

PEMERIKSAAN KESEHATAN DAN EDUKASI JANTUNG SEHAT DI MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA TALAGASARI

Annisaa Fitrah Umara^{1*}, Adhe Tri Putri², Salsabilla², Dela Eka Harista³, Reni Septianingsih³, Refa Hertiantara³, Muhammad Ulumudin³, Devi Gustiani³, Shahnaz Alfrida³, Nafa Firdaus Nujula³

1 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang

2 Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang

3 Mahasiswa Fakultas Ekonomi, Universitas Muhammadiyah Tangerang

*Korespondensi: Annisaa Fitrah Umara | Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tangerang | email: nisaumara5@gmail.com

Abstract

Cardiovascular disease is the leading cause of death globally. In Indonesia, cases are still relatively high, especially in Banten. Heart disease is one of the co-morbidities of COVID-19 with a higher risk of mortality. The purpose of this community service is to carry out heart health checks and education during the COVID-19 pandemic. The activity was carried out through examination and education was given to 12 residents by door to door. The health check includes measuring blood pressure and GDS levels. Education on how to maintain heart health during the COVID-19 pandemic is carried out personally using leaflet media. The results of the health examination showed that 8 people (66.67%) had high blood pressure and 1 person with GDS > 200 mg/dL. Heart health education during the COVID-19 pandemic is very important, especially for people with comorbidities. Suggestions for further activities are to expand the reach of health checks and provide education.

Keywords: Healthy heart, COVID-19 pandemic, Counseling

Abstrak

Penyakit kardiovaskular adalah penyebab utama kematian secara global. Di Indonesia kasus masih tergolong tinggi terutama di Banten. Penyakit jantung menjadi salah satu komorbid COVID-19 dengan risiko mortalitas yang lebih tinggi. Tujuan pengabdian masyarakat ini ialah dilaksanakannya pemeriksaan dan edukasi kesehatan jantung di masa pandemi COVID-19. Kegiatan dilakukan dengan pemeriksaan dan edukasi diberikan kepada 12 orang warga dengan cara door to door. Pemeriksaan kesehatan meliputi pengukuran tekanan darah dan kadar GDS. Edukasi tentang cara menjaga kesehatan jantung di masa pandemi COVID-19 dilakukan secara personal menggunakan media leaflet. Hasil pemeriksaan kesehatan didapatkan sebanyak 8 orang (66,67%) memiliki tekanan darah tinggi dan 1 orang dengan GDS >200 mg/dL. Edukasi kesehatan jantung di masa pandemi COVID-19 sangat penting khususnya bagi warga memiliki komorbid. Saran kegiatan selanjutnya untuk memperluas jangkauan pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi.

Kata kunci: *Jantung sehat, Pandemi COVID-19, Penyuluhan*

PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskular adalah penyebab utama kematian secara global dan mengakibatkan sekitar 17,9 juta orang meninggal pada 2019, mewakili 32% dari semua kematian global (WHO, 2021a). Penyakit jantung menjadi penyebab utama kematian di Amerika Serikat, menyebabkan sekitar 1 dari 4 kematian (Murphy, Xu, Kochanek, & Arias, 2018). Lebih dari tiga perempat kematian akibat penyakit kardiovaskular terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah seperti Indonesia (WHO, 2021a).

Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 didapatkan prevalensi penyakit jantung berkisar 1,5% dengan prevalensi tertinggi pada provinsi Kalimantan Utara sebesar 2.2%, Daerah Istimewa Yogyakarta dan Gorontalo dengan keduanya sebesar 2% (Badan Litbangkes, 2018). Sedangkan prevalensi penyakit jantung berdasarkan diagnosis dokter pada semua umur sebanyak 1,4 persen di Provinsi Banten.

Di masa pandemi COVID-19, pasien dengan penyakit jantung semakin menjadi perhatian. Hal ini dikarenakan penyakit jantung menjadi salah satu komorbid COVID-19. Pasien dengan penyakit kardiovaskular memiliki risiko mortalitas yang lebih tinggi pada infeksi COVID-19 (Baldi *et al.*, 2020). Oleh karena itu selain upaya kuratif dan rehabilitatif, perlu dilakukan upaya preventif untuk menjaga kesehatan jantung dimasa pandemi COVID-19.

Berdasarkan hal tersebut maka dosen dan mahasiswa keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan beserta mahasiswa Fakultas Ekonomi merasa perlu melakukan pengabdian masyarakat di Desa Talagasari yaitu dengan melakukan “Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi Jantung Sehat di Masa Pandemi COVID-19”. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini ialah dilaksanakannya pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan tentang cara menjaga kesehatan jantung dimasa pandemi COVID-19.

METODE

Pengabdian masyarakat di masa pandemi ini dilaksanakan secara *door to door* untuk menghindari adanya kerumunan. Kegiatan yang dilaksanakan berupa pengukuran tekanan darah dan kada gula darah sewaktu, edukasi, serta pembagian *leaflet*. Kegiatan pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan diberikan kepada perwakilan warga Desa Talagasari. Tahap-tahap kegiatan pengabdian masyarakat meliputi:

1. Tahap Persiapan
 - a. Tim penyelenggara pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan kader untuk menentukan warga yang akan menjadi peserta.
 - b. Persiapan alat pemeriksaan Kesehatan dan media edukasi yang tepat.
 - c. *Briefing* bersama seluruh panitia.
 - d. Memastikan peserta dan panitia mematuhi protokol kesehatan selama kegiatan seperti mencuci tangan dengan *hand sanitizer* sebelum dan sesudah tindakan, menggunakan masker, dan menjaga jarak.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Tim pengabdian masyarakat dan kader mengunjungi rumah warga.
 - b. Mencuci tangan bersama dengan *hand sanitizer* dan mengenakan masker.
 - c. Melakukan pengukuran tekanan darah dan kadar Gula Darah Sewaktu (GDS) serta mendokumentasikan hasil pengukuran.
 - d. Melakukan edukasi kepada anggota keluarga dan pemberian *leaflet*.

3. Tahap Pasca Pelaksanaan

- a. Pengumpulan hasil pengukuran tekanan darah dan kadar gula darah sewaktu.
- b. Evaluasi kegiatan bersama tim panitia.

HASIL DAN CAPAIAN

Pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kesehatan dilakukan kepada 12 orang warga di Desa Talagasari. Berdasarkan pemeriksaan tekanan darah dan kadar glukosa darah sewaktu didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel. Hasil Pengukuran Tekanan Darah dan Kadar Glukosa Darah Sewaktu

Peserta	Umur (tahun)	Hasil	
		Tekanan Darah (mmHg)	GDS (mg/dL)
1	81	180/90	104
2	63	150/90	140
3	70	120/80	205
4	52	140/100	104
5	48	210/120	169
6	59	190/100	127
7	70	120/80	117
8	52	140/90	132
9	45	150/90	76
10	36	100/70	76
11	45	120/90	80
12	74	140/90	115
Min	36	100/70	76
Max	81	210/120	205
Mean	58	147/91	120

Tabel di atas menunjukkan bahwa umur termuda yaitu 36 tahun dan tertua yaitu 81 tahun dengan rata-rata umur peserta 58 tahun. Tekanan darah tertinggi yaitu 210/120 mmHg dan kadar gula darah tertinggi yaitu 205 mg/dL. Rata-rata tekanan darah peserta yaitu 147/91 mmHg dan rata-rata kadar gula darah sewaktu yaitu 120 mg/dL. Hasil pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu menunjukkan hanya terdapat 1 orang dengan hasil GDS >200 mg/dL.

PEMBAHASAN

Hasil pengukuran tekanan darah peserta didapatkan sebanyak 8 orang (66,67%) memiliki tekanan darah tinggi. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dan WHO menjelaskan bahwa disebut tekanan darah tinggi atau hipertensi yaitu jika hasil pengukuran di dua hari yang berbeda menunjukkan tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2020; WHO, 2021b). Oleh

karena itu, perlu dilakukan pengukuran tekanan darah ulang untuk menegakkan diagnosis hipertensi pada warga. Meskipun demikian, menjaga kesehatan jantung menjadi hal yang penting terutama di masa pandemi COVID-19.

Berdasarkan hasil pemeriksaan terlihat bahwa tekanan darah tertinggi dialami oleh warga yang masih berumur 48 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novaningtyas (2014) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan umur dengan tekanan darah lansia sehingga siapa saja memiliki risiko untuk mengalami hipertensi.

Pasien dengan penyakit kardiovaskular seperti hipertensi memiliki risiko mortalitas yang lebih tinggi jika terinfeksi COVID-19 (Baldi et al., 2020). Pasien yang berusia 46-59 tahun juga memiliki risiko kematian akibat COVID-19 sebesar 4,33% dan usia ≥ 60 tahun memiliki risiko tertinggi kematian yaitu 11,88% (Satgas Penanganan COVID-19, 2020).

Oleh karena itu, edukasi menjaga kesehatan jantung khususnya di masa pandemi COVID-19 penting diberikan kepada semua warga khususnya yang memiliki risiko penyakit jantung tanpa melihat karakteristik umur.



Gambar 1. Edukasi menjaga jantung sehat di masa pandemi



Gambar 2. Pengukuran tekanan darah

Pengabdian masyarakat di Desa Talagasari dilaksanakan secara *door to door* ke rumah warga sebagai upaya pencegahan timbulnya kerumunan. Serupa dengan penyuluhan yang dilakukan secara *door to door* oleh mahasiswa UIN Alauddin Makassar untuk menghindari adanya kerumunan di masa pandemi (LP2M UIN Alauddin, 2020).

Strategi pengabdian masyarakat dilaksanakan dengan melakukan pemeriksaan kesehatan tekanan darah dan kadar GDS, edukasi pentingnya menjaga kesehatan jantung di masa pandemi serta pembagian *leaflet*. Pemberian edukasi diberikan kepada warga secara personal di rumah masing-masing dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yaitu mencuci tangan terlebih dahulu, mengenakan masker, dan menjaga jarak. Metode pendidikan individual lebih efektif dibandingkan dengan pemberian media *leaflet* (Setiyarini, Muhlisin, & Zulaicha, 2016).



Gambar 3. Pemeriksaan kadar gula darah sewaktu

Setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi, warga yang berisiko atau sudah memiliki penyakit jantung diarahkan untuk segera melakukan pemeriksaan dan pengontrolan kesehatan di Puskesmas terdekat.

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dilakukan terhadap 12 orang warga Desa Talagasari. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan sebanyak 8 orang warga (66,67%) memiliki tekanan darah tinggi dan 1 orang warga memiliki kadar GDS lebih dari 200 mg/dL. Edukasi pentingnya menjaga kesehatan jantung di masa pandemi COVID-19 penting diberikan kepada semua warga khususnya yang memiliki komorbid. Saran kegiatan penyuluhan berikutnya agar lebih memperluas jangkauan pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi khususnya pada warga yang memiliki risiko penyakit jantung atau komorbid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terlaksananya pengabdian masyarakat ini tidak lepas dari kerjasama dengan para mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Fakultas Ekonomi Universitas Muhammadiyah Tangerang yang melakukan Kuliah Kerja Nyata serta tokoh masyarakat di Desa Talagasari. Oleh karena itu, penulis menghaturkan terima kasih kepada seluruh mahasiswa dan masyarakat yang telah terlibat dalam pengabdian masyarakat ini.

REFERENSI

- Badan Litbangkes. (2018). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta.
- Baldi, E., Sechi, G. M., Mare, C., Canevari, F., Brancaglione, A., Primi, R., ... Savastano, S. (2020). COVID-19 kills at home: The close relationship between the epidemic and the increase of out-of-hospital cardiac arrests. *European Heart Journal*, 41(32), 3045–3054. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehaa508>
- Kemendes RI. (2020). Apa itu Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi)? Retrieved February 28, 2021, from <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/apa-itu-hipertensi-tekanan-darah-tinggi>
- LP2M UIN Alauddin. (2020). Mahasiswa KKN Lakukan Penyuluhan Covid-19 Secara Door to Door. Retrieved February 28, 2021, from <http://lp2m.uin-alauddin.ac.id/mahasiswa-kkn-lakukan-penyuluhan-covid-19-secara-door-to-door/>
- Murphy, S. L., Xu, J., Kochanek, K. D., & Arias, E. (2018). Mortality in the United States, 2017. *NCHS Data Brief*, (328). Retrieved from <https://www.cdc.gov/nchs/data/databriefs/db328-h.pdf>
- Novaningtyas, T. (2014). Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. *Electronic Theses and Dissertations Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/29084/>
- Satgas Penanganan COVID-19. (2020). Analisis Data COVID-19 Indonesia Update Per 03 Januari 2021. *Satuan Gugus Tugas Penanganan COVID-19 Indonesia*, (January), 1–174.

- Setiyarini, T., Muhlisin, A., & Zulaicha, E. (2016). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Leaflet Dan Penyuluhan Individual Terhadap Pengetahuan Pencegahan Kekambuhan Asma. *Electronic Theses and Dissertations Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/43840/>
- WHO. (2021a). Cardiovascular diseases (CVDs). Retrieved February 28, 2021, 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))
- WHO. (2021b). Hypertension. Retrieved February 28, 2021, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>