



## EDUKASI KESEHATAN TENTANG TANDA DAN PENANGANAN AWAL INFARK MIOKARD PADA PASIEN HIPERTENSI DAN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS BELIMBING

Siska Sakti Angraini<sup>1\*</sup>, Vino Rika Nofia<sup>1</sup>, Rhona Sandra<sup>1</sup>, Honesty Diana Morika<sup>1</sup>,  
Roza Marlinda<sup>1</sup>, Andika Herlina Pratama<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Syedza Saintika

\*Email: siska.sakti321@gmail.com

### ABSTRAK

Kelurahan Gunung Sarik merupakan wilayah kerja Puskesmas Belimbing dengan jumlah penderita penyakit tidak menular yang cukup tinggi, terutama hipertensi dan diabetes melitus. Kedua penyakit ini merupakan faktor risiko utama terjadinya Infark Miokard yang dapat menyebabkan kematian mendadak apabila tidak ditangani dengan cepat dan tepat. Secara global, penyakit kardiovaskular masih menjadi penyebab kematian tertinggi, dan infark miokard termasuk kondisi kegawatdaruratan yang memerlukan penanganan segera dalam periode emas (golden period) untuk mencegah kerusakan jantung yang lebih luas. Hipertensi dapat menyebabkan kerusakan pada dinding pembuluh darah, sedangkan diabetes melitus mempercepat proses aterosklerosis yang berujung pada penyumbatan pembuluh darah koroner. Kombinasi kedua kondisi ini secara signifikan meningkatkan risiko terjadinya infark miokard. Namun demikian, masih banyak masyarakat, khususnya kelompok berisiko, yang belum mampu mengenali tanda-tanda awal seperti nyeri dada, sesak napas, keringat dingin, dan nyeri menjalar ke lengan atau rahang. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai tanda dan penanganan awal infark miokard menjadi salah satu penyebab utama keterlambatan penanganan di fasilitas kesehatan. Keterlambatan ini dapat meningkatkan angka komplikasi bahkan kematian. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan yang terstruktur dan mudah dipahami oleh masyarakat. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi dan diabetes melitus mengenai tanda dan penanganan awal infark miokard melalui edukasi kesehatan. Metode yang digunakan adalah penyuluhan interaktif kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Belimbing. Kegiatan dilaksanakan selama 1 hari dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebanyak 18 orang (90%) peserta mengalami peningkatan pemahaman terkait gejala awal infark miokard, faktor risiko, serta tindakan awal yang harus dilakukan. Dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat berisiko tinggi terhadap infark miokard.

**Kata kunci:** Infark miokard, edukasi kesehatan, hipertensi, diabetes melitus

### ABSTRACT

*Gunung Sarik is part of the working area of Belimbing Public Health Center, where the prevalence of non-communicable diseases, particularly hypertension and diabetes mellitus, remains high. These conditions are major risk factors for Myocardial Infarction, a life-threatening condition requiring immediate management within the golden period to prevent severe cardiac damage. Hypertension causes damage to blood vessel walls, while diabetes mellitus accelerates atherosclerosis, leading to coronary artery obstruction. The coexistence of these conditions significantly increases the risk of myocardial infarction. However, limited public awareness, especially among high-risk groups, regarding early symptoms such as chest pain, shortness of breath, cold sweating, and radiating pain contributes to delayed treatment and increased mortality. This community service aimed to improve knowledge among patients with hypertension and diabetes mellitus regarding early signs and initial management of myocardial infarction through health*



*education. An interactive educational session was conducted in the working area of Belimbing Public Health Center with 20 participants. The results showed that 18 participants (90%) demonstrated improved understanding after the intervention. In conclusion, health education is effective in increasing knowledge among high-risk populations as a preventive and promotive strategy.*

**Keywords:** *myocardial infarction, health education, hypertension, diabetes mellitus*

## PENDAHULUAN

Infark Miokard merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Infark miokard terjadi akibat adanya penyumbatan pada pembuluh darah koroner yang menghambat aliran darah ke otot jantung, sehingga menyebabkan kerusakan jaringan jantung secara permanen dalam waktu singkat. Kondisi ini termasuk kegawatdaruratan medis yang memerlukan penanganan segera. Dampak yang ditimbulkan sangat serius, mulai dari gangguan fungsi jantung, gagal jantung, hingga kematian mendadak. Berdasarkan data dari World Health Organization, penyakit kardiovaskular merupakan penyebab kematian tertinggi di dunia, dengan infark miokard sebagai salah satu kontributor utama.

Beberapa faktor risiko utama yang dapat memicu terjadinya infark miokard meliputi hipertensi, diabetes melitus, dislipidemia, kebiasaan merokok, obesitas, serta kurangnya aktivitas fisik. Di antara faktor-faktor tersebut, hipertensi dan diabetes melitus memiliki peran yang sangat signifikan dalam mempercepat proses aterosklerosis, yaitu penyempitan dan penyumbatan pembuluh darah akibat penumpukan plak. Hipertensi menyebabkan kerusakan pada dinding pembuluh darah, sedangkan diabetes melitus memperburuk kondisi tersebut melalui peningkatan kadar glukosa darah yang merusak pembuluh darah secara kronis. Kombinasi kedua penyakit ini secara signifikan meningkatkan risiko

terjadinya infark miokard, terutama pada kelompok usia dewasa dan lanjut usia.

Selain faktor risiko medis, rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai tanda dan gejala awal infark miokard juga menjadi salah satu penyebab utama keterlambatan penanganan di fasilitas kesehatan. Banyak masyarakat yang belum mampu mengenali gejala khas seperti nyeri dada yang menjalar ke lengan kiri, leher, rahang, atau punggung, sesak napas, keringat dingin, mual, dan rasa lemas. Kurangnya pemahaman ini menyebabkan keterlambatan dalam mencari pertolongan medis, sehingga melewati periode emas (golden period) penanganan yang sangat menentukan keberhasilan terapi dan keselamatan pasien. Keterlambatan tersebut dapat meningkatkan risiko komplikasi berat bahkan kematian.

Upaya pencegahan dan penanganan dini infark miokard melalui edukasi kesehatan merupakan langkah strategis yang perlu terus ditingkatkan, khususnya di tingkat layanan kesehatan primer seperti Puskesmas. Edukasi kesehatan bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pengendalian faktor risiko, penerapan gaya hidup sehat, serta kemampuan mengenali tanda dan gejala awal infark miokard. Metode penyuluhan secara langsung dan interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat serta mendorong perubahan perilaku menuju hidup yang lebih sehat dan responsif terhadap kondisi kegawatdaruratan.

Penyuluhan kesehatan mengenai infark miokard mencakup berbagai aspek penting, seperti pengendalian tekanan darah, pengelolaan kadar gula darah, pengaturan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, berhenti merokok, serta pentingnya pemeriksaan kesehatan secara rutin. Selain itu, masyarakat juga perlu dibekali pengetahuan tentang tindakan awal yang harus dilakukan ketika seseorang mengalami gejala infark miokard, seperti segera mencari pertolongan medis dan tidak menunda ke fasilitas kesehatan terdekat.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim Pengabdian Masyarakat dari Dosen Universitas Syedza Saintika merasa perlu untuk melaksanakan program edukasi kesehatan dengan tema “Edukasi Kesehatan tentang Tanda dan Penanganan Awal Infark Miokard pada Pasien Hipertensi dan Diabetes Melitus” kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Belimbing, khususnya Kelurahan Gunung Sariik. Program ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, terutama kelompok berisiko tinggi, dalam mengenali dan menangani infark miokard secara dini, sehingga dapat menurunkan angka keterlambatan penanganan, komplikasi, dan kematian akibat penyakit tersebut melalui edukasi yang berkelanjutan.

## **METODE**

### **1. Tahap persiapan**

Kegiatan persiapan diawali dengan survei lokasi di Kelurahan Gunung Sariik untuk mengidentifikasi kebutuhan masyarakat terkait pengetahuan tentang infark miokard, khususnya tanda dan penanganan awal. Berdasarkan hasil survei, tim penyuluh menyusun proposal kegiatan pengabdian masyarakat

yang mencakup tujuan, materi, serta metode pelaksanaan. Proposal tersebut kemudian diajukan kepada pihak terkait untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan. Persiapan teknis juga dilakukan dengan menyiapkan media edukasi seperti leaflet, spanduk, laptop, dan infokus. Selain itu, dilakukan koordinasi internal tim terkait pembagian tugas antara moderator dan presenter agar pelaksanaan kegiatan berjalan dengan efektif.

### **2. Tahap pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Rabu, 08 April 2026, pukul 10.00–12.00 WIB, bertempat di Kantor Desa Kelurahan Gunung Sariik. Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh moderator yang sekaligus menyampaikan tujuan dari kegiatan penyuluhan. Selanjutnya, presenter menyampaikan materi edukasi dengan topik utama “Edukasi Kesehatan tentang Tanda dan Penanganan Awal Infark Miokard pada Pasien Hipertensi dan Diabetes Melitus”. Metode penyampaian dilakukan secara interaktif dengan menggunakan media visual dan sesi diskusi agar peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan.

### **3. Tahap evaluasi**

#### **a. Evaluasi Struktur**

Kegiatan Penyuluhan berjalan dengan lancar dan sesuai rencana. Seluruh peserta yang hadir (20 orang) mengikuti kegiatan secara utuh dari awal hingga akhir. Penyuluh menggunakan bahasa yang komunikatif, mudah dipahami, dan sesuai dengan latar belakang peserta. Peralatan yang digunakan seperti infokus, laptop, dan leaflet

telah berfungsi dengan baik dan mendukung penyampaian materi secara visual.

b. Evaluasi Proses

- Kegiatan dilaksanakan tepat waktu, dimulai pukul 10.00 hingga 12.00 WIB.
- Peserta terlihat antusias dan aktif dalam mengikuti penyuluhan, termasuk dalam sesi tanya jawab.
- Tidak ada peserta yang meninggalkan tempat sebelum kegiatan selesai.
- Sesi tanya jawab berlangsung interaktif, dengan peserta mengajukan pertanyaan terkait gejala awal infark miokard dan tindakan yang harus dilakukan.

c. Evaluasi Hasil

Setelah penyuluhan, dilakukan posttest lisan secara sederhana untuk mengukur pemahaman peserta. Hasil menunjukkan bahwa dari 20 peserta:

- 18 orang (90%) mampu menjelaskan kembali pengertian infark miokard, faktor risiko, tanda dan gejala awal, serta langkah penanganan awal
- 2 orang (10%) masih belum sepenuhnya memahami tindakan awal saat terjadi gejala infark miokard

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 18 orang (90%) peserta mengalami peningkatan pemahaman mengenai infark miokard setelah edukasi. Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema edukasi kesehatan tentang tanda dan

penanganan awal Infark Miokard pada pasien hipertensi dan diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Belimbing telah dilaksanakan dengan baik, tertib, dan sesuai dengan perencanaan. Kegiatan ini diikuti oleh 20 peserta yang merupakan kelompok masyarakat berisiko tinggi, dan seluruh peserta menunjukkan antusiasme serta partisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah dilakukan edukasi, baik dalam mengenali tanda dan gejala awal infark miokard, memahami faktor risiko, maupun mengetahui langkah penanganan awal yang tepat. Sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali materi yang telah diberikan, yang menunjukkan bahwa metode penyuluhan interaktif yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran dan kesiapsiagaan masyarakat terhadap kondisi kegawatdaruratan jantung. Peserta menjadi lebih memahami pentingnya mengenali gejala secara dini dan segera mencari pertolongan medis untuk mencegah keterlambatan penanganan yang dapat berujung pada komplikasi serius bahkan kematian.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam upaya promotif dan preventif untuk menurunkan risiko serta dampak infark miokard, khususnya pada kelompok masyarakat dengan hipertensi dan diabetes melitus. Oleh karena itu, kegiatan edukasi serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dan terprogram di tingkat pelayanan kesehatan primer guna meningkatkan kualitas hidup

masyarakat serta menekan angka kejadian dan kematian akibat penyakit jantung.

## SIMPULAN

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan merupakan strategi yang efektif dalam upaya promotif dan preventif untuk menurunkan risiko serta dampak infark miokard, khususnya pada kelompok masyarakat dengan hipertensi dan diabetes melitus. Oleh karena itu, kegiatan edukasi serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dan terprogram di tingkat pelayanan kesehatan primer guna meningkatkan kualitas hidup masyarakat serta menekan angka kejadian dan kematian akibat penyakit jantung.

Hasil pelaksanaan kegiatan penyuluhan dengan tema edukasi kesehatan tentang tanda dan penanganan awal Infark Miokard yang dilaksanakan di Kelurahan Gunung Sariak, wilayah kerja Puskesmas Belimbing, menunjukkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan tertib, lancar, dan sesuai dengan perencanaan. Kegiatan yang melibatkan 20 orang peserta yang merupakan pasien hipertensi dan diabetes melitus sebagai kelompok berisiko tinggi ini mendapatkan respons yang sangat baik dari peserta. Antusiasme peserta terlihat dari kehadiran yang tepat waktu, perhatian selama penyuluhan berlangsung, serta partisipasi aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab.

Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan, terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya mengenali tanda dan gejala awal infark miokard, memahami faktor risiko, serta mengetahui langkah-langkah penanganan awal yang tepat saat gejala muncul. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara langsung dan interaktif mampu meningkatkan

pemahaman peserta secara signifikan. Tingginya keterlibatan peserta, baik secara emosional maupun intelektual, mencerminkan bahwa materi yang disampaikan sangat relevan dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat, khususnya kelompok berisiko.

Selain sebagai sarana penyampaian informasi, kegiatan ini juga menjadi wadah interaksi dan berbagi pengalaman antara penyuluh dan peserta, sehingga dapat memperkuat pemahaman masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini dan penanganan cepat pada kondisi kegawatdaruratan jantung. Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat, diharapkan peserta dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatan, mengendalikan faktor risiko seperti hipertensi dan diabetes melitus, serta segera mencari pertolongan medis apabila mengalami gejala infark miokard.

Oleh karena itu, kegiatan edukasi kesehatan mengenai infark miokard perlu terus dilakukan secara berkala dan berkelanjutan, terutama pada kelompok masyarakat dengan risiko tinggi. Upaya ini diharapkan dapat menurunkan angka keterlambatan penanganan, mengurangi risiko komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, N., & Hariani, L. (2021). Edukasi pencegahan penyakit jantung koroner pada lansia dengan faktor risiko hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 123–131.
- Bakri, A., & Syafril, H. (2019). Tanda dan gejala dini penyakit jantung serta penanganan awal di tingkat masyarakat. *Jurnal Kedokteran Keluarga*, 11(1), 44–52.



- Dewi, R. K., & Santosa, D. A. (2020). Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang penyakit jantung melalui penyuluhan kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(1), 88–95.
- Handayani, T., & Pratiwi, D. (2022). Pentingnya deteksi dini dan penatalaksanaan infark miokard untuk mencegah komplikasi fatal. *Jurnal Kesehatan Kardiovaskular*, 6(3), 110–118.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Pedoman pencegahan dan pengendalian penyakit jantung dan pembuluh darah*. Jakarta: Direktorat P2PTM, Ditjen P2P, Kemenkes RI
- Lestari, S., & Wulandari, R. (2020). Peran keluarga dalam pencegahan kekambuhan pada pasien penyakit jantung. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 76–85.
- Nugroho, H. S., & Mahendra, F. (2017). Faktor risiko penyakit jantung dan upaya pencegahan pada populasi rentan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(3), 140–147.
- Sari, Y. P., & Hidayat, R. (2021). Penyuluhan kesehatan sebagai media peningkatan pengetahuan tanda bahaya serangan jantung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medisina*, 4(1), 52–59.
- World Health Organization. (2021). *Cardiovascular diseases (CVDs)*. Geneva: WHO.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. (2020). *Pedoman tatalaksana sindrom koroner akut*. Jakarta: PERKI