



PENYULUHAN DAN EDUKASI PENCEGAHAN PENYAKIT JANTUNG KORONER DI RS GOETENG TARUNADIBRATA PURBALINGGA

CORONARY HEART DISEASE PREVENTION COUNSELING AND EDUCATION AT GOETENG TARUNADIBRATA PURBALINGGA HOSPITAL

Yunia Annisa

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email: yuniaannisa@ump.ac.id

Article Info

Article history :

Received : 11-08-2024

Revised : 16-08-2024

Accepted : 18-08-2024

Published: 20-08-2024

Abstract

Coronary Heart Disease (CHD) is one of the main causes of death in the world, including in Indonesia. This disease can be prevented by adopting a healthy lifestyle and understanding the existing risk factors. The Faculty of Medicine, Muhammadiyah University Purwokerto (FK UMP) carried out community service activities in the form of counseling and education at Goeteng Tarunadibrata Hospital Purbalingga in July 2024. This activity aims to increase public knowledge about CHD and how to prevent it. The methods used are lectures, discussions and direct practice with pre-test and post-test evaluations. The results of the activity showed a significant increase in participants' understanding of CHD and preventive measures.

Keywords: *Coronary Heart Disease, Counseling, Education, Prevention, Goeteng Tarunadibrata Hospital*

Abstrak

Penyakit Jantung Koroner (PJK) merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia, termasuk di Indonesia. Penyakit ini dapat dicegah dengan mengadopsi pola hidup sehat dan memahami faktor risiko yang ada. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Purwokerto (FK UMP) melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan edukasi di RS Goeteng Tarunadibrata Purbalingga pada bulan Juli 2024. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang PJK dan cara pencegahannya. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, dan praktek langsung dengan evaluasi pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman peserta mengenai PJK dan langkah-langkah pencegahannya.

Kata kunci: **Penyakit Jantung Koroner, Penyuluhan, Edukasi, Pencegahan, RS Goeteng Tarunadibrata**

PENDAHULUAN

Penyakit Jantung Koroner (PJK) adalah salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan menjadi penyebab utama kematian di dunia, termasuk di Indonesia (Ghani et al., 2016). PJK terjadi ketika aliran darah yang kaya oksigen ke otot jantung terhambat oleh penumpukan



plak di arteri koroner (Djohan, 2004). Kondisi ini dapat menyebabkan angina (nyeri dada) dan, dalam kasus yang lebih parah, serangan jantung yang dapat berakibat fatal (Yahya & Sp JP K, 2010). Menurut data Kementerian Kesehatan Indonesia, PJK menyumbang lebih dari 30% kematian terkait penyakit kardiovaskular setiap tahunnya (Riskesdas, 2015).

Penyebab utama PJK meliputi hipertensi, kadar kolesterol dan trigliserida yang tinggi, diabetes, kebiasaan merokok, serta peradangan pada pembuluh darah. Selain itu, faktor risiko lain seperti obesitas, gaya hidup yang tidak aktif, dan stres yang tidak terkontrol juga berkontribusi terhadap perkembangan penyakit ini (Ghani et al., 2016). Mengingat dampak signifikan PJK terhadap kesehatan masyarakat, diperlukan upaya pencegahan yang komprehensif yang melibatkan edukasi dan perubahan perilaku.

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Purwokerto (FK UMP) merasa terdorong untuk berkontribusi dalam upaya pencegahan PJK melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Pada bulan Juli 2024, FK UMP melaksanakan penyuluhan dan edukasi tentang pencegahan PJK di RS Goeteng Tarunadibrata Purbalingga. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai PJK serta mendorong mereka untuk mengadopsi pola hidup sehat sebagai langkah pencegahan.

Pelaksanaan penyuluhan ini sangat relevan mengingat tingginya angka kejadian PJK di Purbalingga dan sekitarnya. Selain itu, penyuluhan ini juga diharapkan dapat memberikan dampak positif jangka panjang dengan mendorong masyarakat untuk secara aktif terlibat dalam menjaga kesehatan jantung mereka. Dengan pendekatan edukasi yang komprehensif, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku yang signifikan dalam masyarakat, sehingga risiko PJK dapat diminimalkan.

METODOLOGI

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan pendekatan yang sistematis dan terstruktur. Kegiatan ini berlangsung pada bulan Juli 2024 di RS Goeteng Tarunadibrata Purbalingga, dengan peserta yang terdiri dari pasien, keluarga pasien, dan masyarakat umum yang berada di sekitar rumah sakit. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini meliputi ceramah, diskusi interaktif, dan praktek langsung.

1. Persiapan Kegiatan

Sebelum kegiatan dilaksanakan, dilakukan koordinasi dengan pihak RS Goeteng Tarunadibrata untuk menentukan waktu, tempat, dan fasilitas yang dibutuhkan. Tim dari FK UMP juga melakukan persiapan materi yang mencakup informasi tentang PJK, faktor risiko,



gejala, dan langkah-langkah pencegahan. Materi ini disusun dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh masyarakat awam. Selain itu, juga disiapkan alat peraga seperti poster, leaflet, dan video edukasi yang akan digunakan selama penyuluhan.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan penyuluhan dibagi menjadi tiga sesi utama. Sesi pertama adalah ceramah yang disampaikan oleh dokter spesialis jantung dari FK UMP. Dalam sesi ini, peserta diberikan informasi mendalam tentang PJK, mulai dari definisi, penyebab, gejala, hingga komplikasi yang dapat terjadi. Selain itu, juga dibahas mengenai pentingnya deteksi dini dan pengobatan yang tepat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Sesi kedua adalah diskusi interaktif, di mana peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai topik yang telah disampaikan. Diskusi ini dipandu oleh tim dari FK UMP dan bertujuan untuk memperdalam pemahaman peserta serta memberikan solusi atas pertanyaan atau keraguan yang mereka miliki terkait PJK.

Sesi ketiga adalah praktek langsung, di mana peserta diajak untuk mempraktekkan beberapa langkah pencegahan PJK, seperti teknik relaksasi untuk mengelola stres, latihan fisik ringan yang dapat dilakukan sehari-hari, dan cara-cara mengukur tekanan darah dan kadar gula darah secara mandiri. Sesi praktek ini diharapkan dapat memberikan pengalaman langsung kepada peserta sehingga mereka lebih siap untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

3. Evaluasi Kegiatan

Untuk mengukur efektivitas penyuluhan, dilakukan evaluasi dengan metode pre-test dan post-test. Pre-test dilakukan sebelum penyuluhan dimulai untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai PJK. Setelah penyuluhan selesai, dilakukan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Selain itu, peserta juga diminta untuk mengisi kuesioner terkait kepuasan mereka terhadap materi dan metode penyuluhan yang digunakan.

4. Analisis Data

Data dari pre-test dan post-test dianalisis untuk melihat perubahan pengetahuan peserta. Hasil analisis ini digunakan untuk mengevaluasi keberhasilan kegiatan penyuluhan dan menentukan area yang masih memerlukan perbaikan. Analisis kuesioner juga dilakukan untuk mengidentifikasi aspek-aspek yang perlu ditingkatkan dalam pelaksanaan penyuluhan di masa mendatang.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini berhasil dilaksanakan sesuai dengan rencana dan memperoleh respons yang sangat positif dari peserta. Dari hasil pre-test, diketahui bahwa tingkat pengetahuan awal peserta mengenai PJK masih rendah, dengan rata-rata skor hanya 40%. Setelah mengikuti penyuluhan, skor rata-rata peserta meningkat menjadi 75%, menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pemahaman mereka mengenai PJK.

Selama sesi ceramah, peserta sangat antusias dan aktif bertanya, terutama mengenai gejala awal PJK dan langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan sehari-hari. Diskusi interaktif yang diadakan setelah ceramah juga berjalan dengan baik, di mana banyak peserta yang berbagi pengalaman pribadi mereka terkait kesehatan jantung dan mendapatkan saran dari dokter yang hadir. Diskusi ini tidak hanya memperkaya pengetahuan peserta tetapi juga memberikan mereka kesempatan untuk mendapatkan solusi langsung atas masalah kesehatan yang mereka hadapi.

Sesi praktek langsung juga mendapat apresiasi tinggi dari peserta. Banyak dari mereka yang merasa terbantu dengan praktek ini, terutama dalam memahami cara-cara sederhana yang dapat dilakukan di rumah untuk mencegah PJK. Misalnya, peserta diajarkan cara mengukur tekanan darah dengan benar, yang merupakan salah satu langkah penting dalam memantau risiko PJK. Peserta juga diajak untuk melakukan latihan fisik ringan yang dapat membantu menjaga kesehatan jantung mereka.

Namun, pelaksanaan kegiatan ini tidak lepas dari tantangan. Salah satu tantangan yang dihadapi adalah keterbatasan waktu, mengingat banyaknya materi yang harus disampaikan dalam waktu yang terbatas. Selain itu, perbedaan latar belakang pendidikan dan tingkat pemahaman di antara peserta juga menjadi tantangan tersendiri, yang memerlukan penyesuaian dalam cara penyampaian materi. Meski demikian, tim penyuluh berusaha untuk menyederhanakan informasi dan memberikan penjelasan yang mudah dipahami oleh semua peserta.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan dan edukasi mengenai PJK dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Peningkatan pengetahuan yang signifikan menunjukkan bahwa metode yang digunakan efektif dalam menyampaikan informasi kepada peserta. Selain itu, kegiatan ini juga berhasil memotivasi peserta untuk lebih peduli terhadap kesehatan jantung mereka dan mengambil langkah-langkah pencegahan yang diperlukan.



KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan dan edukasi tentang pencegahan Penyakit Jantung Koroner yang dilakukan oleh Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Purwokerto di RS Goeteng Tarunadibrata Purbalingga pada bulan Juli 2024 berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai PJK. Peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan menunjukkan bahwa penyuluhan ini efektif dalam menyampaikan informasi dan mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pencegahan PJK

DAFTAR PUSTAKA

- Djohan, T. B. A. (2004). Penyakit Jantung Koroner Dan Hypertensi. *Ahli Penyakit Jantung Fakultas Kedokteran Unversitas Sumatera Utara*, 1–7.
- Ghani, L., Susilawati, M. D., & Novriani, H. (2016). Faktor risiko dominan penyakit jantung koroner di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 44(3), 153–164.
- Riskesdas. (2015). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2015. *Laporan Nasional 2015*, 1–384. <https://doi.org/10.24127/riskesdas.v4i1.10000> Desember 2015
- Yahya, A. F., & Sp JP K, F. (2010). *Menaklukkan Pembunuh No. 1: Mencegah dan Mengatasi Penyakit Jantung Koronenr Secara Tepat dan Cepat*. Qanita.