

PENELITIAN ASLI

HEART HEALTH AWARENESS: MENUMBUHKAN KESADARAN MASYARAKAT TENTANG KESEHATAN JANTUNG DI KLINIK PRATAMA NUSANTARA KESEHATAN

Andre Prayoga^{1*}, Raissa Fitri¹, Syukur Berkat Waruwu¹, Grace Anastasia br Ginting¹, Rezza Fikrih Utama², Siti Maimunah³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia

²Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia

³Program Studi Analisa Farmasi dan Makanan, Fakultas Pendidikan Vokasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima: 15 Juni 2025

Direvisi: 23 Juni 2025

Diterima: 03 July 2025

Diterbitkan: 09 July 2025

Kata kunci: kesehatan jantung; pengabdian masyarakat; apoteker; edukasi kesehatan; promotif preventif

Penulis Korespondensi:

Andre Prayoga

Email: andre.prayyoga@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Penyakit jantung masih menjadi penyebab utama kematian di Indonesia dan dunia. Kurangnya pemahaman masyarakat terhadap faktor risiko serta pencegahan penyakit jantung menjadi latar penting untuk dilakukan edukasi kesehatan. **Tujuan:** Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan jantung. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 23 Mei 2025 di Klinik Pratama Nusantara Kesehatan, Jalan Bakti Luhur No. 17 Medan. Sasaran kegiatan adalah masyarakat sekitar lokasi kegiatan. Kegiatan terdiri dari edukasi kesehatan jantung, pemeriksaan tekanan darah, pengukuran denyut nadi, serta sesi konsultasi oleh dosen dan mahasiswa Program Studi Profesi Apoteker Universitas Sari Mutiara Indonesia. **Hasil:** Kegiatan ini diikuti oleh ±50 orang peserta dengan antusiasme tinggi. Lebih dari 30% peserta memiliki tekanan darah tinggi namun belum pernah mendapatkan edukasi atau pemeriksaan sebelumnya. Setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan pemahaman peserta terhadap faktor risiko dan pencegahan penyakit jantung berdasarkan hasil evaluasi singkat. **Kesimpulan:** Kegiatan edukasi kesehatan jantung ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran masyarakat, dan dapat dijadikan model untuk kegiatan promotif-preventif berkelanjutan di komunitas.



1. Pendahuluan

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular) merupakan penyebab kematian nomor satu secara global, termasuk di Indonesia. Data World Health Organization (WHO) tahun 2023 menunjukkan bahwa lebih dari 17,9 juta orang meninggal setiap tahun akibat penyakit ini, mencakup 31% dari total kematian global. Dari jumlah tersebut, lebih dari 75% terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, termasuk Indonesia (WHO, 2023).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi penyakit jantung di Indonesia mencapai 1,5%, dan cenderung meningkat setiap tahun. Kota-kota besar seperti Medan termasuk daerah yang memiliki risiko tinggi karena faktor urbanisasi, pola makan tinggi lemak, konsumsi garam berlebih, stres, kurang olahraga, serta merokok yang masih umum dijumpai di masyarakat. Salah satu hambatan terbesar dalam penanggulangan penyakit jantung adalah rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini dan perubahan gaya hidup sebagai langkah pencegahan (Kemenkes RI, 2019).

Edukasi kesehatan menjadi aspek penting dalam upaya promotif dan preventif. Edukasi tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mendorong masyarakat untuk melakukan tindakan nyata dalam menjaga kesehatannya. Peran tenaga kesehatan, termasuk apoteker, sangat strategis dalam hal ini. Apoteker bukan hanya sebagai penyedia obat, tetapi juga sebagai pendidik kesehatan masyarakat yang mampu menjelaskan faktor risiko, pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan, dan cara menjalani hidup sehat berbasis bukti (evidence-based practice) (Putri et al., 2022).

Mahasiswa apoteker sebagai calon tenaga kesehatan profesional juga perlu diberi ruang dan pengalaman dalam berinteraksi langsung dengan masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat menjadi sarana pembelajaran transformatif yang tidak hanya bermanfaat bagi masyarakat, tetapi juga memperkuat kompetensi sosial, komunikasi, dan edukasi mahasiswa di lapangan. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat bertema *Heart Health Awareness*, dosen dan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Universitas Sari Mutiara Indonesia ingin mengambil peran dalam peningkatan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan jantung melalui edukasi, skrining sederhana, dan konsultasi kesehatan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap risiko

penyakit jantung, pentingnya deteksi dini, dan peran gaya hidup sehat dalam pencegahan penyakit jantung.

2. Metode

2.1 Desain Penelitian

Desain kegiatan ini bersifat deskriptif-kualitatif dalam bentuk kegiatan edukasi, skrining kesehatan, dan konsultasi.

2.2 Pengaturan dan Sampel

Kegiatan dilakukan pada tanggal 23 Mei 2025 bertempat di Klinik Pratama Nusantara Kesehatan, Jalan Bakti Luhur No. 17 Medan. Partisipan adalah masyarakat sekitar lokasi kegiatan yang hadir secara sukarela.

2.3 Intervensi

Kegiatan terdiri atas:

1. Edukasi kesehatan tentang anatomi dan fungsi jantung, faktor risiko penyakit jantung, dan pencegahan penyakit kardiovaskular.
2. Pemeriksaan tekanan darah dan denyut nadi.
3. Sesi konsultasi dengan tenaga farmasi (dosen dan mahasiswa apoteker).

2.4 Pengukuran dan pengumpulan data

Pengumpulan data dalam kegiatan ini dilakukan melalui pendekatan observasional dan partisipatif, yang umum digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat berbasis komunitas (community-based health promotion). Langkah-langkah pengumpulan data mencakup:

1. Pencatatan Data Skrining Fisik

Data tekanan darah dan denyut nadi diukur menggunakan alat digital yang telah dikalibrasi. Pemeriksaan dilakukan oleh mahasiswa apoteker dengan supervisi dosen. Standar pengukuran mengikuti pedoman dari American Heart Association (AHA), yaitu: peserta duduk tenang selama minimal 5 menit, pengukuran dilakukan pada lengan yang sejajar dengan jantung, dan hasil dicatat dalam formulir pemeriksaan (AHA, 2023).

2. Observasi dan Wawancara Ringan

Untuk menilai pengetahuan awal dan pemahaman peserta setelah edukasi, dilakukan wawancara terbuka dan diskusi kelompok kecil. Pendekatan ini didasarkan pada metode *rapid appraisal* yang efektif dalam evaluasi edukasi berbasis masyarakat (Hasson et al., 2020).

3. Instrumen Non-Formil Evaluatif

Kuesioner singkat disusun untuk mengetahui perubahan pemahaman peserta mengenai topik-topik seperti: tekanan darah, faktor risiko penyakit jantung, gaya hidup sehat, dan pentingnya deteksi dini. Kuesioner ini bersifat non-skala dan dikembangkan secara praktis untuk kepentingan kegiatan pengabdian, sesuai dengan pedoman pengembangan instrumen edukatif komunitas (Macabasco-O'Connell et al., 2017).

4. Dokumentasi Visual

Pengambilan gambar kegiatan dilakukan sebagai bagian dari dokumentasi

untuk mendukung laporan kegiatan dan pelaporan visual terhadap respons dan keterlibatan peserta.

2.5 Analisis data

Data dianalisis secara deskriptif dan dibandingkan sebelum dan sesudah kegiatan melalui tanya jawab dan diskusi.

2.6 Pertimbangan etika

Kegiatan ini bersifat sukarela, dan semua peserta telah memberikan persetujuan lisan untuk mengikuti rangkaian kegiatan.

3. Hasil

Kegiatan ini diikuti oleh ± 50 peserta dari masyarakat sekitar. Mayoritas peserta merupakan usia dewasa hingga lanjut usia (30–65 tahun). Kegiatan terbagi menjadi tiga sesi utama: edukasi kesehatan jantung, pemeriksaan tekanan darah dan denyut nadi, serta konsultasi individu oleh dosen dan mahasiswa apoteker. Hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa 35% peserta memiliki tekanan darah tinggi ($\geq 140/90$ mmHg).

Edukasi diberikan menggunakan media poster dan tanya jawab interaktif. Evaluasi informal menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap pentingnya menjaga tekanan darah, pola makan, olahraga, dan pengelolaan stres.

3.1 Karakteristik Peserta

Sebagian besar peserta berusia antara 30–65 tahun, dengan proporsi gender hampir seimbang (52% perempuan dan 48% laki-laki). Sebanyak 60% peserta mengaku belum pernah melakukan pemeriksaan tekanan darah dalam enam bulan terakhir.

3.2 Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah dan Denyut Nadi

Tabel 1. Hasil Skrining Tekanan Darah Peserta

Kategori Tekanan Darah Jumlah Peserta Persentase		
Normal ($<120/80$)	20	40%
Pre-hipertensi	12	24%
Hipertensi $\geq 140/90$	18	36%

Sumber: Data dokumentasi kegiatan lapangan (2025)

Hasil ini sejalan dengan temuan nasional dan global yang menunjukkan tingginya prevalensi tekanan darah tinggi di masyarakat umum. Berdasarkan laporan *Global Health Observatory (GHO) WHO* (2023), sekitar 1 dari 3 orang dewasa di dunia mengalami hipertensi, namun hanya separuhnya yang menyadari kondisinya.

Dalam konteks Indonesia, Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa 34,1% orang dewasa memiliki tekanan darah tinggi, namun baru sekitar 13% yang terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan teratur (Kemenkes RI, 2019). Fakta bahwa 36% peserta dalam kegiatan ini masuk dalam kategori hipertensi dan sebagian besar tidak menyadarinya menunjukkan adanya “silent burden” atau beban tersembunyi hipertensi di masyarakat, yang sangat berisiko

menimbulkan komplikasi kardiovaskular seperti stroke dan serangan jantung.

3.3 Evaluasi Edukasi

Setelah sesi edukasi, dilakukan diskusi evaluatif sederhana menggunakan pertanyaan terbuka dan tanya jawab. Indikator pemahaman meningkat pada mayoritas peserta, khususnya terkait:

- Pemahaman tentang tekanan darah normal
- Faktor risiko penyakit jantung
- Cara pencegahan melalui perubahan gaya hidup sehat
- Peran pemeriksaan rutin

Peserta menyatakan edukasi yang diberikan mudah dipahami, menarik, dan aplikatif. Beberapa peserta bahkan meminta pemeriksaan lanjutan secara berkala, yang menunjukkan tumbuhnya kesadaran akan pentingnya pemantauan kesehatan jantung.

Secara ilmiah, hipertensi merupakan faktor risiko utama dari penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gangguan ginjal. Tekanan darah tinggi yang tidak dikontrol dapat menyebabkan kerusakan endotel pembuluh darah, hipertrofi ventrikel kiri, serta peningkatan kekakuan arteri, yang semuanya berkontribusi pada kejadian kardiovaskular serius (Whelton et al., 2018).

Kategori prehipertensi, meskipun belum membutuhkan pengobatan farmakologis, juga penting untuk diperhatikan. Menurut *American College of Cardiology/American Heart Association (ACC/AHA)*, individu dengan prehipertensi memiliki risiko 2 kali lipat lebih besar untuk berkembang menjadi hipertensi dalam 4 tahun ke depan jika tidak dilakukan perubahan gaya hidup (ACC/AHA, 2017).

Gambar 1. Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah diselenggarakan di Klinik Pratama Nusantara Kesehatan, Medan



Sumber: Dokumentasi Penulis

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat bertema *Heart Health Awareness*, dosen dan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Universitas Sari Mutiara Indonesia telah menunjukkan peran dalam peningkatan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan jantung melalui edukasi, skrining sederhana, dan konsultasi kesehatan.

4. Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan interaktif sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan jantung. Berdasarkan hasil observasi lapangan, sebagian besar peserta belum memiliki pengetahuan dasar tentang tekanan darah normal, bahaya hipertensi, maupun tanda-tanda awal penyakit jantung (Sianipar et al, 2025). Hanya sebagian kecil yang rutin memeriksa tekanan darah atau melakukan kontrol kesehatan secara berkala.

Hal ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa kurangnya literasi kesehatan menjadi hambatan utama dalam penanggulangan penyakit kronis di komunitas. Penelitian oleh Nugroho et al. (2021) menyebutkan bahwa tingkat literasi kesehatan kardiovaskular masyarakat Indonesia masih tergolong rendah, terutama pada kelompok usia lanjut dan mereka yang tinggal di daerah urban dengan akses layanan kesehatan terbatas.

Selain itu, hasil skrining menunjukkan 36% peserta memiliki tekanan darah tinggi ($\geq 140/90$ mmHg), dan sebagian besar tidak menyadari bahwa mereka berada dalam kondisi hipertensi. Hal ini menunjukkan pentingnya kegiatan skrining sebagai langkah deteksi dini. Menurut American Heart Association (2022), deteksi dan intervensi dini terhadap hipertensi terbukti menurunkan risiko kejadian kardiovaskular sebesar 20-30% .

Kegiatan edukasi dalam pengabdian ini juga menunjukkan bahwa apoteker dan mahasiswa apoteker memiliki peran signifikan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat. Melalui pendekatan komunikatif yang sederhana dan disesuaikan dengan kondisi peserta, banyak peserta yang menyatakan lebih memahami pentingnya mengatur pola makan, berhenti merokok, serta pentingnya olahraga ringan. Efektivitas edukasi berbasis komunitas seperti ini juga didukung oleh studi dari Widodo et al. (2020), yang menyatakan bahwa intervensi kesehatan berbasis komunitas oleh tenaga kesehatan dapat meningkatkan perilaku pencegahan penyakit kardiovaskular hingga 50%.

Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya bermanfaat bagi peserta, tetapi juga memperkuat peran institusi pendidikan tinggi dalam mendukung program pemerintah di bidang promotif-preventif. Dalam konteks pendidikan profesi, mahasiswa juga mendapatkan pengalaman nyata dalam mengaplikasikan ilmu kefarmasian, komunikasi terapeutik, dan edukasi masyarakat, yang merupakan bagian dari kompetensi apoteker di era pelayanan farmasi klinik yang berorientasi pasien (*patient-centered care*).

Sebagai upaya keberlanjutan, program ini dapat dikembangkan menjadi bagian dari program kerja sama tri dharma antara institusi pendidikan dengan fasilitas kesehatan seperti Puskesmas atau Klinik Pratama, sehingga edukasi masyarakat tidak berhenti pada satu waktu, tetapi menjadi gerakan bersama yang konsisten dan berkelanjutan.

5. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif

yang dilakukan secara langsung dan partisipatif mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan jantung. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki kebiasaan skrining tekanan darah secara berkala, namun menunjukkan antusiasme tinggi setelah mendapatkan informasi dan pelayanan.

Peran dosen dan mahasiswa apoteker sebagai edukator sangat strategis dalam menjembatani komunikasi kesehatan kepada masyarakat. Kegiatan ini juga membuka peluang pengembangan program edukasi kesehatan komunitas berkelanjutan yang dapat diintegrasikan dengan program Puskesmas atau klinik setempat.

6. Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Klinik Pratama Nusantara Kesehatan atas kerja sama dan dukungannya dalam kegiatan ini, serta seluruh dosen dan mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker Universitas Sari Mutiara Indonesia yang telah berpartisipasi aktif.

7. Referensi

- American College of Cardiology/American Heart Association. (2017). *Guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults*. Retrieved from <https://professional.heart.org>
- American Heart Association. (2022). *Hypertension and cardiovascular risk: A review*. Retrieved from <https://www.heart.org>
- Artha Yuliana Sianipar, Andre Prayoga, Hafid Syahputra, Agrecia Yolanda Nainggolan. Histopathological Evaluation of Second-Degree Burn Healing in Wistar Rats Treated with Aloe vera and Snail Mucus Gel Formulations. *International Journal of Drug Delivery Technology*. 2025;15(1):11-17. doi: [10.25258/ijddt.15.1.2](https://doi.org/10.25258/ijddt.15.1.2)
- Benjamin, E. J., Muntner, P., Alonso, A., Bittencourt, M. S., Callaway, C. W., Carson, A. P., ... & Virani, S. S. (2023). Heart disease and stroke statistics—2023 update: A report from the American Heart Association. *Journal of the American College of Cardiology*, 81(12), e91–e105. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2023.03.002>
- Hasson, H., Bäckström, T., & Andersson, M. (2020). Evaluating health promotion interventions: A simple method for non-experimental settings. *Health Promotion International*, 35(3), 643–652. <https://doi.org/10.1093/heapro/daz073>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Macabasco-O'Connell, A., Crawford, M. H., Stotts, N. A., Stewart, A., & Froelicher, E. S. (2017). Development and psychometric testing of the Cardiac Knowledge Questionnaire. *Journal of Cardiovascular Nursing*, 32(3), 254–261. <https://doi.org/10.1097/JCN.0000000000000332>
- Mills, K. T., Stefanescu, A., & He, J. (2020). The global epidemiology of hypertension. *Nature Reviews Nephrology*, 16(4), 223–237. <https://doi.org/10.1038/s41581-019-0244-2>

- Nugroho, A., Harimurti, K., & Astuti, P. (2021). Kardiovaskular health literacy di komunitas urban. *Jurnal Promkes*, 9(1), 12–21. <https://doi.org/10.20473/jpk.v9i1.2021.12-21>
- Putri, R. E., Susanti, A., & Lestari, R. (2022). Peran apoteker dalam edukasi pencegahan penyakit tidak menular di masyarakat. *Jurnal Farmasi dan Kesehatan*, 7(2), 135–142.
- Rahmawati, D., & Sari, M. (2022). Edukasi masyarakat tentang hipertensi: Upaya pencegahan penyakit jantung. *Jurnal Abdimas Farmasi*, 3(1), 45–50. <https://doi.org/10.32528/jaf.v3i1.1023>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey Jr, D. E., Collins, K. J., Dennison Himmelfarb, C., ... & Wright Jr, J. T. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults. *Journal of the American College of Cardiology*, 71(19), e127–e248. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2017.11.006>
- Widodo, Y., Anggraini, D., & Sari, N. P. (2020). Efektivitas intervensi edukasi oleh petugas kesehatan terhadap perilaku pencegahan penyakit jantung. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), 198–205. <https://doi.org/10.25311/keskom.v6i3.2020.198-205>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension fact sheet*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization. (2023). *Cardiovascular diseases (CVDs)*. Retrieved from [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-\(cvds\)](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cardiovascular-diseases-(cvds))