



Edukasi dan pemeriksaan kesehatan anggota klub jantung sehat

Setyo Sri Rahardjo¹, Sinu Andhi Jusup¹, Dono Indarto¹, Sri Wulandari¹, Yuliana Heri Suselo¹, Ratna Kusumawati¹, Heru Sulastomo¹, Niniek Purwaningtyas¹, Tri Nugraha Susilawati^{*1}

¹ Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta, Indonesia

Dikirim: 12 Oktober 2023, **Disetujui:** 18 Oktober 2023

Intisari

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia secara nasional memperlihatkan bahwa penyakit tidak menular (PTM) terutama penyakit kardiovaskular (PKV) cenderung mengalami peningkatan. Hal tersebut terjadi juga di wilayah kota Surakarta. Tim Pengabdian berinisiatif melaksanakan kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anggota Klub Jantung Sehat (KJS) terkait PKV sekaligus untuk skrining faktor risiko PKV yang meliputi hipertensi, hiperkolesterol, diabetes mellitus (DM), dan obesitas. Metode yang digunakan berupa penyuluhan dan pemeriksaan tekanan darah, gula darah sewaktu, kolesterol dan antropometri. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 85 anggota KJS dan diselenggarakan pada hari Minggu, 18 Juni 2023 jam 07.00 - 09.00 di Fakultas Keolahragaan Universitas Sebelas Maret (FKOR UNS) Jl. Menteri Supeno, Manahan, Banjarsari Kota Surakarta Jawa Tengah. Dari kegiatan pengabdian masyarakat ini pemahaman para anggota KJS terkait PKV melalui diskusi dan tanya jawab selama penyuluhan dan konseling selama pemeriksaan kesehatan mengalami peningkatan. Kegiatan sejenis perlu dilakukan secara rutin dan berkesinambungan sebagai upaya preventif dan promotif terhadap penyakit tidak menular di masyarakat.

Kata kunci: Pemeriksaan Kesehatan; Penyakit Kardiovaskuler; Penyakit Tidak Menular

***Corresponding author:** Tri Nugraha Susilawati, email: tri.susilawati@staff.uns.ac.id

***Cite this as:** Rahardjo, S.S., Jusup, S. A., Indarto, D., Wulandari, S., Suselo, Y. H., Kusumawati, R., Sulastomo, H., Purwaningtyas, N., & Susilawati, T. N. (2023). Edukasi dan pemeriksaan kesehatan anggota klub jantung sehat. *Journal of Midwifery in Community*, 1(2), 35-39.

Pendahuluan

Data Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) 2018 memperlihatkan bahwa penyakit tidak menular (PTM) terutama penyakit kardiovaskular (PKV) cenderung mengalami peningkatan dibandingkan data Risikesdas 2013 (Kemenkes RI, 2018). Hasil analisis data kesehatan tahun 1990-2019 di Indonesia menunjukkan bahwa PKV maupun penyakit yang menjadi faktor risiko PKV merupakan penyakit utama penyebab kematian di Indonesia (Mboi et al., 2022). Fenomena serupa terjadi di wilayah kota Surakarta dimana penyakit terkait gangguan kardiovaskular menjadi penyebab kematian utama di wilayah Surakarta (DKK Surakarta, 2021).

Klub Jantung Sehat (KJS) Manahan Solo merupakan klub yang terbentuk atas inisiasi Yayasan Jantung Sehat Indonesia cabang Surakarta. Klub ini telah menyelenggarakan secara rutin kegiatan olahraga setiap hari Rabu dan Minggu pagi. Kegiatan penyuluhan kesehatan dan pengajian terkadang dilakukan walaupun tidak rutin dan sistematis. Klub ini telah berkegiatan aktif secara rutin selama bertahun-tahun namun belum optimal berperan dalam upaya edukasi dan deteksi dini faktor risiko PKV.

Berdasarkan uraian di atas dan mengacu Rencana Induk Riset Nasional (RIRN) tahun 2017-2045 dengan topik kesehatan dan obat serta dalam upaya pencegahan penyakit jantung dan pembuluh darah, Tim Pengabdian terdorong untuk melaksanakan pengabdian dengan pemberdayaan peran KJS Surakarta. Kegiatan pengabdian ini dilakukan sebagai upaya pemberdayaan organisasi yang telah ada di masyarakat untuk melakukan promotif dan preventif PKV di Kota Surakarta. Secara khusus, kegiatan pengabdian yang dilakukan saat ini bertujuan untuk menambah pengetahuan anggota KJS terkait PKV sekaligus untuk skrining faktor risiko PKV yang meliputi hipertensi, hiperkolesterol, diabetes mellitus (DM), dan obesitas.

Bahan dan Metode

Metode yang dilaksanakan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah dengan cara penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan. Materi penyuluhan meliputi pencegahan dan tata laksana hipertensi, DM, dan obesitas. Penyuluhan disampaikan

oleh dokter ahli jantung, yang diawali dengan menggali pengetahuan dari anggota KJS kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab atau diskusi dengan anggota KJS untuk mengetahui pemahaman materi PKV yang telah diberikan.

Adapun pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh Tim Pengabdian meliputi pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, gula darah sewaktu, dan antropometri (tinggi badan, berat badan, dan lingkar pingang-perut-panggul) untuk menentukan kriteria obesitas (WHO, 2000). Setelah pemeriksaan selesai, anggota KJS diberi kesempatan untuk berkonsultasi langsung dengan dokter yang tergabung dalam Tim Pengabdian terkait hasil yang didapatkan.

Hasil dan Pembahasan

Pada kegiatan ini terdeteksi sejumlah anggota KJS memiliki faktor risiko PKV. Dari hasil pemeriksaan tekanan darah, didapatkan 40,96% (34/83) orang dengan hipertensi. Sebanyak 19,51% (16/82) orang menderita DM, dan 47,56% (39/82) orang memenuhi kriteria obesitas. Adapun anggota KJS yang memiliki kadar kolesterol lebih dari normal sebanyak 72,36% (55/76).

Pengetahuan dan pemahaman terkait PKV dapat ditingkatkan ketika anggota KJS menyimak penyuluhan, aktif berdiskusi dan tanya jawab serta melakukan konseling. Pada awal penyuluhan, sebagian besar anggota KJS belum memahami dengan baik mengenai PKV. Di akhir penyuluhan, para anggota KJS dapat menjawab beberapa pertanyaan terkait PKV yang diajukan oleh Tim Pengabdian.

Penyakit tidak menular khususnya PKV merupakan tantangan besar di bidang kesehatan karena banyak mengenai usia produktif. Penyakit kardiovaskular ini bersifat kronik, progresif dan seringkali tanpa gejala pada awal perjalanan penyakitnya. Sebagian besar penderita PKV baru menunjukkan gejala ketika telah terjadi komplikasi. Oleh karena itu diperlukan langkah untuk mencegah PKV melalui pengendalian dan deteksi dini faktor risiko terjadinya PKV (Purnamasari, 2018)

Pengendalian PTM terutama PKV di Indonesia sekarang ini menjadi prioritas nasional dan telah dimasukkan ke dalam Program Pencegahan dan Pengendalian Penyakit tahun 2020-2024 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Oleh

karenanya, Pemerintah Indonesia mencanangkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) sebagai usaha dan cara pengendalian PTM. Strategi yang sedang digalakkan adalah penguatan sektor preventif dan promotif melalui pembiasaan hidup sehat dengan melibatkan berbagai komponen masyarakat (Kemenkes, 2020)

Faktor risiko utama PKV di Indonesia di antaranya adalah hipertensi, DM, indeks massa tubuh (IMT) yang tinggi, dan merokok (Mboi et al., 2022). Profil kesehatan kota Surakarta menunjukkan bahwa terdapat 3 PTM utama di Surakarta yang merupakan faktor risiko penting PKV yaitu hipertensi, DM dan obesitas. Dinas Kesehatan Kota (DKK) Surakarta melaporkan bahwa angka kejadian hipertensi, DM dan obesitas di Surakarta menunjukkan kenaikan yang signifikan pada tahun 2021 dibanding tahun 2020 (DKK Surakarta, 2021; 2022). Hipertensi adalah penyakit yang menduduki peringkat pertama sepuluh besar pola penyakit yang ditemukan pada bagian rawat jalan puskesmas kota Surakarta, sementara obesitas menempati peringkat ketiga (BPS, 2019)

Kesimpulan

Telah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan untuk mendeteksi penyakit kardiovaskuler. Kegiatan telah berhasil mencapai tujuannya yaitu meningkatkan pemahaman peserta penyuluhan dan mendeteksi anggota KJS Surakarta yang memiliki faktor risiko PKV. Perlu dilakukan upaya preventif dan promotif secara berkelanjutan untuk menekan insidensi PTM di masyarakat.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan pengabdian masyarakat ini serta kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UNS yang telah mendukung dan mendanai kegiatan ini (No. Kontrak: 229/UN27.22/PM.01.01/2023).

Referensi

- Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Surakarta. (2019). *Sepuluh Besar Pola Penyakit pada Rawat Jalan Puskesmas Kota Surakarta Tahun 2018*. Surakarta
- Dinas Kesehatan Kota (DKK) Surakarta. (2021). *Profil Kesehatan Kota Surakarta 2020*. Surakarta
- Dinas Kesehatan Kota (DKK) Surakarta. (2022). *Profil Kesehatan Kota Surakarta 2021*. Surakarta

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Arab dan Kebijakan Program Pencegahan dan Pengendalian penyakit Tabun 2020-2024*. Jakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Mboi, N., Syailendrawati, R., Ostroff, S. M., Elyazar, I. R., Glenn, S. D., Rachmawati, T., Nugraheni, W. P., Ali, P. B., Trisnantoro, L., Adnani, Q. E. S., Agustiya, R. I., Laksono, A. D., Aji, B., Amalia, L., Ansariadi, A., Antriyandarti, E., Ardani, I., Ariningrum, R., Aryastami, N. K., ... Mokdad, A. H. (2022). The state of health in Indonesia's provinces, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Global Health*, 10(11), e1632–e1645. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(22\)00371-0](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(22)00371-0)
- Purnamasari, D. (2018). The Emergence of Non-communicable Disease in Indonesia. *Acta Med Indonesia*, 50(4), 273–274.
- World Health Organization (WHO), Western Pacific Region. 2000. The Asia-Pacific perspective: Redefining obesity and its treatment. Disitasi 3 Juli 2023. URL: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/206936/0957708211_eng.pdf?sequence=1&is