

EDUKASI MENJAGA KESEHATAN KARDIOVASKULAR SEJAK DINI KEPADA MASYARAKAT KHUSUSNYA JEMAAT GEREJA SIDANG JEMAAT ALLAH, BETLEHEM BOGOR

Sari M. Dewi, Alexander Halim Santoso, Erick Sidarta

Pendahuluan

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi penyebab kematian tertinggi baik di dunia maupun di Indonesia. Kasus penyakit jantung koroner (PJK) di Indonesia menempati prevalensi tertinggi yaitu 1,5% dan paling banyak diderita pada kelompok usia 65-74 tahun (3,6%). Terjadinya penyumbatan pada pembuluh darah yang memperdarahi otot jantung ini menyebabkan otot jantung mengalami kerusakan dan tidak berfungsi dengan baik. Terbentuknya penyumbatan ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya pola hidup yang tidak baik. Pencegahan penyakit ini dapat dilakukan dengan mengubah pola hidup tersebut.

Gereja Sidang Jemaat Allah (GSJA) Betlehem, Bogor adalah salah satu gereja yang cukup besar di kota Bogor. Berdasarkan laporan kasus dari pos kesehatan di gereja tersebut diketahui tidak sedikit jemaat yang beresiko mengalami gangguan kardiovaskular dan masih banyak yang kurang pahami mengenai perilaku pola hidup sehat.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan memberikan ceramah singkat kepada peserta dengan materi mengenai penyakit kardiovaskular dan nutrisi. Sebelum dan sesudah pemberian ceramah peserta di minta untuk mengisi kuesioner.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan dihadiri oleh 65 peserta dengan rentang usia 18 hingga 85 tahun dan mayoritas berjenis kelamin perempuan (86,15%). Pada penelitian yang dilakukan oleh Rehman didapatkan perempuan lebih memperhatikan perilaku kesehatan dibandingkan laki-laki sehingga perempuan lebih tertarik untuk mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan kesehatan. Berdasarkan riwayat penyakit didapatkan 41,54% peserta pernah didagnosis hipertensi, 1,54 % stroke, 7,69% penyakit jantung koroner, dan 29,23% pernah mengalami kesemutan pada jari tangan atau kaki. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas peserta beresiko mengalami gangguan kardiovaskular.

Berdasarkan manfaat dan menariknya topik PKM ini didapatkan, 90,77% peserta menganggap materi menarik dan bermanfaat, 93,85% memahami penjelasan dan 92,31% menyatakan perlunya diadakan kegiatan PKM berkelanjutan.

Kesimpulan

Pada umumnya peserta sudah mengetahui mengenai pola hidup yang sehat untuk mencegah penyakit kardiovaskular, hanya masih perlu diadakan penyegaran dan pemantauan perilaku

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Rektor Universitas Tarumanagara, DPPM, Dekan Fakultas Kedokteran UNTAR dan pimpinan GSJA Betlehem yang telah mendukung kegiatan ini, baik dalam bentuk perijinan maupun pembiayaan sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

Referensi

World Health Organisation (WHO). The Top 10 causes of death. 2018 (online). Available at: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>

Departemen Kesehatan. Penyakit Jantung Penyebab Kematian Tertinggi, Kemenkes ingatkan CERDIK. 2017. Available at: <http://www.depkes.go.id/article/view/17073100005/penyakit-jantung-penyebab-kematian-tertinggi-kemenkes-ingatkan-cerdik-.html>

Mahmood S.S, Levy D, Vasan R.S. Wang T.J. The Farming Heart Study and The Epidemiology of Cardiovascular Diseases; A Historical Perspective. Lancet. 2014, 383(9921) 999-1008

Rehman R, Zafar A, Mohib A, Baig M. A Gender-based comparison in health behaviors and state of happiness among university students. Cureus:2018 Mar; 10(3) 2342