



# Penyuluhan Kesehatan Jantung - Pembuluh Darah Di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali

Herdianty Kusuma Handari<sup>1</sup>, Mei Kusumaningtyas<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Surakarta  
E-mail : [kusuma.herdianty@gmail.com](mailto:kusuma.herdianty@gmail.com)

## Abstract

Hypertension is one of the big challenges in Indonesia due to the lack of attention and knowledge about heart and blood vessel health in the community. The role of village cadres on Heart and Blood Vessel Health in the community is still inadequate so that the solution that can be taken is counseling about Heart and Blood Vessel Health to the community. The purpose of this community service activity is to increase public knowledge about heart and blood vessel health in Menjing Village, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali. The method of implementing this community service is by: counseling about heart and blood vessel health, training on heart and blood vessel health screening including measuring blood pressure, implementing blood pressure measurements in the community. The implementation of community service is carried out in Menjing Village, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali, Central Java Province in September – October 2021. The output targets of community service activities are: increasing public understanding of heart and blood vessel health, and increasing knowledge and skills of Menjing Village cadres, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali to measure blood pressure

Keywords: hypertension, heart, blood vessels, blood pressure

## Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu tantangan besar di Indonesia yang disebabkan kurangnya perhatian dan pengetahuan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah di masyarakat. Peran kader desa terhadap Kesehatan Jantung dan Pembuluh Darah di masyarakat masih kurang memadai sehingga solusi yang dapat diambil adalah penyuluhan tentang Kesehatan Jantung dan Pembuluh Darah kepada Masyarakat. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dengan cara : penyuluhan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah, pelatihan skrining kesehatan jantung dan pembuluh darah meliputi pengukuran tekanan darah, pelaksanaan pengukuran tekanan darah pada masyarakat. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali pada bulan September – Oktober 2021. Target Luaran kegiatan pengabdian masyarakat adalah: peningkatan pemahaman masyarakat terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah, dan peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali untuk mengukur tekanan darah

Kata Kunci: hipertensi, jantung, pembuluh darah, tekanan darah

---

## PENDAHULUAN

Berdasarkan data dari Infodatin (2019) lebih dari 36 juta orang meninggal karena Penyakit Tidak Menular (PTM) (63% dari seluruh kematian) setiap tahunnya. Lebih dari 9 juta kematian yang disebabkan oleh penyakit tidak menular terjadi sebelum usia 60 tahun dan 90% dari kematian “dini” tersebut terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Secara global PTM penyebab kematian nomor satu setiap tahunnya adalah penyakit kardiovaskuler. Penyakit kardiovaskuler adalah penyakit yang disebabkan gangguan fungsi jantung dan pembuluh darah, seperti: penyakit jantung koroner, penyakit gagal jantung atau payah jantung, hipertensi dan stroke.

Pada tahun 2008 diperkirakan sebanyak 17,3 juta kematian disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler. Lebih dari 3 juta kematian tersebut terjadi sebelum usia 60 tahun dan seharusnya dapat dicegah. Kematian “dini” yang disebabkan oleh penyakit jantung terjadi berkisar sebesar 4% di negara berpenghasilan tinggi sampai dengan 42% terjadi di negara berpenghasilan rendah. Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke. Kematian yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, terutama penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Infodatin, 2019).

Penyakit jantung dan pembuluh darah merupakan salah satu penyakit yang mematikan. Hipertensi merupakan indikator adanya gangguan dari penyakit jantung dan pembuluh darah, dan juga merupakan salah satu faktor resiko terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah yang lebih parah. Dewasa ini prevalensi hipertensi di Indonesia pada usia  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8 persen (Kemenkes, 2018).

Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis yang terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada, jantung dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Mohrman & Heller, 2018).

Hipertensi merupakan silent killer dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Selain faktor resiko penyakit jantung dan pembuluh darah, hipertensi juga menjadi penyebab menurunnya kebugaran fisik penderita, semakin tinggi tekanan darah saat beraktifitas menyebabkan berkurangnya suplay darah ke tubuh dan menyebabkan penderita menjadi mudah lelah (Bompa, 2018).

Kondisi kesehatan masyarakat desa di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali didominasi permasalahan kesehatan jantung dan pembuluh darah dalam bentuk hipertensi. Masyarakat di desa Menjing belum sepenuhnya memahami cara sederhana untuk mendeteksi permasalahan kesehatan jantung dan pembuluh darah dan pengetahuan tentang kesehatan jantung yang kurang, sehingga peran kader desa terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah belum ada. Pengetahuan serta kemampuan melakukan skrining terhadap kesehatan jantung dan pembuluh sangat dibutuhkan agar penderita hipertensi dapat mengontrol tekanan darah sehingga tidak menjadi penyebab masalah kesehatan yang lebih serius.

Berdasarkan hal tersebut maka dipandang perlu untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan pemberdayaan masyarakat desa terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali.

### *Metode*

Upaya penggerakan masyarakat dapat terwujud bila semua lintas program dan lintas sektor serta masyarakat memahami tanggung jawab, tugas, dan fungsinya. Untuk itu diperlukan peningkatan pemahaman, pengetahuan, dan kemampuan bagi lintas program/ lintas sektor dan masyarakat. Kegiatan pembinaan masyarakat desa menjadi wahana yang menjembatani antara kebutuhan program dan proses kemandirian masyarakat. Secara umum pembinaan kader desa bertujuan meningkatkan pengetahuan dan wawasan kader agar dapat melakukan kegiatan penggerakan dan pemberdayaan masyarakat.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini ditujukan kepada Masyarakat Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali. Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini adalah

ceramah, diskusi, tanya jawab, dan praktek skrining kesehatan jantung dan pembuluh darah serta pemberian leaflet tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah. Materi disajikan dalam bentuk *Power Point* menggunakan LCD dengan narasumber dari Dosen Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Surakarta.

Pelaksanaan pemberdayaan masyarakat desa terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah meliputi : (1) Pemberian kuisioner untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah sebelum diberi penyuluhan, (2) Penyuluhan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah, (3) Pemberian kuisioner setelah penyuluhan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah, (4) Pelatihan skrining kesehatan jantung dan pembuluh darah yaitu pengukuran tekanan darah, dan (5) Pelaksanaan pengukuran tekanan darah pada masyarakat.



## HASIL

Hasil dan luaran yang dicapai sesuai dengan target yang direncanakan yaitu : (1) Peningkatan pemahaman masyarakat terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali, dan (2) Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali untuk mengukur tekanan darah.

Peningkatan pemahaman masyarakat terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali dicapai melalui penyuluhan yang dievaluasi dengan menggunakan kuesioner yang telah disebar. Dari 72 orang yang menjadi peserta penyuluhan, terdapat kenaikan rata-rata pengetahuan dari nilai 65 menjadi 87 menjawab kuesioner yang diberikan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah.

Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali untuk mengukur tekanan darah diperoleh dari kegiatan ceramah, diskusi, dan pelatihan pemeriksaan tekanan darah. Hal tersebut dibuktikan dengan evaluasi kemampuan 8 kader memeriksa tekanan darah dengan benar.

## KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat program Kemitraan Masyarakat dengan judul Penyuluhan Kesehatan Jantung - Pembuluh Darah di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali dilakukan sebanyak 4 kali, dengan agenda : (1) Pemberian kuisioner untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah sebelum diberi penyuluhan, (2) Penyuluhan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah, (3) Pemberian kuisioner setelah penyuluhan tentang kesehatan jantung dan pembuluh darah, (4) Pelatihan skrining kesehatan jantung

dan pembuluh darah (pengukuran tekanan darah) untuk kader desa, dan (5) Pelaksanaan pengukuran tekanan darah pada masyarakat.

Kegiatan ini diperoleh hasil : (1) Peningkatan pemahaman masyarakat terhadap kesehatan jantung dan pembuluh darah di Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali, (2) Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali untuk mengukur tekanan darah.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh mitra kegiatan pengabdian masyarakat yang telah berkontribusi .Terimakasih kepada pemerintah desa, kader kesehatan dan masyarakat Desa Menjing, Pandeyan, Ngemplak, Boyolali yang telah mensukseskan kegiatan.

### DAFTAR PUSTAKA

ACSM. 2010. Resource Manual for Guidline for Exercise Testing and Prescription 6<sup>th</sup> ed. US: Lippincott William and Wilkins

Bompa T.O. 2018. Theory and Methodology of Training. Ontario, Canada, Kendall/ Hunt Publishing Company

Foss and Keteyian. 1998. *Fox's Physiological Basis for Exercise and Sport.* USA: Mc Graw Hill Companies

Guyton A C dan Hall J E. 2011. Fisiologi kedokteran: edisi keduabelas. Elseiver. Singapura

Infodatin. 2019. Hipertensi. Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI

Kementerian Kesehatan RI. 2018. Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI

Mohrman, D.E, Heller, L.J., 2018; Cardiovascular Physiology, Mc Graw-Hill Education