.Subsp.B.D(K)
- dr. Yuziz Bakhtiar, Ph.D., Sp.BS(K)
- dr. Abdul Mughni, M.Si.Med., Sp.B.Subsp.B.D(K)
- Dr. dr. Sigit Adi Prasetyo, M.Si.Med.,Sp.B.Subsp.B.D(K)
- dr. Agung Aji Prasetyo, M.Si.Med. Sp.BA
- dr. Albertus Ari Adrianto, Sp.B.,Sp.B.Subsp.B.D(K).
- dr. Edmond Rukmana Wikanta, M.Si.Med., SpB.Subsp.Onk.(K)
- dr. Gana Adyaksa, M.Biomed, Sp.OT
- dr. Ardy Santosa, Sp.U, Subsp.Ped(K)
- dr. Moh. Adi Soedarso, Sp.U, Subsp.Onk(K)
- dr. Andri R. Winoto, Sp.OT(K)
- dr. Dodi Hartanto, M.Si.Med, Sp.B.Sp.OT(K)
- dr. Robin Novriansyah, M.Si.Med, Sp.B.Sp.OT(K)
- dr. Rudiyuwono Raharjo, M.Si.Med, Sp.B.Sp.BA(K)
- dr. Avriana Pety Wardani, Sp.BA
- dr. Agoes Wibisono, Sp.BA
- dr. Nando Daniwura, Sp.U, Subsp.T.R.K(K)
- dr. Sofyan Rais Addin, Sp.U, Subsp.Ped(K)
- dr. Martahadiman, M.Si.Med, Sp.B.Subsp.BD(K)
- dr. Dimas Erlangga Nugrahadi, M.Si.Med, Sp.B.Subsp.BD(K)
- dr. Ahmad Fathi Fuadi, Sp.B.Subsp.BD(K)
- dr. Fandy Wicaksono, Sp.U, M.Ked, Klin

Jumlah Mahasiswa : 10 Mahasiswa  
Waktu Kegiatan : Februari – April 2024  
Tempat Pelaksanaan : Instalasi Rawat Jalan RS Nasional Diponegoro  
Sumber Biaya : Mandiri

Mengetahui,  
a.n Dekan

Wakil Dekan Akademik dan Kemahasiswaan

Dr. dr. Hermi Susilaningtyas, M.Kes, Sp.Rad(K)  
NIP. 19706201998023001



Semarang,

Koordinator Pelaksana

dr. Ditas Sindhu Wibisono, Sp.U, Subsp.A  
NIP. 198008282012121001

## I. LATAR BELAKANG

Ilmu Bedah adalah ilmu kesehatan yang berfokus pada penggunaan teknik bedah untuk mendiagnosa dan menyembuhkan gangguan kesehatan yang disebabkan oleh penyakit atau cedera berat. Bedah dilakukan karena banyak tujuan, seperti meningkatkan fungsi tubuh, memperbaiki penampilan fisik, atau memperbaiki bagian tubuh yang rusak atau hilang (Apa itu Bedah: Gambaran Umum, Keuntungan, dan Hasil yang Diharapkan. DocDoc.com/ 15 Februari 2021). Keilmuan bedah merupakan ilmu yang sangat penting dalam bidang kesehatan, dalam perkembangannya ilmu Bedah memiliki beberapa sub keilmuan yaitu Bedah Digestif, Bedah Onkologi, Bedah Saraf, Bedah Urologi, Bedah Toraks Kardial Vasikula, Bedah Anak, Bedah Plastik serta Rekonstruksi Estetik.

Dalam stigma masyarakat tindakan pembedahan merupakan tindakan medis yang menyakitkan dan menakutkan jika penyakit sudah kronis. Hal itu juga yang membuat masyarakat menunda apa saja (pengobatan tradisional) jika dihadapkan kepada kondisi yang memerlukan tindakan bedah. Selain itu, Adanya kemajuan bedah *minimal invasive* untuk terapi penyakit juga di sosialisasikan kepada masyarakat luas agar stigma masyarakat pada terapi pembedahan tidak terus tertanam di masyarakat. Oleh sebab itu, Program Studi Doktor Spesialis Bedah Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro melakukan kampanye kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk menambah pengetahuan masyarakat akan pentingnya penanganan sejak dini penyakit-penyakit yang membutuhkan penanganan terapi pembedahan.

Selain memberikan edukasi tentang bahaya dini penyakit yang membutuhkan terapi pembedahan, tim pengabdian juga melakukan penyuluhan mengenai penanganan awal pada keluhan kesehatan dan kondisi cedera atau luka tertentu. Pengetahuan masyarakat tentang penanganan awal pada kondisi darurat diperlukan agar jika terjadi sebuah kejadian kesehatan masyarakat memahami apa yang perlu dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan kepada korban. Dengan kesadaran dan pengetahuan tersebut, masyarakat bisa mengantisipasi hal atau tindakan yang menyebabkan pada saat terjadi kecelakaan dan cedera.

## II. TUJUAN

1. Memberikan edukasi kepada masyarakat tentang penanganan kesehatan pada penyakit tertentu serta tindakan *pre-ventif* pada saat terjadi cedera
2. Meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya menyadari sejak dini pada tanda-tanda penyakit tertentu
3. Memberikan informasi kepada masyarakat tentang penanganan awal pada cedera yang terjadi
4. Meningkatkan keterampilan masyarakat untuk memberikan pertolongan pertama pada kecelakaan dan cedera
5. Meningkatkan kompetensi dan pengalaman etikasi kesehatan bagi pendidik dan praktisi diiki

### III. WAKTU DAN TEMPAT KEGIATAN

Kegiatan Penyuluhan direncanakan dilaksanakan 4 kali selama bulan Februari – Mei 2024, pada pukul 09.00 WIB – Selesai di Instalasi Rawat Jalan RS Nasional Diponegoro Tembalang Semarang

Secara lebih rinci jadwal penyuluhan kesehatan adalah sebagai berikut :

No	Hari / Tanggal	Topik	Tempat Penyuluhan	Susunan Acara
1	Kamis, 22 Februari 2024	Pembesaran Prostat (BPH)  dr. Dimas Sindha Wibisono, Sp.U. Subsp.And(K)	Irja RSND	09.00 : Persiapan 10.00 : Penyuluhan Pembagian Leaflet / Buku 10.30 : Tanya Jawab 11.00 : Penutup
2	Rabu, 06 Maret 2024	Deteksi Dini Radang Usus Buntu pada Anak  dr. Agung Aji Prasetyo, M.Si.Med. Sp.BA	Irja RSND	09.00 : Persiapan 10.00 : Penyuluhan Pembagian Leaflet / Buku 10.30 : Tanya Jawab 11.00 : Penutup
3	Selasa, 30 April 2024	Wasir Setelah Melahirkan  dr. Albertus Ari Adrimto, Sp.B.,Sp.B.Subsp.B.D(K).	Irja RSND	09.00 : Persiapan 10.00 : Penyuluhan Pembagian Leaflet / Buku 10.30 : Tanya Jawab 11.00 : Penutup

### IV. DESKRIPSI KEGIATAN

Tahapan kegiatan penyuluhan kesehatan berupa penyuluhan di Instalasi Rawat Jalan RS Nasional Diponegoro Tembalang Semarang. Secara rinci timeline kegiatan pengabdian masyarakat Prodi Dokter Spesialis Bedah sebagai berikut :

Kegiatan	Bulan Pelaksanaan				
	Januari	Februari	Maret	April	Mei
Persiapan					
Pelaksanaan					
Pembuatan Laporan					
Evaluasi Kegiatan					

a. **Persiapan**

Kegiatan persiapan dimulai dengan membuat surat permohonan ijin yang ditujukan ke Direktur utama rumah sakit terkait dengan memberikan tembusan ke ketua PKRS dan kepala instalasi yang dituju. Setelah permohonan ijin diperoleh kemudian tim akan mempersiapkan bahan materi yang akan diberikan ke masyarakat (*audience*) umum.

b. **Pelaksanaan**

Setiap kegiatan penyuluhan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

- Perkenalan
- Penyuluhan
- Pembagian leaflet buku
- Tanya jawab
- Pengisian kuisioner oleh peserta penyuluhan
- Penutup

c. **Perbuatan Laporan**

Penyempitan laporan awal kegiatan sebagai bukti telah dilaksanakannya penyuluhan ke 1 sampai ke 4

Penyempitan laporan akhir kegiatan sebagai bukti telah dilaksanakannya penyuluhan ke 1 sampai ke 4

## V. PERSONIL KEGIATAN

1. Prof. Dr. dr. Ign. Riwanto, Sp.B Subsp B.D(K)
2. dr. Edwin Daryur, M.Kes , Sp.B, Sp.BA(K)
3. dr. Najatullah, Sp.BP-RE (K), MARS
4. dr. Agus Pramudito, Sp.B, Sp.OT(K)
1. dr. Eka Yudhanto, M.Si.Med., SpB, Subsp. Onk (K)
6. Dr. dr. Selamat B, M.Si.Med SpB, Subsp Onk (K) FICS
7. Dr. dr. Eriswan Agung Nugroho, Sp.U, Subsp. Trans(X), MH
8. Dr. dr. Yan Winda P, M.Kes, Sp.B Subsp. Onk.(K)
9. dr. Bernardus Parish Budiono, M.Si.Med., Sp.B Subsp.B.D(K)
10. dr. Erik Prabowo, M.Si.Med, Sp.B.Subsp.B.D(K)
11. dr. Yuzir Bakhtiar, Ph.D., Sp.BS(K)
12. dr. Abdul Mughni, M.Si.Med., Sp.B.Subsp.B.D(K)
13. Dr. dr. Sigit Adi Prasetyo, M.Si.Med, Sp.B Subsp.B.D(K)
14. dr. Agung Aji Prasetyo, M.Si.Med, Sp.BA
15. dr. Albertus Ari Adrianto, Sp.B, Sp.B Subsp B.D(K)
16. dr. Edmond Rukmana Wikaria, M.Si.Med., SpB Subsp Onk.(K)
17. dr. Gans Adyaksa, M.Biomed, Sp.OT
18. dr. Ardy Santosa, Sp.U, Subsp.Ped(K)
19. dr. Moh. Adi Soedarso, Sp.U, Subsp. Onk(K)
20. dr. Andri R. Winoto, Sp.OT(K)
21. dr. Didi Hertoanto, M.Si.Med, Sp.B.Sp.OT(K)
22. dr. Robin Novmanayah, M.Si.Med, Sp.B Sp.OT(K)
23. dr. Rudiyuwono Kharjo, M.Si.Med, Sp.B Sp.BA(K)

24. dr. Avriana Pety Wardani, Sp.BA
25. dr. Agoes Wibisono, Sp.BA
26. dr. Nanda Daniswara, Sp.U, Subsp.T.R.K(K)
27. dr. Sofyan Rais Addin, Sp.U, Subsp.Ped(K)
28. dr. Martahadinan, M.Si.Med, Sp.B.Subsp.BD(K)
29. dr. Dimas Erlangga Nugrahadi, M.Si.Med, Sp.B.Subsp.BD(K)

## VI. ANGGARAN KEGIATAN

### ANGGARAN BIAYA KEGIATAN

#### PENGABDIAN MASYARAKAT BAGIAN/PRODI ILMU BEDAH FK UNDIP

BULAN Januari – Juni 2024

No	Uraian			
	Nama Perlengkapan	Qty	Harga Satuan	Jumlah
1.	Cetak Leaflet + Jasa Potong "Deteksi Dini Radang Usus Buntu"	50	3000	150.000
2.	Cetak Leaflet + Jasa Potong "Deteksi Dini Pembesaran Prostat (BPH)"	50	3000	150.000
3.	Cetak Leaflet + Jasa Potong "Deteksi Dini Wasir Setelah Melahirkan"	50	3000	150.000
4.	Cetak Leaflet + Jasa Potong "Pembesaran Osteoporosis Dan Osteoarthritis"	50	3000	150.000
<b>JUMLAH</b>				<b>600.00</b>

## VII. PENUTUP

Demikian laporan kegiatan pengabdian masyarakat ini kami buat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya. Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini.

Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

## LAMPIRAN – LAMPIRAN

### I. DETEKSI DINI PEMBERSARAN PROSTAT JINAK (BPH), 22 Februari 2024

#### A. Dokumentasi



Gambar 1 -2 ( Narasumber menyampaikan materi)





Gambar 3- 4 (Sesi tanya jawab)



Gambar 5 – 6 (Proses pembagian Leaflet)





Gambar 7 – 10 (Sesi Foto Bersama Pembicara dan Panitia Pengabdian)

## B. Presensi Kegiatan

**KEPTERANGAN  
PERMANGAN PASTI ARABAI  
PENYULUHAN KEMERKATAN "TEKNOLOGI PEMBUKARAN PRODUK JINAK SAPI"  
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI**

No. : 0000/2019/0000  
Tempat : Gedung Sate, Jln. Merdeka  
Kota : Bandung

NO	NAMA	JURUSAN	KETERANGAN	STH
1	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	1
2	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	2
3	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	3
4	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	4
5	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	5
6	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	6
7	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	7
8	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	8
9	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	9
10	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	10
11	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	11
12	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	12
13	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	13
14	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	14
15	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	15
16	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	16
17	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	17
18	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	18
19	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	19
20	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	20
21	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	21
22	Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A	Sains Biotek	Dinas Tetap	22
23				23
24				24
25				25

Dinas Fakultas

Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A  
Ket. Prodi Sains Biotek

Mengajar  
Dinas Prodi Sains Biotek

Dr. Ir. Agus Ariyanto, S.P., M.Si, Sp.2A  
Ket. Prodi Sains Biotek

**INSTITUSI**  
**PEMERINTAH KABUPATEN**  
**PELAYANAN KESIHATAN "SUDHARMO LINGGASARJATI PRISTATI RINANGRIP"**  
**RUANG DOKTOR SPESIAL BUNDAH UK. CEMR**

Hari : Kamis, 22 Februari 2024  
 Tempat : Gedung Kasepa (Jalan BUNDH)  
 Waktu : 08.00 WIB - Selesai

NO	NAMA	ALAMAT	STG
1	Jaka Janga K	Blora, Amareng	1
2	Yoni Widi D	Lebak, Bontol	2
3	Bacem T P	Bontol	3
4	Simo Anis	Lebak, Jayid 2A	4
5	Siti Nur	Tanjung	5
6	Yoni Riza	Pandela	6
7	Siti Nur	Sebangun	7
8	Maheshwari	Sebangun	8
9	Ad. Widada		9
10	Tika	Sebangun	10
11	Kusdiyono	Sebangun, Sebangun Jayid	11
12	Susila	20 CEMR Jayid 1	12
13	Surya	3 Mangrove	13
14	Lita	Sebangun	14
15	Ema	Mukharman (Kramas)	15
16	(AN)	Muladarmas Kramas	16
17	Eti Setijowati	Muladarmas Kramas	17
18	ENCO Sudi	Sebangun, Sebangun Jayid	18
19	Zucrot	Sebangun	19
20	Wahidi	4 Lingsar Jayid Muladarmas Kramas	20
21	M. Sidi		21
22	Dani Dharma K	Tanjung	22
23	Ayudya Widiyanto	Muladarmas Kramas	23
24	Joni (Siron) Judo	1000 Jayid 1	24
25	Ad. Purandari	Sebangun	25
26	Krisna Dwi Apura	Sebangun	26
27	Grandy Sudi	Sebangun	27
28	Dwi Yanti Mulyana	Sebangun	28
29	Jes. Mulyana	Sebangun	29
30	Mira	Sebangun	30
31	K. Sudi	Sebangun	31
32	Ana L. Sudi	Muladarmas Kramas	32
33	Yudi	Sebangun	33
34	Ressi	Sebangun	34
35	Abadi Hana	Muladarmas Kramas	35

36	Khairunnisa	Pemalang	36	ju	ju.
37	Ramagati	Metegeh	37	ju	ju
38	Akbar	"	38	ju	ju
39	M. Nur Rohman	Sumway	39	ju	ju
40	Budiono	"	40	ju	ju

Ketua Pelaksana

dr. Dima Sridya Wicakso, Sp.U, Subsp.Aud(K)  
NIP 19800822012121001

Mengetahui  
Ketua Profi Dokter Spesialis Bedah

Dr. dr. Sigit Adi Prasetyo, M.Si.Med., Sp.B, Subsp.BD(K)  
NIP 198202042009121004







## Apa saja gejalanya?



Gejala pembekuan prostat jinak biasanya dapat beresolusi di tahap pertama. Gejala dapat memburuk apabila tidak ditangani dengan baik.

Kontinensia urin mengalami gangguan

Halusinasi, sakit kepala, sakit mata

Semakin sering buang air kecil

Aliran air seni yang terhambat sedikit dan tidak lancar

Daerah perineal dan sekitarnya mengalami ketidaknyamanan

Adanya karies gigi atau abses

Kejang otot leher, punggung, dan

otot leher lainnya karena infeksi

Utin berakut dan berkepanjangan

## Kapan harus ke Dokter?

Perawatan diri bisa dicegah sendiri, namun akan semakin parah jika mengalami gangguan saat bangun air seni yang susah dikeluarkan.



Sejajra pembekuan ke dokter saat mengalami gejala

- Terjadi demam tinggi & sering muntah
- Terdapat rasa nyeri saat buang air seni
- Terdapat infeksi yang berulang-ulang

## Pengobatan BPH

berdasarkan tingkat tingkat keparahan gejala dan derajat keparahan

### Obat - Obatn

Obat-obatan ini akan menimbulkan efek samping

- Efek samping alpha 1 antagonist akan menimbulkan mual muntah
- Efek samping 5-alpha reductase inhibitor akan menimbulkan ketidaknyamanan

### Operasi

Operasi dengan prosedur terbuka adalah tindakan yang sudah pernah dilakukan oleh beberapa orang tua

- Transurethral resection of the prostate (TURP)

Metode ini sangat efektif, namun, pada prosedur ini, risiko infeksi prostatitis akan meningkat karena prosedur ini menimbulkan luka

- Transurethral incision of the prostate (TUIP)

Metode ini dilakukan pada pasien dengan gejala yang parah, tidak ada infeksi, dan ada riwayat infeksi prostatitis yang pernah dialami. Risiko infeksi prostatitis akan meningkat karena prosedur ini menimbulkan luka

## Pencegahan BPH

Contoh pencegahan prostatitis dapat dilakukan dengan menjaga kebersihan alat kelamin, menghindari hubungan seksual yang tidak aman, menghindari stres, dan menghindari konsumsi alkohol yang berlebihan.



Menghindari hubungan seksual yang tidak aman



Mengonsumsi banyak air



Menghindari stres dan depresi



Menghindari konsumsi alkohol yang berlebihan



Menghindari konsumsi alkohol yang berlebihan



Menghindari konsumsi alkohol yang berlebihan



Menghindari konsumsi alkohol yang berlebihan



Menghindari konsumsi alkohol yang berlebihan

### Referensi

1. Prostatitis. (2019). Diakses dari <https://www.pu.uw.edu/urinary-problems/prostatitis>
2. Prostatitis. (2019). Diakses dari <https://www.pu.uw.edu/urinary-problems/prostatitis>
3. Prostatitis. (2019). Diakses dari <https://www.pu.uw.edu/urinary-problems/prostatitis>
4. Prostatitis. (2019). Diakses dari <https://www.pu.uw.edu/urinary-problems/prostatitis>
5. Prostatitis. (2019). Diakses dari <https://www.pu.uw.edu/urinary-problems/prostatitis>
6. Prostatitis. (2019). Diakses dari <https://www.pu.uw.edu/urinary-problems/prostatitis>

## D. Surat Keterangan Melaksanakan Tugas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS DIPONEGORO**  
RUMAH SAKIT NASIONAL DIPONEGORO



### SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN TUGAS

Nomor: 164 /UN7.L1001 / V / 2024

21 MAY 2024

Direktor Utama Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang, menerangkan bahwa nama yang tercantum dibawah ini:

No.	Nama / NIP	Pangkat / Gol.
1	dr. Dama Sindha Wibisono, Sp.U., Subsp.Aud. NIP 199008282012121001	Penata, III/c
2	dr. Haini Bayar, M.Kes., Sp.B., Sp.HA(K) NIP 196209251992031002	Penata Tk.1, III/d
3	Dr. dr. Erwin Agung Nugroho, Sp.U., Subsp.Trans, M.H. NIP 197411032008011009	Perintis, IV/a
4	dr. Ulfand Rokmana Wilarno, M.Si.Med., Sp.B. Subsp. Onk (K) NIP 198507052015041002	Penata Tk.1, III/d
5	dr. Fedy Wicaksono, M.Kod.Klin., Sp.U.	-

Telah melaksanakan tugas dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang dengan Penyelidikan Kesehatan dan Pembagian Bala Saka terna "Deteksi Dini Pembesaran Prostat Jarak (BPH)" di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang yang dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Kamis, 22 Februari 2024

Waktu : 09.00 -12.00 WIB

Demiikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Direktor Utama,



Dr. dr. Setiyo Putra Jati, M.M., M.Kes  
NIP. 196504271999031001

Tertanda,  
1. Yang Ditandatangani  
2. Jang

## II. RADANG USUS BUNTU PADA ANAK, 06 Maret 2024

### A. Dokumentasi



Gambar 1 - 2 (Narasumber Menyampaikan Materi)



**Gambar 3 – 4 (Sesi Tanya Jawab bersama peserta)**





**Gambar 5 – 6 (Proses Pembagian Leaflet Materi)**





**Gambar 7 – 10 (Foto bersama Panitia Pengabdian)**


## B. Presensi Kegiatan

**DAFTAR NAMA  
PERGABRIAN MASYARAKAT  
PENYULUHAN KESEHATAN "BETTER HOME RADANG UREU HUNTU PARI ANAN"  
DURUM KONTER SPESIALES DURUM EK. UNIB**

Tgl: Rabu, 06 Maret 2024  
Tempat: Betulati Durum Radang UNIB  
Waktu: 09.00 WIB - Selesai

NO	NAMA	JABATAN	KEPERAWATAN	TTD
1	Dr. Azana Aj Prasetya, M.Si Med, Sp.BA	Kelompok Bimbingan	Daftar Hadir	1
2	Dr. dr. Supi Adi Prasetya, M.Si Med, Sp.B, Sp.Sg(BDOK)	Kelompok Bimbingan	Daftar Hadir	2
3	Dr. A. An. Achriana, Sp.D, Sp.Sg (BDOK)	Kelompok Bimbingan	Daftar Hadir	3
4	Dr. Pramad Eucyana Situmorang, M.Si Med, Sp.B (Sesepi Ork, G)	Sekretaris GPM	Daftar Hadir	4
5	Prof. DR. dr. Iga, Situmorang, Sp.B, Sp.D, Sp.Sg (BDOK)		Daftar Hadir	5
6	Dr. Eterni Situmorang, M. Ed, Sp.B, Sp.D (BDOK)		Daftar Hadir	6
7	Dr. Huzaimah, Sp. NP-RT (K), M.M.S		Daftar Hadir	7
8	Dr. Agia Pratiwiandari, Sp.B, Sp.D (BDOK)		Daftar Hadir	8
9	Dr. Eka Yuliana, M.Si Med, Sp.D, Sp.Sg (Ork, G)		Daftar Hadir	9
10	Dr. Anel Hagita, M.Si Med, Sp.B, Sp.Sg (BDOK)		Daftar Hadir	10
11	Dr. dr. Salsabilla, M.Si Med, Sp.B (Sesepi Ork, G) (K)		Daftar Hadir	11
12	Dr. dr. Eucyana Situmorang, M.Si Med, Sp.D, Sp.Sg (BDOK)		Daftar Hadir	12
13	Dr. dr. Yuz Winda F, M.Ed, Sp.B, Sp.Sg (Ork, G)		Daftar Hadir	13
14	Dr. dr. Eucyana Situmorang, M.Si Med, Sp.B, Sp.Sg (BDOK)		Daftar Hadir	14
15	Dr. Endi Prasetya, M.Si Med, Sp.B, Sp.Sg (BDOK)		Daftar Hadir	15
16	Dr. Dena Salsabilla Situmorang, Sp.B, Sp.Sg (Ork, G)		Daftar Hadir	16
17	Dr. Gera Adhiana, M.Si, Med, Sp.D-T		Daftar Hadir	17
18	Dr. Huzaimah Situmorang, M.Si Med, Sp.B, Sp.D (BDOK)		Daftar Hadir	18
19	Dr. Andes Dey Wanda, Sp.BA		Daftar Hadir	19
20	Dr. Agnes Widiyanti, Sp.BA		Daftar Hadir	20
21				21
22				22
23				23
24				24
25				25

  
 Dr. Azana Aj Prasetya, M.Si Med, Sp.BA  
 NIP. 19820513000121000



Mengetahui,  
 Ketua Prof. Dr. Iga Situmorang  
  
 Dr. dr. Supi Adi Prasetya, M.Si Med, Sp.B, Sp.Sg (BDOK)  
 NIP. 19820413000121000



DAFTAR DAFTAR  
PENGABDIAN MASYARAKAT  
PENYULUHAN KEMERDEKAAN "MELAKUKAN BINA BANGUN ORANG BINTU PADA ANAK"  
MADRAS BONTOL BINA BANGUN BONTOL PULAU LINDI

Tgl. : Feb. 16 Maret 2018  
Tempat : Madrasah Bina Bangun Bontol  
Waktu : 08.00 WIB - Selesai

NO	NAMA	ALAMAT	TTL
1	Ida Nur	Jembermulya no 2 Bontol	<i>[Signature]</i>
2	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>	<i>[Signature]</i>
3	IBU MARIYA AGARSA	Tr. Bukit 2 Ay/5.	<i>[Signature]</i>
4	Rifa. BENYAMIN. S	- - -	<i>[Signature]</i>
5	Ayo Harni	Jl. Gunung Merapi 11	<i>[Signature]</i>
6	Reino X	Jl. Bukit Kriepo 1101	<i>[Signature]</i>
7	Nani N	ELS Matahari Tambalang	<i>[Signature]</i>
8	Sela	Jl. Kertajaya No 1109/107	<i>[Signature]</i>
9	-	Pontogala	-
10	Yohanes Adam A	Dusun Bona	" <i>[Signature]</i>
11	Bernardus	RT 02 RW 12 Jembermulya	" <i>[Signature]</i>
12	Dodik S	Kantor UTK/d.p.n/193	" <i>[Signature]</i>
13	Arsal Rival Habin	Jl. Kertajaya 1 No 6	" <i>[Signature]</i>
14	Agung H	Dusun Bukit 1 no 21	" <i>[Signature]</i>
15	Gusti H	Jl. Bukit Kriepo 21 no 1 Bontol	" <i>[Signature]</i>
16	Nida S	Bontol Bontol Bontol	" <i>[Signature]</i>
17	Fanni X	Jl. Bukit Kriepo Bontol Bontol	" <i>[Signature]</i>
18	ADRIAN PRAWITA	Jl. TWENTYARI no 14	" <i>[Signature]</i>
19	Luluksa Vianing Sintoban	Jl. Tambalang Baru No 100 B	" <i>[Signature]</i>
20	Angela Jari	Jl. Kertajaya 121 Kaya	" <i>[Signature]</i>
21	Hir A. Sifan	Jl. Jungs 120256	" <i>[Signature]</i>
22	Alga Feb Daryah	Jl. Mula-mula no 2	" <i>[Signature]</i>
23	Rizki Suci Andri	Jl. Jember no 1	" <i>[Signature]</i>
24	Miranda	BMT D no 100	" <i>[Signature]</i>
25	Ann Mariana S	Jl. Mula-mula no 16	" <i>[Signature]</i>
26	Elen Dhumik	Kramat 0102/00, Tambalang	" <i>[Signature]</i>
27	Kecana Dina K	Pongit D 1 02/01 X	" <i>[Signature]</i>

28	PRAMESTA S.P.	JL. MEDUNGUNDU ASPI B	28 
29	Thema Farical	Jl. Candi May, Slatan VI/10	29 
30			30

Ketua Poliklinik



dr. Agung Aji Prasetyo, M.Si.Med., Sp.BA  
NIP. 198215182008121002

Mengetahui,

Ketua Prodi Dokter Spesialis Bedah



Dr. dr. Sigit Adi Prasetyo, M.Si.Med., Sp.B, Subsp.BD(K)  
NIP. 198202042009121004

### C. Materi Leaflet kegiatan

# Waspada

# Radang Usus Buntu Pada Anak

## Apa itu Radang Usus Buntu?

Usus buntu ada di suatu organ kecil anak-anak yang terletak antara 5-10 cm di antara usus besar dan usus halus. Organ ini berbentuk seperti bantal.

Radang usus buntu pada anak-anak disebabkan oleh infeksi bakteri yang masuk ke usus buntu. Infeksi ini dapat disebabkan oleh bakteri yang masuk ke usus buntu melalui makanan yang tidak higienis.

Penderita penyakit radang usus buntu di Indonesia diperkirakan sekitar 27% dari jumlah penduduk Indonesia.

Gejala yang sering terjadi pada anak-anak yang menderita radang usus buntu adalah demam, sakit perut, muntah, dan diare. Gejala ini dapat disertai dengan demam yang tinggi.

## Apa saja penyebab Radang Usus Buntu?

Infeksi pada organ usus buntu merupakan penyebab utama dari radang usus buntu. Infeksi ini dapat disebabkan oleh bakteri yang masuk ke usus buntu melalui makanan yang tidak higienis.

### Selanjutnya, penyakit ini juga dapat disebabkan oleh:

- Terjadinya infeksi pada usus buntu yang disebabkan oleh bakteri yang masuk ke usus buntu.
- Kondisi medis lainnya seperti tumor.
- Terdapatnya organ-usus buntu yang abnormal pada anak-anak.

## Apa Saja Gejala Radang Usus Buntu pada Anak?

Durasi dan sering



Merit, sakit di sekitar atau perut bagian bawah kanan



Tidak mau makan

Dua dan perut bengkak

Semula (Buah Baku)



Mual dan muntah



Kemungkinan buang gas

## Kapan Harus ke Dokter?

Periksakan anak ke dokter apabila ia mengalami gejala radang usus buntu seperti demam, mual, muntah, dan tidak punya selera makan. Segera periksakan anak buntu.



Sebagai bentuk awal ke dokter, agar anak dan keluarganya mengerti apa yang harus dilakukan untuk mencegah terjadinya penyakit ini.

## Pengobatan Radang Usus Buntu

Pengobatan utama penyakit usus buntu adalah dengan operasi pengangkatan usus buntu atau appendektomi. Ada beberapa alasan mengapa operasi ini dilakukan.

### Laparoskopi

Dilakukan dengan membuat beberapa sayatan seluas 1 hingga 2 sentimeter di perut. Melalui sayatan, mesosigmoid, distal acaecum, mesentrium, dan bagian lainnya untuk mengangkat usus buntu.

### Laparotomi

Dilakukan dengan membuat satu sayatan kanan bawah sepanjang 5-10 cm, dan mengangkat usus buntu.

Diambil dan dilanjutkan untuk pengisian usus buntu yang terdapatnya. Selain itu, antibiotik harus diberikan. Setelah itu, usus buntu akan sembuh. Setelah itu, anak akan dapat kembali ke aktivitas normalnya.

## Bagaimana cara mencegahnya?

Perilaku yang baik untuk mencegah an anak kambuh yang dapat terjadi kapan saja pada siapa saja. Untuk menghindari kambuh tersebut, dapat dilakukan pencegahan sebagai berikut:



Perilaku yang baik untuk mencegah an anak kambuh yang dapat terjadi kapan saja pada siapa saja. Untuk menghindari kambuh tersebut, dapat dilakukan pencegahan sebagai berikut:



Mengikuti diet dengan membatasi konsumsi karbohidrat yang tinggi.



Segera melakukan pemeriksaan jika ada gejala yang timbul.

### REFERENSI

1. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
2. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
3. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
4. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
5. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
6. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
7. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
8. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
9. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.  
10. Radang Usus Buntu. (2018). Diakses dari <https://www.pediatry.com/condition/radang-usus-buntu>.

## D. Surat Keterangan Melaksanakan Tugas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS DIPONEGORO**  
RUMAH SAKIT NASIONAL DIPONEGORO



### SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN TUGAS

Nomor: /SA/UNT.L-1/DL/ V /2024

21 MARET 2024

Direktor Utama Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang memeringkan bahwa nama yang tertera di bawah ini:

No.	Nama / NIP	Pangkat / Gol
1	dr. Agung Aji Prasetyo, M.Si.Med., Sp.DA NIP 198225152008121002	Perata Madya Tk I, III/b
2	dr. Dima Sindhu Wibisono, Sp.U., Subsp.And. NIP 198008282012121001	Perata, III/c
3	dr. Edwin Bayar, M.Kes., Sp.B., Sp.DA(K) NIP 198209251992031002	Perata Tk I, III/d
4	Dr. dr. Ernesto Agung Nugroho, Sp.U., Subsp Trau, M.H. NIP 197611022008011099	Pembina, IV/a
5	dr. Eka Yulianto, M.Si.Med., Sp.B.Salut -Oral(K) NIP 196811293228011025	Perata Tk I, III/d
6	dr. Albertus Ari Adrianto, Sp.B-KBD NIP 196904222003121001	Perata, III/c
7	Dr. dr. Selama Bualitno, M.Si.Med., Sp.B Subsp -Oral(K) FRS NIP 197108072008121001	Perata Tk I, III/d
8	Dr. dr. Sigit Adi Prasetyo, M.Si.Med., Sp.B-KBD NIP 198202042009121001	Perata, III/c

Telah melaksanakan tugas dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang dengan Penyelenggaraan Keaktifan dan Pembinaan Baku Saku tema "Deteksi Dini Radang Usus Besar pada Anak" di instansi Rawat Jalan Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang yang dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal : Rabu, 06 Maret 2024

Waktu : 09.00 - 12.00 WIB

Demikian surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dr. dr. Sutopo Purno Jati, M.M., M.Kes.  
NIP-196607121990031001

Tempat  
1. Yang Berkepentingan  
2. Arsip

### III. Deteksi Dini Wasir Setelah Melahirkan

#### A. Dokumentasi



(Gambar 1 & 2 Pemateri Menyampaikan Materi Penyuluhan)





(Gambar 2 & 3 Sesi Tanya Jawab)



Gambar 5 & 6 Pembagian Leaflet dan Presensi Peserta





Gambar 7 & 8 Sesi Foto Bersama Narasumber & Panitia

# 1. Presensi

**DAFTAR HAZIR**  
**PUSKESMAS MASTARABAT**  
**KECELAKAAN KEMAMATAN "WAKILU" TELUK BELINGGAI**  
**FROM DOCTER SPESIALIS BEBAS PK UNIG**

Tgl : 14 Juli 2019  
 Tempat : RSUD RUMAH SAKIT  
 Wktu : 08.00.00 - 09.00

NO	NAMA	ALAMAT	RTD
1	Ujaita	Sampora, Takona Resto	1
2	Glada	Selaha	1 B
3	Dinda	Tunora	1
4	Melita Purni	Ujung	1
5	Mikula	Kemarang, Jember	1
6	Erna Hani	Semarang	1
7	Sejati Dharma	Demora	1
8	Sriyati	di Bukit Kelua Dist 02/03	1
9	Pawiyati	di Karangdasa 02/03/07	1
10	Muhajirin	di Dama Pening 02/03	1
11	Tiba	Catmon Bangunant	1
12	Dinda Satriawan	Perak, No. 8 AMUS	1
13	Dandi	Kepala Harau	1
14	Uti	Bulan Uta Rye	1
15	Venid	Antara Uta Rye	1
16	Dr. Ningsi	Mastara K. 4	1
17	Mardiyati H.	Mastara 01/2 Mastara	1
18	Marsela L.S	Kumbata	1
19	Ewada M.	Kandi Pagar, Mastara	1
20	M. Hidayat	Kembalong	1
21	Kusnawati	Kembalong	1
22	Hani Kerti Kanti	Kemarang	1
23	Mardiana		1
24	Kanti	Kemarang	1
25	Ran Pagar Astri	Kembalong	1
26	Etiyanti Semburi	Tan. Taha, No. 01/01	1

27	KARTINAH.	BUMIREJO RT12/6	27	<del>Handwritten mark</del>
28	Nurya Willo Utami	tl. pl. proyekta No. 18 A	28	Handwritten signature
29	Sofie Nabilah P	Jl. Mulakawima I NO. 25	29	Handwritten signature
30	Pani nganai	Jagli	30	Handwritten signature

Ketua Pelaksana

Dr. Albertus Ari Santoro, Sp.B, Subsp. BDKK  
NIP 19620422003121001

Mengetahui

Ketua Prodi Dokter Spesialis Busah

Dr. Djogih Adi Prasetyo, M.Si, MEd., Sp.B, Subsp. BDKK  
NIP 196210204200121004

**DAFTAR DAFTAR  
PENGABDIAN MASYARAKAT  
PENYULUHAN KESEHATAN "WAKAF MELAYU MELAKUKAN"  
PROGRAM KHUSUS KESEHATAN BERBAHAYA UMUM**

Tgl: Selasa, 31 April 2023  
Tempat: Gedung Sate, Jalan PONDOK  
Pondok: 10161, MGS - Bandung

NO	NAMA	JURUSAN	KETERANGAN	TGD
1	Dr. Agung Ag Purnomo, M.S., Med., Sp.BA	Salah Bedah	Daftar Tetap	1
2	Dr. dr. Agus Adi Pratomo, M.Si, Med., Sp.B, Sp.BG, Sp.BK	Eye Bedah	Daftar Tetap	2
3	Dr. A. Ari Adhiana, Sp.B, Salah BDRK	Kuliah GPM	Daftar Tetap	3
4	Dr. Edward R. Genta Wilkita, M.Si, Med., Sp.B Salah Gya (G)	Keperawatan GPM	Daftar Tetap	4
5	Prof. DR. dr. Igo. R. Kusanto, Sp.B, Sp.B, Salah BDRK		Daftar Tetap	5
6	Dr. Ekaon Damar, M.Kes., Sp.B, Sp.BK (G)		Daftar Tetap	6
7	Dr. Nugroho, Sp.ET-RE (G), NARS		Daftar Tetap	7
8	Dr. Agus Pratiwi, Sp.B, Sp.OTIS		Daftar Tetap	8
9	Dr. Edo Yudianto, M.Si, Med., Sp.ET (Salah Bedah)		Daftar Luar Biasa	9
10	Dr. Abdul Mulyas, M.Si, Med., Sp.B, Salah BDRK		Daftar Tetap	10
11	Dr. dr. Sofiana R. M.Si, Med., Sp.B Salah Bedah (G) PIG		Daftar Tetap	11
12	Dr. dr. Fatmahan Agung Nugroho, Sp.ET, Salah Bedah, NCI		Daftar Tetap	12
13	Dr. dr. Yuli Winda P. M.Kes., Sp.B Salah Bedah (G)		Daftar Tetap	13
14	Dr. dr. Desmitia Ekapri Hutaha, M.Si, Med., Sp.B, Sp.BG, Sp.BK (G)		Daftar Tetap	14
15	Dr. Erik Pradono, M.Si, Med., Sp.B, Salah BDRK		Daftar Tetap	15
16	Dr. Dinar Gendia Setiawan, Sp.ET, Salah Bedah		Daftar Tetap	16
17	Dr. Gera Andiana, M.Si., Med., Sp.OT		Daftar Tetap	17
18	Dr. Nurhidayah, M.Si, Med., Sp.B Salah BDRK		Daftar Luar Biasa	18
19	Dr. Dinar Hilangga N., M.Si, Med., Sp.B Salah BDRK		Daftar Luar Biasa	19
20	Dr. Akmal Fala Fala, Sp.B Salah BDRK		Daftar Luar Biasa	20
21				21
22				22
23				23
24				24
25				25



Dr. dr. Agus Adi Pratomo, Sp.B, Salah BDRK  
No. HP: 02232312101

Mengabdi,  
Berkas Tetap, Di Luar Spesialisasi Bedah



Dr. dr. Agus Adi Pratomo, M.Si, Med., Sp.B, Salah BDRK  
NIP. 19630404200120101

## 2. Materi

### Apa itu Wasir?

Wasir adalah pembengkakan atau peradangan pada pembuluh darah di sekitar bagian bawah saluran pencernaan.

Kejadiannya dapat disebabkan pada orang-orang di segala umur dan di luar daerah subtropis tropis.

Pada tahun 2020 angka kejadian wasir di Indonesia mencapai 20,3 juta jiwa.

Kebanyakan akan mengalami wasir wasir internal lebih dari 50% wanita hamil mengalami wasir sebelum melahirkan.

### Mengapa timbul Wasir setelah melahirkan?



Hal tersebut dapat terjadi karena pada saat proses kelahiran pada persalinan, darah akan berkumpul di bagian bawah, serta terjadi perubahan sirkulasi darah yang dapat menimbulkan wasir.

Wasir juga dapat timbul setelah melahirkan hal ini dapat timbul akibat tekanan saat kelahiran saat hamil. Ibu hamil hamil yang mengalami masalah pembengkakan darah di luar dan meningkatkan pembengkakan.



# Atasi Wasir Setelah Melahirkan

### Apa saja gejalanya?

Cada wasir akan memiliki gejala berbeda-beda pada tiap penderita tergantung pada jenis wasir yang dideritanya. Berikut ini adalah gejala pada wasir jenis wasir konstipasi kronis:

#### Wasir Internal

Wasir internal merupakan bentuk di dalam anus yang tidak terlihat oleh mata.



Kulit sekitar dubur berubah menjadi merah dan berdarah.



Kulit di sekitar dubur sangat gatal.



Kulit bagian luar akan sangat gatal, berdarah atau akan berdarah dengan sedikit saja saat buang air besar.

#### Wasir Eksternal

Perlu diingat yang berbeda halnya jika wasir eksternal dapat dilihat.



Sedangkan wasir internal yang di bagian atas.



Agar tidak menimbulkan wasir pada saat hamil.



Agar wasir tidak timbul, bersihkan anus menggunakan air.



Bersihkan dan cuci dengan air yang dingin.

## Bagaimana cara mengatasinya?

Itu bukan berarti tidak ada upaya yang tersedia untuk mengatasinya. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi keluhan antara lain:

1. Hindari duduk lama di kursi



2. Lakukan senam peregangan secara rutin



3. Hindari berdiri lama di luar



4. Mengonsumsi sayur yang banyak mengandung serat



5. Tidak merokok atau minum alkohol



6. Rutin mengonsumsi sayur dan buah



7. Rutin berolahraga dan melakukan peregangan



8. Hindari cara duduk yang salah di luar rumah

## Senam Kegel

Senam kegel adalah senam yang dilakukan dengan menggerakkan otot-otot panggul dan otot-otot leher dengan cara menggerakkan dan menggerakkan otot-otot tersebut.



1. Berdiri tegak dengan kedua kaki rapat dan tangan di sisi pinggang.

2. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

3. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

4. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

5. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

6. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

7. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

8. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

9. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

10. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

11. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

12. Tarik napas dalam-dalam dan tahan selama 10 detik.

## Kapan harus ke Dokter?

Lakukan pemeriksaan ke dokter apabila mengalami gejala yang mengganggu jika keluhan tidak membaik setelah dilakukan perawatan mandiri di rumah selama 7 hari.



Signa peringatan ke dokter adalah jika keluhan semakin bertambah berat.

- Perawatan tidak
- Nilai vital tidak stabil
- Pusing hingga sesak di pinggang

## Pengobatan Wasir

Jika jamasan sudah dan harus lebih lanjut dilakukan, maka perlu dilakukan pemeriksaan dan pengobatan lebih lanjut. Hal ini dapat dilakukan dengan cara:

### Ligasi

Jenis prosedur pembedahan dengan menggunakan liga untuk memotong arteri.

### Siderostatis

Pemeriksaan proktorektal dengan menggunakan siderostat.

### Kesetosis

Merupakan jenis prosedur pembedahan untuk memotong arteri.

### Hemorrhoidektomi

Merupakan jenis prosedur pembedahan untuk memotong arteri.

### Hemorrhoidoplasty

Merupakan jenis prosedur pembedahan untuk memotong arteri.

## REFERENSI

1. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
2. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
3. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
4. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
5. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
6. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
7. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
8. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
9. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)
10. [https://www.healthline.com/health/hemorrhoids#treatment](#)

### 3. Surat Keterangan Melaksanakan Tugas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
RUMAH SAKIT NASIONAL DIPONEGORO



#### SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN TUGAS

Nomor: 194/UN71.1/DG/1/2024

21 MAY 2024

Direktor Utama Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang memohonkan bahwa nama yang tertera di bawah ini:

No	Nama / NIP	Pangkat / Gol
1	Dr. Agung Aji Prasetya, M.Si Med., Sp.BA NIP 198205152008121002	Perata Muda Tk I, III/b
2	Dr. dr. Selamat Budiyono, M.Si. Med., Sp.B. Subsp.-Onk(K)BCS NIP 197108072008121001	Perata Tk I, II/d
3	Dr. Edwita Bayu, M.Kes., Sp.B., Sp.BA(K) NIP 198208251992031002	Perata Tk I, II/d
4	Dr. dr. Utawan Agung Nugroho, Sp.U., Subsp. Trans, M.H. NIP 197311022010011009	Perwira, IV/a
5	Dr. dr. Sigit Adi Prasetya, M.Si.Med., Sp.B-KBD NIP 198202042009121004	Perata, III/c

Telah melaksanakan tugas dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang dengan Penyelenggaraan Kesehatan dan Perawatan Buku Saku tema "Dokter Dini Wani Sudah Melahirkan" di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit Nasional Diponegoro Semarang yang dilaksanakan pada:

Hari/Tanggal: Selasa, 30 April 2024

Waktu: 09.00 -12.00 WIB

Direksikan surat keterangan ini kami buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Terbilang:  
1.000,000  
1.000



Dr. dr. Yulger Patria Iri, M.M., M.Kes  
NIP 196607121990031001