

## **MENGENAL LEBIH DEKAT PENYAKIT JANTUNG MIOKARDIUM UNTUK DIHUP LEBIH SEHAT: PENDIDIKAN KESEHATAN PADA MASYARAKAT KELURAHAN GUNUNG SARIAK KOTA PADANG**

**Roza Marlinda<sup>1\*</sup>, Rhona Sandra<sup>2</sup>, Vino Rika Novia<sup>3</sup>, Siska Sakti  
Angraini<sup>4</sup>, Andika Herlina MP<sup>5</sup>**

Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Syedza Saintika

\*Email: Roza.marlinda@gmail.com

### **ABSTRAK**

Penyakit Jantung miokardium merupakan keadaan patofisiologis berupa kelainan fungsi jantung, akibat penyempitan atau penyumbatan pembuluh darah arteri koroner akibat pengendapan lemak dan kolesterol sehingga aliran darah ke jantung menjadi terhambat. Kelurahan Gunung Sarik merupakan daerah wilayah kerja Puskesmas Belimbing yang terdiri dari 17 desa, dengan jumlah penderita penyakit kardiovaskular yang signifikan. Kesehatan miokard membutuhkan perhatian khusus karena menjadi salah satu faktor penting untuk 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 dalam mengenal lebih dekat penyakit jantung miokard dalam 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 Maret 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. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan kesehatan. Penerapan metode kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahapan, diantaranya sosialisasi, diskusi dan evaluasi kegiatan. Sejumlah 20 orang pasien dan keluarga hadir dalam kegiatan ini. Terdapat perbedaan signifikan pada pengetahuan responden pada sebelum (*pretest*) dan setelah (*posttest*) kegiatan. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi kegiatan rutin sebagai upaya peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga di masyarakat.

Kata kunci : Pengetahuan, Penyakit Jantung Miokard

### **ABSTRACT**

*Myocardial heart disease is a pathological condition in the form of heart dysfunction, due to narrowing or blockage of coronary artery blood vessels due to fat and cholesterol deposition so that blood flow to the heart is blocked. Gunung Sarik Village is a working area of the Belimbing Health Center consisting of 17 villages, with a significant number of cardiovascular disease sufferers. Myocardial health requires special attention because it is one of the important factors for the optimal function of the heart. Myocardial damage can lead to a variety of 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 heart disease prevention. The purpose of this community service activity is to increase knowledge in getting to know myocardial heart disease more closely in preventing heart disease through self-care that can improve health and welfare. The method of implementing this activity is carried out by providing health counseling to the community in Gunung Sarik Village. Education will be held for 1 day in March 2024. The results of this community service show that of the 20 participants who participated, as many as 18 people (90%) understood and knew how to maintain myocardial health and prevent heart disease. The method used in this activity is in the form of health counseling in order to increase health knowledge. The application of this activity method is divided into 3 stages, including socialization, discussion and evaluation of activities. A total of 20 patients and their*

*families attended this activity. There was a significant difference in the knowledge of the respondents before (pretest) and after (posttest) the activity. It is hoped that this activity can become a routine activity as an effort to increase the knowledge of patients and families in the community.*

*Keywords: Knowledge, miocardial Heart Disease*

## PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskuler merupakan penyakit yang menyebabkan kematian nomor satu di dunia maupun di Indonesia karena terdapat gangguan pada jantung dan pembuluh darah. *World Health Organization* . Menyebutkan bahwa 17,5 juta orang meninggal akibat penyakit kardiovaskular. 7,4 juta (42,3%) di antaranya disebabkan oleh penyakit jantung miokard. Penyakit jantung koroner bisa membuat kerja jantung mengalami penurunan yang menyebabkan darah yang mengalir ke seluruh tubuh terganggu atau jantung gagal untuk menyalurkan darah ke seluruh tubuh disebut juga dengan gagal jantung.

Penyebab penyakit miokard jantung dikategorikan dalam dua kategori, yaitu faktor-faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat dirubah. Faktor yang tidak dapat diubah diantaranya usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga yang mengalami penyakit jantung dan pembuluh darah atau faktor genetik. Sedangkan faktor-faktor yang beresiko yang bisa dihindari yakni dengan memperbaiki pola hidup, seperti mengubah kebiasaan merokok, mengatur pola makan, dan rutin berolahraga karena faktor-faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami penyakit jantung koroner ialah dislipidemia, seperti kadar kolesterol tinggi,

hipertensi, diabetes melitus, kebiasaan merokok, obesitas dan kurang olahraga.

Penderita penyakit miokard jantung selalu ditandai dengan adanya peningkatan kadar kolestrol, terjadinya peningkatan pada kadar kolestrol ini adalah karena gaya hidup yang tidak baik, seperti tidak menjaga pola makan, merokok, minum alkohol, dan kurang aktivitas fisik. Terjadinya peningkatan kadar kolestrol dalam darah dipengaruhi oleh aktivitas fisik sehingga meningkatkan kadar HDL dan menurunkan kadar LDL dengan hal tersebut akan menyebabkan kadar total dalam darah akan seimbang dan tidak akan beresiko mengalami penyakit jantung koroner. Disamping itu, pola makan diketahui sangat memiliki kaitan dengan kejadian penyakit jantung koroner. Seseorang yang sering mengonsumsi makanan yang tinggi lemak akan mengakibatkan endapan lemak dan kolestrol akan mengakibatkan penyempitan atau penyumbatan di dinding nadi koroner sehingga mengakibatkan suplai darah ke jantung menjadi terganggu, begitu juga halnya dengan seseorang yang rutin melakukan aktivitas fisik akan mengurangi resiko

terjadinya penyakit jantung koroner karena dengan aktivitas fisik yang rutin akan membuat kadar kolesterol dan gula dalam darah seimbang

Kota Padang sebagai Ibukota Propinsi Sumatera Barat merupakan salah satu wilayah dengan jumlah penderita penyakit kardiovaskular terbanyak dan Kelurahan Gunung Sarik merupakan daerah wilayah kerja Puskesmas Belimbing yang terdiri dari 17 desa, dengan jumlah penderita penyakit kardiovaskular yang signifikan. Berdasarkan latar belakang di atas, perlu dilakukan pemberian edukasi tentang pengenalan lebih dekat penyakit miokard jantung kepada masyarakat baik pasien maupun keluarga.

## BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa penyuluhan kesehatan dalam rangka meningkatkan pengetahuan pasien dan masyarakat dengan penyakit miokard jantung. Penerapan metode kegiatan ini dibagi menjadi 3 tahapan, diantaranya sosialisasi, diskusi dan evaluasi kegiatan. Kegiatan ini berlangsung di kelurahan Gunuang Sariak wilayah kerja Puskesmas Belimbing, Padang pada bulan Maret 2024 dengan peserta sejumlah 20 orang dengan penerapan protokol kesehatan selama kegiatan berlangsung. Rincian tahapan pelaksanaan kegiatan ini dijelaskan pada Tabel 1.

**Tabel 1 Metode Tahapan Pelaksanaan**

<b>Tahap Pelaksanaan</b>	<b>Waktu Pelaksanaan</b>	<b>Jenis Kegiatan</b>	<b>Indikator Capaian Kegiatan</b>
Tahap I	20 Maret 2024	Sosialisasi dan diskusi kegiatan untuk membuka pemikiran mitra	Terbukanya pemikiran dan pemahaman mitra atas penanganan masalah
Tahap II	23 Maret 2024	Penyampaian materi dengan metode penyuluhan kesehatan tentang penyakit miokard jantung	Dimilikinya pemahaman dan peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga
Tahap III	23 Maret 2024	Evaluasi kegiatan dan tindak lanjut pasca kegiatan	Mitra mampu melaksanakan tatalaksana kedaruratan dan perawatan penyakit miokard jantung

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap pelaksanaan kegiatan ini dibagi ke dalam tiga bagian. Pada bagian pertama para peserta pelatihan diberikan tes untuk mengetahui kemampuan awal para peserta sekaitan dengan tema pengabdian ini yaitu tentang mengenal lebih dekat penyakit miokard jantung untuk hidup ebih sehat. Pelaksanaan kegiatan pre-tes ini

dengan cara menjawab pertanyaan-pertanyaan yang telah disusun berupa pilihganda sebanyak 15 pertanyaan yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan awal mitra. Dari hasil pretes yang dilakukan terhadap peserta diperoleh gambaran pengetahuan mitra sebagaimana pada Tabel 2.

**Tabel 2 Gambaran Pengetahuan Awal Peserta**

F	Pengetahuan (kategori) (%)		
	Baik	Cukup	Kurang
20	10	30	60

Berdasarkan Tabel 2, diketahui 10% atau sekitar 2 orang peserta memiliki pengetahuan yang baik, selain itu 30% atau sekitar 6 orang peserta memiliki pengetahuan cukup, dan 60% atau sekitar 8 orang peserta memiliki pengetahuan kurang tentang penyakit miokard jantung dan perawatannya. Artinya, rata-rata perawatan penyakit miokard jantung dan tatalaksana kedarutan di keluarga belum dipahami dengan baik oleh masyarakat di kelurahan Gunuang sariak Wilayah Kerja Puskesmas Belimbing Kota Padang. Untuk mengatasi hal tersebut, maka dilanjutkan dengan tahap kegiatan berikutnya yaitu penyuluhan kesehatan.

Penyampaian materi diawali dengan menjelaskan tentang pengertian penyakit miokard jantung. Hal ini dilakukan untuk memberikan pemahaman terhadap peserta tentang penyakit miokard jantung. Materi berikutnya yang disampaikan kepada peserta adalah materi tentang pengertian, penyebab, penatalaksanaan dan perawatan penyakit miokard jantung, serta tatalaksana kedaruratan di keluarga. Hal ini ditujukan untuk memberikan pemahaman kepada peserta tentang langkah-langkah atau perawatan penyakit miokard jantung. Lebih lanjut setelah pembahasan ini disampaikan pentingnya untuk mematuhi pola makan dan langkah penatalaksanaan pada situasi gawat darurat di keluarga. Hal ini dilakukan agar masyarakat mengetahui tentang cara pencegahan dan pertolongan pertama pada pasien dengan penyakit miokard jantung. Dengan penyampaian materi ini diharapkan semua peseta memahami dengan baik bagaimana cara melakukan perawatan penyakit miokard jantung.

Setelah semua materi disampaikan, para peserta diberikan tes kembali sebagai evaluasi (*post-test*) untuk mengukur capaian kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan. Berikut disajikan hasil *post-test* pada Tabel 3.

**Tabel 3 Gambaran Pengetahuan Akhir Peserta**

F	Pengetahuan (kategori) (%)		
	Baik	Cukup	Kurang
20	70	20	10

Berdasarkan data pada Tabel 3, diketahui bahwa pengetahuan masyarakat tentang perawatan pasien dengan penyakit miokard jantung, penatalaksanaan pada kondisi gawat darurat yang harus dilakukan pada pasien penyakit miokard jantung dari semua peserta yang mengikuti kegiatan tersebut, 70% sudah memiliki pengetahuan yang baik, dan 20% masih memiliki pengetahuan yang cukup, dan 10% memiliki pengetahuan yang kurang. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilakukan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat (Agustina, A., Afiyanti, Y., & Ilmi, B, 2017).

Sebagaimana hasil analisa situasi yang dihadapi oleh mitra bahwa adanya kekurangpahaman pasien dan keluarga tentang perawatan penyakit miokard jantung. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut diharapkan keluarga pasien memiliki rujukan dalam perawatan pasien dengan penyakit miokard jantung, serta tatalaksana kedaruratan yang harus dilakukan pada pasien penyakit miokard jantung.

Selanjutnya, untuk lebih jelasnya dampak perubahan sosial yang terjadi pada mitra tersebut atas pelaksanaan program ini, secara kualitatif dapat diuraikan pada Tabel 4.

**Tabel 4 Capaian Penerapan Program pada Kondisi Mitra**

Tahap Pelaksanaan	Indikator Capaian	
	Kondisi Awal	Kondisi Setelah Kegiatan
Sosialisasi kegiatan	Tertutup dan masih tabu	Terbuka dan mulai menerima
Penjelasan tentang penyakit miokard jantung	Kurang jelasnya pemahaman masyarakat tentang penyakit miokard jantung dan penatalaksanaannya	Meningkatnya pemahaman tentang penyakit miokard jantung

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana yang telah disusun. Secara umum seluruh peserta dapat menjelaskan perawatan penyakit miokard jantung. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan pasien dan keluarga. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi kegiatan rutin sebagai upaya peningkatan pengetahuan pada masyarakat khususnya yang berada di Kelurahan Gunung Sariak, Kota Padang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustyanti, P. N., Pradigdo, S. F., & Aruben, R. (2017). Hubungan Asupan Makanan, Aktivitas Fisik Dan Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Dengan Kadar Kolesterol Darah (Studi pada Wanita Keluarga Nelayan Usia 30–40 Tahun di Tambak Lorok, Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(4), 737–743.
- Ambotuo, V. F. M. (2018). *Hubungan Pengaturan Pola Makan Terhadap Kadar Kolestrol, Gula Darah Dan Asam Urat*.
- Dafriani, P. (2017). *Hubungan Pola Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian*

*Diabetes Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD dr . Rasidin Padang*. 13(2).

- Ghani, L., Susilawati, M. D., & Novriani, H. (2016). Faktor risiko dominan penyakit jantung koroner di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(3), 153-164.
- Iskandar, I., Hadi, A., & Alfridsyah, A. (2017). Faktor Risiko Terjadinya Penyakit Jantung Koroner pada Pasien Rumah Sakit Umum Meuraxa Banda Aceh. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 2(1), 32–42.
- Marleni, L., & Alhabib, A. (2017). Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner di RSI SITI Khadijah Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 478-483.
- Sari, Y. T. F., & Ahmad Farudin, S. K. M. (2019). Hubungan Asupan Karbohidrat, Lemak dan Kolesterol dengan Kadar Kolesterol Darah pada Pasien Jantung Koroner di Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi. (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*).
- Ujani, S. (2016). Hubungan antara usia dan jenis kelamin dengan kadar kolesterol penderita obesitas rsud abdul moeloek provinsi lampung. *Jurnal Kesehatan*, 6(1).
- Yoeantafara, A., & Martini, S. (2017). Pengaruh Pola Makan Terhadap Kadar Kolesteroltotal. *Jurnal Mkmi*, 13(4), 304–309.



Yuliantini, E., Sari, A. P., & Nur, E. (2015).

Hubungan asupan energi, lemak dan serat dengan Rasio Kadar Kolesterol Total-HDL. *Nutrition and Food Research*, 38(2), 139–147.

Zuhroiyyah, S. F., Sukandar, H., &

Sastradinanja, S. B. (2017).

Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Kolesterol Total, Kolesterol Low-Density Lipoprotein, dan Kolesterol High-Density Lipoprotein pada Masyarakat Jatinangor. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 2