

EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT JANTUNG MELALUI MEDIA POSTER DI RT 05 DUSUN GEBANG, SLEMAN, DIY

¹ Julian Dwi Saptadi S.Hut., M.Sc, ² Machfudz Eko Arianto, ³Lu'lu' Labibah
Universitas Ahmad Dahlan, Kota Yogyakarta, Indonesia^{1,2,3}
e-mail: julian.saptadi@ikm.uad.ac.id ¹

Submitted: April 26, 2023; Revised: April 26, 2023 ; Accepted: 30 April, 2023 ; Published: 30 April, 2023

ABSTRAK

Penyakit jantung koroner adalah kondisi ketika arteri koroner tersumbat oleh timbunan lemak. Penyakit ini menimbulkan keluhan berupa nyeri dada, sesak nafas, dan gejala serangan jantung. Tujuan dari pengabdian ini adalah agar dapat memberikan edukasi kepada masyarakat dan mengingatkan masyarakat untuk menjaga kesehatan jantung melalui poster. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini adalah melalui Musyawarah Masyarakat Desa dengan metode Brainstorming menggunakan media poster. Kesimpulan, terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan penyakit jantung koroner di RT 05 Dusun Gebang.

Kata Kunci : Penyakit Jantung, Poster, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Coronary heart disease is a condition when the coronary arteries are blocked by fatty deposits. This disease causes complaints in the form of chest pain, shortness of breath, and symptoms of a heart attack. The purpose of this service is to be able to provide education to the community and remind the public to maintain heart health through posters. The method used in this service activity is through the Village Community Deliberation with the Brainstorming method using poster media. In conclusion, there is an increase in public knowledge about the prevention of coronary heart disease in RT 05 Dusun Gebang.

Keywords: Heart Disease, Poster, community services



Copyright © 2023 The Author(s)

This is an open access article under the CC BY-SA license.

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan salah satu penyebab kematian utama di dunia dan di Indonesia. Prevalensi PTM meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2008, 57 juta orang meninggal dan 36 juta, atau 63%, disebabkan oleh penyakit tidak menular. Tren data menunjukkan bahwa PTM terjadi tidak hanya pada kelompok yang lebih tua tetapi juga pada kelompok usia yang lebih muda. Berbagai jenis PTM, penyakit kardiovaskular merupakan penyebab utama kematian. Yaitu, 39%, kemudian kanker (27%), dan PTM lainnya (34%) seperti penyakit pernapasan kronis, pencernaan dan metabolisme (Pulungan & Karima, 2020).

Penyakit jantung adalah istilah kolektif untuk semua jenis gangguan yang mempengaruhi jantung. Penyakit jantung memiliki arti yang sama dengan penyakit jantung, tetapi bukan merupakan penyakit kardiovaskular. Penyakit kardiovaskular mengacu pada gangguan pembuluh darah dan jantung, sedangkan penyakit jantung hanya mengacu pada hati. Menurut WHO (World Health Organization) dan CDC, penyakit jantung adalah penyebab utama kematian di Inggris, Amerika Serikat, Kanada dan Australia. Jumlah orang dewasa yang didiagnosis dengan

penyakit jantung di Amerika Serikat adalah 26,6 juta dengan pengertian 11,3% dari populasi orang dewasa (Annisa, 2019).

Penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung vaskuler yang mencakup diagnosis angina pleura, infark miokard, dan iskemia miokard asimtomatik. Penyakit jantung koroner disebut juga penyakit arteri koroner. Penyakit jantung koroner adalah suatu kondisi di mana otot jantung tidak cukup mendapat suplai darah dan oksigen. Hal ini disebabkan oleh stenosis arteri koroner (Aswara & Efendi, 2022).

Tingginya prevalensi penyakit jantung, khususnya penyakit jantung koroner, disebabkan oleh sejumlah faktor gaya hidup dan perilaku pada masyarakat yang rentan terhadap perubahan. Faktor yang dikenal sebagai faktor risiko yang meningkatkan kerentanan individu tertentu terhadap aterosklerosis koroner (penyebab penyakit jantung koroner), diantaranya Faktor risiko yang tidak dapat diubah yaitu usia, jenis kelamin, riwayat keluarga PJK. Kemudian untuk Faktor risiko yang dapat diperbaiki yaitu hiperlipidemia, HDL-c rendah, hipertensi, merokok, diabetes, obesitas, kurang olahraga, sisteinemia hiper hormonal (Safrul et al., 2018).

Pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah penyakit jantung adalah dengan mengontrol faktor risiko seperti merokok, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan konsumsi alcohol. Kemudian untuk mencegah penyakit perantara sebelum penyakit jantung koroner yaitu hipertensi, obesitas, kolesterol tinggi, dan diabetes. Untuk mengidentifikasi faktor risiko dengan lebih mudah dapat dilakukan atau dapat dideteksi dengan skrining. Salah satu skrining risiko PJK di Indonesia adalah dengan melakukan stratifikasi faktor risiko untuk memprediksi kejadian penyakit kardiovaskular selama 10 tahun ke depan (Saraswati & Lina, 2020).

Edukasi merupakan segala bentuk upaya pembelajaran atau pendidikan yang diberikan kepada masyarakat untuk menambah pengetahuan baru. Media pembelajaran memiliki fungsi dalam pembelajaran yaitu digunakan sebagai alat bantu dalam proses belajar mengajar. Media merupakan tools yang digunakan untuk memperjelas, mempermudah, serta dapat menyampaikan pesan atau materi pelajaran kepada para peserta atau masyarakat, sehingga inti dari materi pelajaran dapat disampaikan secara menyeluruh (Arianto, 2021)

Promosi kesehatan bagian dari upaya kesehatan masyarakat yang menekankan pada pemberdayaan masyarakat yaitu upaya meningkatkan kemampuan masyarakat. Tujuan dari promosi kesehatan adalah untuk memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatan secara promotif dan preventif. Salah satu upaya pemberian edukasi kesehatan masyarakat adalah melalui promosi kesehatan. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai metode dan media yang disesuaikan dengan sasaran contohnya yaitu melalui media poster dan leaflet (Aprilina et al., 2021).

Tujuan dari pelaksanaan pengabdian ini yang dilakukan dengan kegiatan diagnosis komunitas adalah untuk menganalisis permasalahan penyakit jantung di masyarakat Dusun Gebang RT 05 sehingga dapat dicarikan solusinya untuk mengatasi permasalahan penyakit jantung dengan pemasangan poster yang bertujuan untuk media edukasi dan meningkatkan pengetahuan masyarakat serta menjadi pengingat atau motivasi untuk rutin mengecek kesehatan.

METODE

Metode pengabdian ini dilakukan melalui Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) dengan metode brainstorming melalui media poster untuk edukasi pencegahan Jantung Koroner. Brainstorming adalah cara bagi seluruh audiens untuk mengungkapkan pendapat, ide, pengetahuan, dan pengalaman mereka untuk memecahkan masalah yang telah ditentukan. Pendapat, ide, pengetahuan, dan pengalaman audiens digabungkan menjadi satu peta pikiran (information map) untuk pembelajaran bersama (Azki & Rokhaidah, 2019). Hasil yang

didapatkan dari 5 tokoh adalah masyarakat menyetujui dan menyepakati bahwa akan dilakukan sebuah edukasi untuk masyarakat yang berupa pemasangan poster tentang bagaimana pencegahan jantung koroner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan mengedukasi masyarakat dengan media poster yang dimaksudkan untuk mengedukasi masyarakat tentang penyakit jantung. Pada RT 05 penyakit jantung yang diderita adalah penyakit jantung koroner dan semua yang mempunyai riwayat penyakit jantung koroner ini adalah masyarakat yang berjenis kelamin laki-laki. Penyakit jantung koroner yang diderita disebabkan oleh pola gaya hidup yang tidak sehat contohnya seperti merokok.

Kebiasaan merokok menjadi salah satu faktor resiko terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah. Berdasarkan data Southeast Asia Tobacco Control Alliance tahun 2018, Indonesia merupakan negara dengan jumlah perokok tertinggi se-Asia Tenggara (36,3%). Risesdas 2018, menyatakan bahwa jumlah perokok di DKI Jakarta mencapai 26% dengan prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter sebesar 1,9%. 2 Angka prevalensi ini akan terus meningkat seiring dengan semakin tingginya kebiasaan merokok masyarakat Indonesia (Yesisca & Nataprawira, 2021).

WHO mencatat lebih dari 117 juta orang meninggal akibat penyakit jantung koroner pada tahun 2002 dan akan meningkat 11 juta orang pada tahun 2020. Berdasarkan beberapa penelitian mengenai. Penyakit Jantung Koroner (PJK) menerangkan bahwa penyakit jantung koroner merupakan penyakit kaum laki-laki. Laki-laki mengalami serangan jantung rata-rata 10 tahun lebih muda dari perempuan. Hal tersebut disebabkan karena adanya efek proteksi atau perlindungan diri yang terdapat pada perempuan berupa hormon estrogen (Mulyani et al., 2018).

Jantung sendiri adalah organ vital yang berfungsi sebagai pemompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi ke seluruh tubuh. Apabila jantung mengalami gangguan, peredaran darah dalam tubuh dapat terganggu. Sampai saat ini penyakit jantung masih menjadi salah satu penyebab utama kematian tertinggi di Indonesia dan dunia baik pria maupun wanita pada segala usia. Penyakit jantung khususnya penyakit jantung koroner adalah penyakit jantung yang disebabkan oleh adanya penyumbatan pada pembuluh darah arteri oleh tumpukan plak maupun zat-zat kimia dari makanan dan minuman. Hal tersebut membuat adanya penggumpalan darah pada bagian arteri sehingga aliran darah terganggu.

Sasaran kegiatan edukasi ini adalah untuk seluruh masyarakat khususnya untuk masyarakat yang berjenis kelamin laki-laki dan lansia. Seiring pertambahan usia, maka terjadi penyakit degeneratif antara lain penyakit jantung koroner. Kasus dengan penyakit jantung koroner salah satu jenis kasus yang umumnya diderita oleh kalangan siapa saja, khususnya penyakit ini meningkat pada kalangan orang tua (lansia). Disebabkan oleh berbagai faktor yang dapat menyebabkan peningkatan timbulnya atau deposit kolesterol yang mempersempit pembuluh diseluruh tubuh termasuk pembuluh koroner. Faktor-faktor tersebut antara lain asap rokok, hipertensi, kadar kolesterol dan trigliserida darah yang tinggi, aktivitas fisik yang kurang, obesitas, diabetes, alkohol, riwayat penyakit jantung dalam keluarga dan jenis kelamin (Suri, 2021).

Kegiatan dilakukan dengan pemberian materi melalui media poster. Materi dilakukan dengan metode menyebarkan poster dan brainstorming untuk menggali kemampuan dan pengetahuan masyarakat (Nur Ani ; Sulisti, 2022). Pemasangan poster dipasang di etalase penyimpanan alat sholat yang ada di masjid yang ditujukan agar saat warga mengambil alat sholat bisa melihat poster tersebut, lalu dipasang di samping dinding rumah kader posyandu karena kegiatan sering dilakukan di rumah kader posyandu, dan di papan yang ada di poskamling karena warga disana masih menerapkan poskamling yang dilakukan secara bergantian oleh

warga RT 05. Kegiatan pemasangan poster yang dilaksanakan hari Senin, 18 Juli 2022. Pemasangan poster dapat dijadikan sebagai media edukasi kesehatan tertulis yang dibuat menjadi lebih sederhana agar mudah dipahami. Pemasangan poster diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dusun Gebang RT 05 RW 45.

Hasil intervensi didapatkan hasil bahwa para masyarakat sudah cukup paham mengenai apa itu penyakit jantung dan rutin mengecek kesehatan dengan cara melakukan skrining, melakukan pengobatan rutin, menjaga pola makan, melakukan aktivitas seperti senam aerobik untuk senam jantung, dan menghindari rokok serta alkohol.



Gambar 1. Kegiatan Posbindu (a), Pemasangan Poster di Etalase Masjid (b), Pemasangan Poster di Kader Posyandu (c), Pemasangan Poster di Poskamling (d)

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan di Dusun Gebang RT 05/ RW 45 Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta bahwa kondisi penyakit tidak menular terbanyak adalah Penyakit Jantung yang didapatkan dari pada saat MMD dengan para tokoh masyarakat. Solusi atau Intervensi yang dilakukan untuk mengatasi masalah penyakit jantung yaitu dengan memasang poster pada hari Senin tanggal 18 Juli 2022.

Setelah dilakukannya kegiatan ini diharapkan masyarakat memperhatikan faktor risiko yang menjadi pemicu penyakit jantung dan melakukan cek kesehatan secara rutin sebagai upaya mencegah adanya penyakit jantung serta dapat merubah pola hidup menjadi lebih sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak yang telah memberi dukungan sehingga pelaksanaan kegiatan community diagnosis ini bisa berjalan dengan lancar yaitu, kepada dosen pembimbing lapangan, kepada seluruh masyarakat Dusun Gebang RT 05 RW 45 dan para tokoh masyarakat seperti Bapak Dukuh, Bapak/Ibu RT, Bapak/Ibu RW, dan Kader Posyandu yang sudah mau mengizinkan dan membantu kegiatan dari awal sampai selesai.

DAFTAR REFERENSI

- Nur Ani ; Sulisti. (2022). IJECS: Indonesian Journal of Empowerment and Community Services. *Indonesian Journal of Empowerment and Community Services*, 03(01), 01–07.
- Annisa, R. (2019). Analisis Komparasi Algoritma Klasifikasi Data Mining Untuk Prediksi Penderita Penyakit Jantung. *JTIK (Jurnal Teknik Informatika Kaputama)*, 3(1), 22–28.
- Aprilina, D. O., Ratri, Y. R. M., Sukmawati, N., Azizah, I. Z., Triasningrum, M. J., Wardhani, D. R. K., Rahmah, F., Suryana, I., Suryana, A., & Suswardany, D. L. (2021). *Peningkatan Pengetahuan Orang Tua Tentang Kejadian Diare Pada Anak Melalui Penyuluhan Daring Berbasis WhatsApp Group di Desa Cikande Permai, Kabupaten Serang*.

- Arianto, M. E. (2021). EDUKASI PERILAKU AMAN PADA PEKERJA HOTEL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGUNTAPAN III KABUPATEN BANTUL PROVINSI YOGYAKARTA. *IJECS: Indonesian Journal of Empowerment and Community Services*, 2(1), 36–41.
- Aswara, H., & Efendi, H. (2022). PERBANDINGAN KADAR LOW DENSITY LIPOPROTEIN PADA PENDERITA PENYAKIT JANTUNG KORONER DENGAN PENDERITA NON-PENYAKIT JANTUNG KORONER. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, 11(1), 22–30.
- Azki, F. F., & Rokhaidah, R. (2019). PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN METODE BRAINSTORMING DAN MEDIA AUDIOVISUAL BERPENGARUH TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG PENCEGAHAN DIFTERI. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 3(2), 1–6.
- Mulyani, N. S., al Rahmad, A. H., & Jannah, R. (2018). Faktor resiko kadar kolesterol darah pada pasien rawat jalan penderita jantung koroner di RSUD Meuraxa. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), 132–140.
- Pulungan, R. M., & Karima, U. Q. (2020). Pembentukan Pos Edukasi PTM (Penyakit Tidak Menular) di Puskesmas Cikukur. *IKRA-ITH ABDIMAS*, 3(3), 91–96.
- Safrul, S. A., Ginting, D., & Sinaga, J. (2018). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terhadap Terjadinya Penyakit Jantung Koroner Di Poli Jantung RSUD Pirngadi Medan Tahun 2017. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 3(1), 41–49.
- Saraswati, D., & Lina, N. (2020). FAKTOR RISIKO PENYAKIT JANTUNG PADA MASYARAKAT DI POS PEMBINAAN TERPADU (POSBINDU) PUSKESMAS CIBEUREUM. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health and Science Community*, 4(1), 1–7.
- Suri, M. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Penyakit Jantung Koroner pada Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Rawasari. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(3), 249–254.
- Yesisca, Y., & Nataprawira, S. M. D. (2021). Gambaran kebiasaan merokok dengan gejala kesemutan di jari-jari ekstremitas pada masyarakat Jabodetabek. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 414–423.