



PENTINGNYA MEMPERHATIKAN TINGKAT MIOKARD UNTUK MENJAGA KESEHATAN JANTUNG PADA MASYARAKAT DI KELURAHAN GUNUNG SARIK

Siska Sakti Angraini^{1*}, Vino Rika Nofia², Honesty Diana Morika³, Rhona Sandra⁴

Roza Marlinda⁵, Andika Herlina Pratama⁶

UNIVERSITAS SYEDZA SAINTIKA PADANG

*Email: siska.sakti321@gmail.com

ABSTRAK

Kelurahan Gunung Sarik merupakan daerah wilayah kerja Puskesmas Belimbing yang terdiri dari 17 desa, dengan jumlah penderita penyakit kardiovaskular yang signifikan. Di antara berbagai penyakit jantung, perhatian khusus diberikan pada kesehatan miokard, karena miokard yang sehat sangat penting untuk menjaga fungsi optimal jantung. Kerusakan miokard dapat menyebabkan berbagai kondisi serius seperti infark miokard dan gagal jantung. Faktor risiko terkait kesehatan miokard meliputi hipertensi, diabetes melitus, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta rendahnya pengetahuan tentang pencegahan penyakit jantung. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan miokard untuk mencegah penyakit jantung melalui perawatan mandiri yang dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Metode pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat di Kelurahan Gunung Sarik. Edukasi dilaksanakan selama 1 hari di bulan April 2024. Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa dari 20 peserta yang berpartisipasi, sebanyak 18 orang (90%) memahami dan mengetahui cara menjaga kesehatan miokard dan mencegah penyakit jantung. Berdasarkan hasil kegiatan tersebut, jelas bahwa edukasi tentang manajemen kesehatan jantung secara mandiri sangat penting untuk membantu masyarakat menerapkan dan mempertahankan perilaku sehat yang diperlukan untuk mengelola kondisi jantung secara berkelanjutan, baik di dalam maupun di luar rumah, dengan tujuan mengurangi risiko komplikasi kardiovaskular. Disarankan agar hasil kegiatan ini dijadikan acuan bagi petugas kesehatan di Puskesmas Belimbing dan diterapkan secara luas dalam memberikan edukasi kesehatan yang mendukung perawatan mandiri pasien, sehingga mereka mampu mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan jantung mereka. Kata Kunci: kesehatan miokard, penyakit jantung, edukasi kesehatan, perawatan mandiri, pencegahan penyakit kardiovaskular.

ABSTRACT

Gunung Sarik Village is the working area of the Belimbing Community Health Center which consists of 17 villages, with a significant number of sufferers of cardiovascular disease. Among various heart diseases, special attention is paid to the health of the myocardium, as a healthy myocardium is essential for maintaining optimal heart function. Myocardial damage can cause various serious conditions such as myocardial infarction and heart failure. Risk factors related to myocardial health include hypertension, diabetes mellitus, smoking habits, alcohol consumption, and low knowledge about preventing heart disease. The aim of this community service activity is to increase knowledge about the importance of maintaining myocardial health to prevent heart disease through self-care that can improve health and well-being. The method for implementing this activity is by providing public health education in Gunung Sarik Village. The education was carried out for 1 day in April 2024. The results of this service showed that of the 20 participants who participated, 18 people (90%) understood and knew how to maintain myocardial health and prevent heart disease. Based on the results of these activities, it is clear that education about self-management of heart health is very important to help people implement and maintain the healthy behavior needed to manage heart conditions in a sustainable manner, both inside and outside the home, with the aim of reducing cardiovascular risk complications. It is recommended that the results of this activity be used as a reference for health workers at the Belimbing

Community Health Center and applied widely in providing health education that supports patient self-care, so that they are able to maintain their heart health and well-being.

Keyword : myocardial health, heart disease, health education, self-care, prevention of cardiovascular disease.

PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskular merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia. Di antara berbagai kondisi kardiovaskular, penyakit jantung koroner dan gagal jantung adalah yang paling sering dijumpai dan paling mematikan. Kesehatan miokard, atau otot jantung, memainkan peran penting dalam menjaga fungsi optimal jantung dan sirkulasi darah yang efisien. Miokard yang sehat memastikan bahwa jantung dapat memompa darah dengan baik ke seluruh tubuh, yang esensial untuk mempertahankan kehidupan dan aktivitas sehari-hari (Shilton, 2013 dalam Umayana & Cahyati, 2015).

Namun, berbagai faktor risiko dapat menyebabkan kerusakan miokard, seperti hipertensi, diabetes melitus, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, stres, serta rendahnya pengetahuan tentang pencegahan penyakit jantung (Yanita, 2016). Faktor-faktor ini dapat memicu terjadinya aterosklerosis, yaitu penumpukan plak di dinding arteri, yang menghambat aliran darah dan meningkatkan risiko serangan jantung dan stroke.

Edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan miokard adalah langkah awal yang krusial dalam pengendalian dan pencegahan penyakit jantung. Salah satu bentuk edukasi yang efektif adalah melalui program-program penyuluhan kesehatan yang terstruktur dan berkelanjutan. Program ini dapat dilakukan baik secara individu maupun kelompok, di klinik atau dalam komunitas. Pelaksanaan edukasi kesehatan tentang miokard dapat dilakukan melalui beberapa sesi, yang

mencakup pengetahuan dasar tentang penyakit jantung, faktor risiko, pencegahan, dan pengobatan (Utama, 2018).

Penyuluhan kesehatan tentang kesehatan miokard meliputi beberapa aspek penting: pengaturan nutrisi dan diet sehat, pentingnya aktivitas fisik, manajemen stres, perawatan kesehatan rutin, serta monitoring kesehatan jantung secara berkala. Edukasi ini bertujuan untuk membantu individu memahami cara menjaga kesehatan jantung mereka dan mencegah komplikasi yang lebih serius (Has, 2014 dalam Utama, 2018). Peran petugas kesehatan, termasuk perawat sebagai edukator dan konselor, sangat penting dalam memberikan dukungan edukatif dan motivasi kepada pasien untuk melakukan perawatan mandiri yang efektif (Kurniawati, 2017).

Berdasarkan hal tersebut, tim Pengabdian Masyarakat dari Dosen Stikes Syedza Saintika tertarik untuk memberikan penyuluhan tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung kepada masyarakat di Kelurahan Gunung Sariak. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan jantung melalui perawatan miokard yang baik, serta mengurangi risiko penyakit kardiovaskular di daerah tersebut.

METODE

Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan pada hari Rabu, 03 Mei 2024, yang dimulai pada pukul 10.00-12.00 WIB. Tempat pelaksanaan kantor desa kelurahan gunung sariak. Peserta yang hadir jumlah 20 orang penderita penyakit jantung. Tim penyuluh terdiri dari presenter dan moderator.

1. Tahap persiapan

Persiapan dimulai dari melakukan survei ke kelurahan gunung sariak dan membuat proposal pengabmas serta meminta izin untuk pelaksanaan pengabmas.

2. Tahap pelaksanaan

Pembukaan dibuka oleh moderator dan menjelaskan tujuan kegiatan. Kemudian dilanjutkan penyuluh dengan pemaparan materi tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung.

3. Tahap evaluasi

a. Evaluasi Struktur

Peserta yang hadir sebanyak 20 orang. Penyuluhan berlangsung di kantor desa kelurahan gunung sariak, penggunaan bahasa sudah komunikatif dalam penyampaian, masyarakat cukup paham dengan apa yang di sampaikan dan Tim Pengabmas mampu memfasilitasi selama berjalannya penyuluhan dan diskusi. Perlengkapan dan alat media yang digunakan sudah lengkap, sesuai dengan yang direncanakan, yaitu dengan menggunakan leaflet, infokus dan laptop

b. Evaluasi Proses

- Penyuluhan dilaksanakan kantor desa kelurahan gunung sariak dimulai pukul 10.00 wib s/d 12.00 Wib dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 20 orang.

Dimana pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan satu kali.

- Peserta berperan aktif dalam kegiatan
- Selama penyuluhan berlangsung peserta dapat mengikuti dengan baik, tidak ada peserta yang meninggalkan tempat selama kegiatan berlangsung. kegiatan penyuluhan diakhiri dengan sesi tanya jawab dimana respon pasien cukup baik terlihat dari beberapa pertanyaan yang disampaikan kepada pemateri. Berbagai pertanyaan tersebut merefleksikan keingintahuan masyarakat tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung.

c. Evaluasi Hasil

Setelah edukasi diberikan masyarakat tersebut sudah mengerti dan mengetahui tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung . Masyarakat yang ikut menjadi partisipant waktu edukasi sebanyak 20 orang. Sebanyak 18 orang (90%) mampu menjelaskan kembali materi tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung. Dua orang (10%) masyarakat yang masih belum mengerti yaitu cara menjaga kesehatan jantung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung, berbagai tahapan telah dilakukan dengan baik dan sesuai perencanaan. Persiapan kegiatan melibatkan tim pelaksana yang telah menyiapkan berbagai materi termasuk spanduk, leaflet, dan konsumsi. Kolaborasi dilakukan antara tim pengabdian masyarakat dari STIKES Syedza Saintika dan masyarakat di kelurahan gunung sariak.

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan penilaian terhadap pengetahuan dan pemahaman seluruh peserta sebelum penyuluhan (pretest). Kegiatan dilakukan pada hari rabu, 03 Mei 2024, di kantor kepala desa keluarahan gunung sariak, dimulai dari jam 10.00 WIB hingga jam 12.00 WIB. Peserta terlibat aktif dalam penyuluhan dan tidak ada yang meninggalkan tempat kegiatan. Setelah penyuluhan, dilakukan pengukuran pengetahuan dan pemahaman kembali (posttest). Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dari nilai rata-rata pretest sebesar 60 menjadi 80. Hal ini menunjukkan dampak positif dari kegiatan pengabdian masyarakat ini terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta terkait pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung. Perubahan ini diharapkan dapat berdampak pada peningkatan kualitas hidup dan angka harapan hidup masyarakat dalam menjaga kesehatan jantung. Melalui edukasi yang diberikan, diharapkan masyarakat menjadi lebih sadar akan pentingnya memperhatikan kondisi miokard sebagai salah satu upaya pencegahan penyakit jantung.

SIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan penyuluhan tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard untuk menjaga kesehatan jantung di Kelurahan Gunung Sariak, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan tertib dan lancar. Dengan melibatkan 20 orang peserta yang merupakan penderita penyakit jantung, terlihat bahwa mereka merespons kegiatan ini dengan baik.

Antusiasme dan kesiapan peserta dalam mengikuti kegiatan terlihat dari kehadiran tepat waktu dan partisipasi aktif dalam diskusi serta tanya jawab. Hal ini menunjukkan adanya minat yang tinggi dari masyarakat dalam memahami

pentingnya menjaga kesehatan miokard untuk menjaga kesehatan jantung.

Dari hasil kegiatan tersebut, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya memperhatikan tingkat miokard sebagai upaya menjaga kesehatan jantung. Tingginya antusiasme dan keterlibatan peserta dalam kegiatan penyuluhan, serta adanya diskusi yang produktif antara penyuluh dan peserta, menandakan bahwa upaya untuk memberikan edukasi tentang kesehatan miokard kepada masyarakat sangatlah penting.

Oleh karena itu, perlu terus memperhatikan dan memberikan edukasi secara berkala kepada masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan miokard sebagai langkah preventif untuk mencegah terjadinya penyakit kardiovaskular yang lebih serius di masa depan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan miokard, diharapkan masyarakat dapat aktif dalam merawat kesehatan jantung mereka dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anzani, A. (2022). *Kontribusi Infark Miokard Terhadap Risiko Penyakit Jantung Koroner: Tinjauan Meta-Analisis*. *Jurnal Kesehatan Jantung dan Pembuluh Darah*, 10(1), 45–58.
- Bakri, B., & Cahyani, S. (2019). *Peran Faktor Risiko Infark Miokard dalam Pengembangan Strategi Pencegahan Penyakit Jantung*. *Jurnal Kardiologi Terapan*, 14(2), 78–92.
- Dian, P. F. M. (2020). *Infark Miokard: Implikasi Terhadap Kesehatan Jantung dan Kualitas Hidup Pasien*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(3), 112–125.



- Eva, R., & Ridlwan, K. (2018). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prognosis Pasien Pasca-Infark Miokard: Studi Kasus di Puskesmas Wilayah B*. Jurnal Kedokteran Jantung, 5(2), 34–46.
- Farhan, F., & Marbun, M. A. (2017). *Pentingnya Deteksi Dini Infark Miokard dan Tatalaksana yang Tepat: Panduan Praktis untuk Tenaga Kesehatan*. Jurnal Kesehatan Jantung, 8(1), 56–68.