

ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

Penyuluhan Serangan Jantung dan Pencegahan Penyakit Jantung Pada Masyarakat Sei Mati Kecamatan Medan Maimun

Melviana Lubis^{1*}, Nabila Zulchairina¹

^{1*} Departemen Farmakologi dan Terapi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217, Sumatera Utara

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217, Sumatera Utara

Email korespondensi: melvianalubis@umsu.ac.id

Abstrak: *Infark* miokardia memiliki beberapa etiologi, yaitu ruptur plak aterosklerosis, arteri mengalami penyumbatan total karena trombus, aktivitas fisik yang berat, dan juga stres. Terdapat juga faktor risiko yang berpeluang dalam meningkatkan risiko terjadi infark miokardia seperti riwayat merokok, hiperlipidemia, diabetes melitus, kurangnya aktivitas fisik, dan juga obesitas. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui edukasi penyakit jantung dan cara menjaga agar jantung tetap sehat Pada Masyarakat Sei Mati Kecamatan Medan Maimun, Provinsi Sumatera Utara. Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk kuliah kerja nyata (KKN) mandiri, dilaksanakan berupa kegiatan pemeriksaan tekanan darah yang dilanjutkan dengan kegiatan penyuluhan lapangan. Kegiatan ini berhasil melibatkan pemerintahan setempat dan warga sebanyak 15 orang dan berusia diatas 30 tahun, yang diharapkan dapat dicapai dalam kegiatan deteksi dini infark miokardia dan gaya hidup yang kurang baik, serta mungkin juga terbentuknya kebersamaan yang aktif dalam menjaga silaturahmi antar sesama di Lingkungan VI, Kelurahan Sei Mati. Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh warga yang terlibat dalam kegiatan ini terdeteksi menderita gangguan tekanan darah yang berpotensi menderita penyakit pembuluh darah jantung, dengan dilakukannya penyuluhan kesehatan ini diharapkan warga dapat lebih memperhatikan pola hidup sehat dan penyakit yang dideritanya sehingga terhindar dari serangan jantung.

Kata kunci: penyuluhan, serangan jantung, *infark* miokardia

PENDAHULUAN

Infark miokardia memiliki beberapa etiologi, yaitu; ruptur plak aterosklerosis, arteri mengalami penyumbatan total karena trombus, aktivitas fisik yang berat, dan juga stres. Terdapat juga faktor risiko yang berpeluang dalam meningkatkan risiko terjadi *infark* miokardia seperti riwayat merokok, hiperlipidemia, diabetes melitus, kurangnya aktivitas fisik, dan juga obesitas.¹

Data Survei Wawancara Kesehatan dari *The National Health Interview Survey* (NHIS) tahun 2014 menemukan bahwa 47,2% orang dewasa di Amerika Serikat (AS) dapat menyatakan kelima gejala umum serangan jantung (ketidaknyamanan pada rahang, leher, atau punggung; kelemahan atau pusing; ketidaknyamanan dada; ketidaknyamanan lengan atau bahu; dan sesak napas). nafas) dan tahu untuk menelepon 9-1-1 jika seseorang mengalami serangan jantung. Untuk menilai perubahan kesadaran dan respons terhadap serangan jantung, *Centre of Disease Control and Prevention* (CDC) menganalisis data dari NHIS untuk melaporkan kesadaran akan gejala serangan jantung dan menelepon 9-1-1 di kalangan orang dewasa AS pada tahun 2008, 2014, dan 2017.²

Persentase orang yang mengetahui hal tersebut telah disesuaikan. kelima gejala umum serangan jantung meningkat dari 39,6% pada tahun 2008 menjadi 50,0% pada tahun 2014 dan menjadi 50,2% pada tahun 2017. Persentase penyesuaian orang dewasa yang mengetahui untuk menelepon 9-1-1 jika seseorang mengalami serangan jantung meningkat dari 91,8% pada tahun 2008 menjadi 93,4% pada tahun 2014 dan menjadi 94,9% pada tahun 2017.³

Kesenjangan yang terus-menerus dalam kesadaran akan gejala serangan

jantung diamati berdasarkan karakteristik demografi dan kelompok risiko kardiovaskular. Inisiatif kesadaran kesehatan masyarakat dan integrasi sistematis dari kesadaran dan tindakan yang tepat dalam menanggapi dugaan serangan jantung harus diperluas ke seluruh rangkaian layanan sistem kesehatan.⁴

Upaya preventif berupa mengubah gaya hidup yang sehat diperlukan untuk mencegah terjadinya *infark* miokardia, yakni dengan cara mengurangi konsumsi makanan instan maupun makanan berlemak di mana hal ini dapat memicu timbulnya penumpukan lemak dalam tubuh sehingga terjadi obesitas yang merupakan faktor risiko *infark* miokardia, olahraga setiap hari, dan mengurangi merokok.⁵

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui edukasi penyakit jantung dan cara menjaga agar jantung tetap sehat Pada Masyarakat Sei Mati Kecamatan Medan Maimun, Provinsi Sumatera Utara.

METODE

Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam rangka kuliah kerja nyata (KKN), kegiatan ini mengambil judul edukasi penyakit jantung dan cara menjaga agar jantung tetap sehat Pada Masyarakat Sei Mati, Kecamatan Medan Maimun, Provinsi Sumatera Utara. Metode yang digunakan dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata Mandiri 2023 ini dilakukan secara langsung dan dilakukan dalam bentuk kegiatan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan pada warga di lingkungan VI, Kelurahan Sei Mati, Kecamatan Medan Maimun, Provinsi Sumatera Utara yang dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 26 bulan Agustus tahun 2023. Responden atau

jumlah peserta sosialisasi serangan jantung ini sebanyak 15 orang.

HASIL DAN DISKUSI

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan pemeriksaan pada warga di lingkungan VI, Kelurahan Sei Mati, Kecamatan Medan Maimun, Provinsi Sumatera Utara telah terlaksana dengan baik mulai dari tahap persiapan hingga tahap evaluasi.

Sebelum melaksanakan kegiatan tersebut, terlebih dahulu melakukan survei perizinan untuk melakukan KKN Mandiri di Kelurahan Sei Mati yang melibatkan kepala lurah dan Lingkungan VI yang melibatkan kepala lingkungan. Pelaksanaan program kerja yaitu berupa kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan yang diikutsertakan oleh warga yang berpartisipasi di Lingkungan VI.

Kegiatan ini dilaksanakan dimulai dari pencatatan identitas warga sebanyak 15 orang kemudian dilakukan pemeriksaan tekanan darah kemudian dilakukan penyuluhan. Dalam kegiatan ini, seluruh anggota KKN ikut serta juga dalam kegiatan penyuluhan di mana penyuluhan ini dipaparkan menggunakan poster. Peserta pada kegiatan ini merupakan warga yang berusia 30 tahun ke atas. Didapatkan hasil 15 peserta mengalami hipertensi, dan berisiko mengalami serangan jantung.



Gambar 1. Kegiatan edukasi pada warga Lingkungan VI kelurahan Sei Mati



Gambar 2. Kegiatan pemeriksaan tekanan darah pada warga Lingkungan VI kelurahan Sei Mati

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengenalkan kepada masyarakat pentingnya gaya hidup sehat dalam menjaga jantung dan sirkulasi darah di dalam tubuh dan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga kebugaran tubuh. Adapun manfaat yang diperoleh dari kegiatan ini yaitu mendapatkan pengenalan mengenai gaya hidup sehat untuk tubuh dan kebugaran jasmani.

Sasaran yang dapat dicapai dalam laporan KKN dengan tema edukasi penyakit jantung dan cara menjaga agar jantung tetap sehat meliputi peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan melalui gaya hidup sehat, mengedukasi masyarakat mengenai perlakuan yang baik untuk menjaga, serta mengukur dampak positif dari hidup sehat terhadap kesehatan masyarakat, kebersamaan masyarakat setempat.

Hasil yang dicapai dalam laporan KKN dengan tema edukasi penyakit jantung dan cara menjaga agar jantung tetap sehat antara lain peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan penyuluhan, mengetahui bagaimana menjaga kualitas hidup yang lebih baik lagi, serta mungkin juga terbentuknya kebersamaan yang aktif dalam menjaga silaturahmi antar sesama di Lingkungan VI, Kelurahan Sei Mati.

KESIMPULAN

Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh warga yang terlibat dalam kegiatan ini terdeteksi menderita gangguan tekanan darah yang berpotensi menderita penyakit pembuluh darah jantung, dengan dilakukannya penyuluhan kesehatan ini diharapkan warga dapat lebih memperhatikan pola hidup sehat dan penyakit yang dideritanya sehingga terhindar dari serangan jantung.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu, baik yang ikut berpartisipasi maupun yang membantu keberlangsungan kegiatan ini. Harapan kami kegiatan ini berguna untuk menambah atau memperkaya informasi dan pengetahuan untuk dituangkan dalam laporan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh masyarakat Lingkungan VI, Kelurahan Sei Mati, Kecamatan Medan Maimun, Provinsi Sumatera Utara yang telah menjalin kerja sama yang baik dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Clifford, C.R., Le May, M., Chow, A., Boudreau, R., Fu, A.Y.N., Barry, Q., Chong, A.Y., So, D.Y.F., 2021. Delays in ST-Elevation Myocardial Infarction Care During the COVID-19 Lockdown: An Observational Study. *CJC Open* 3: 565–573. doi:10.1016/j.cjco.2020.12.
2. Dou, Q., Wang, W., Wang, H., Ma, Y., Hai, S., Lin, X., Liu, Y., Zhang, X., Wu, J., Dong, B., 2019. Prognostic value of frailty in elderly patients with acute coronary

syndrome: A systematic review and meta-analysis. *BMC Geriatr.* 19: 1–10. doi:10.1186/s12877-019-1242-8

3. El Ouazzani, J., Ghalem, A., El Ouazzani, G., Ismaili, N., El Ouafi, N., 2018. Management of hyperglycemia during and in the immediate follow-up of acute coronary syndrome. *J. Saudi Hear. Assoc.* 30:113–121. doi:10.1016/j.jsha.2017.08.003WH O.
4. Fanta, K., Daba, F.B., Tegene, E., Melaku, T., Fekadu, G., Chelkeba, L., 2021. Management quality indicators and in-hospital mortality among acute coronary syndrome patients admitted to tertiary hospitals in Ethiopia: prospective observational study. *BMC Emerg. Med.* 21: 1–9. doi:10.1186/s12873-021-00433-30499-9
5. García-Blas, S., Cordero, A., Díez-Villanueva, P., Martínez-Avial, M., Ayesta, A., Ariza-Solé, A., Mateus-Porta, G., Martínez-Sellés, M., Escribano, D., Gabaldon-Perez, A., Bodi, V., Bonanad, C., 2021. Acute coronary syndrome in the older patient. *J. Clin. Med.* 10: 1–16. doi:10.3390/jcm10184132