Online: https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnunafis

Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis

ISSN 2252-6870 (Print) | ISSN 2613-9359 (Online)

Artikel Pengabdian Masyarakat

PENINGKATAN PENGETAHUAN KADER DALAM PENCEGAHAN PENYAKIT JANTUNG KORONER DI RW 09, LUBANG BUAYA, CIPAYUNG, JAKARTA TIMUR

IMPROVING CADRE KNOWLEDGE IN THE PREVENTION OF CORONARY HEART DISEASE IN RW 09, LUBANG BUAYA, CIPAYUNG, EAST JAKARTA

Rosidawati[a], Eros Siti Suryati[a], Yudhia Fratidhina[a]

[a]Poltekkes Kemenkes Jakarta III, Jl. Arteri JORR, Jatiwarna, Pondok Melati, Bekasi, Jawa Barat 17415, Indonesia

Histori Artikel

Diterima:
17 Desember 2024

Revisi:
27 Desember 2024

Terbit:
18 Maret 2025

Kata Kunci

penyakit jantung koroner (PJK), kader kesehatan, peningkatan pengetahuan, edukasi kesehatan, simulasi penyuluhan

Korespondensi

Tel. (+62)
Email:
rosida1962@yahoo.co.id

A B S T R A K

Penyakit jantung koroner (PJK) adalah gangguan fungsi jantung akibat penyumbatan pembuluh darah koroner, yang menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di Indonesia. Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan prevalensi PJK nasional sebesar 1,5%, dengan DKI Jakarta mencapai 1,9%. Salah satu upaya mengatasi masalah ini adalah meningkatkan pengetahuan kader kesehatan melalui pengabdian masyarakat dalam rangka pencegahan primer PJK. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kapasitas kader dalam upaya pencegahan PJK di RW 09, Kelurahan Lubang Buaya, Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur, melalui Program Kemitraan Masyarakat (PKM). Metode kegiatan meliputi edukasi berupa penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan (tekanan darah, kolesterol, asam urat), latihan senam jantung sehat, dan simulasi penyuluhan kesehatan. Kegiatan dilaksanakan dari April hingga Oktober 2024, dengan jumlah peserta sebanyak 20 kader. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader dari 45% menjadi 85%. Keberhasilan ini terlihat dari keaktifan peserta, kemampuan menjawab post-test, dan kemampuan mempraktikkan penyuluhan dalam simulasi. Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui observasi dan post-test, yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan kader berdampak positif dalam mendukung pencegahan PJK di masyarakat.

A B S T R A C T

Coronary heart disease (CHD) is a heart function disorder caused by blockages in the coronary blood vessels, which is one of the leading causes of morbidity and mortality in Indonesia. Data from the 2018 Basic Health Research (Riskesdas) shows that the national prevalence of CHD is 1.5%, with DKI Jakarta reaching 1.9%. One approach to addressing this issue is enhancing the knowledge of health cadres through community service programs as part of primary prevention efforts for CHD. This activity aimed to improve the capacity of health cadres to prevent CHD in RW 09, Kelurahan Lubang Buaya, Kecamatan Cipayung, East Jakarta, through the Community Partnership Program (PKM). The methods included educational sessions in health counseling, health examinations (blood pressure, cholesterol, uric acid), heart-healthy exercise training, and health counseling simulations. The program was conducted from April to October 2024, with 20 health cadres participating. The results demonstrated increased cadre knowledge from 45% to 85%. This success was evident from participants' active engagement, ability to answer post-tests, and capability to deliver health counseling during simulations. Monitoring and evaluation were carried out through observation and post-tests, showing that the improvement in cadre knowledge positively supported CHD prevention in the community.

DOI: http://doi.org/10.30743/jkin.v14i1.797

This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskular (PJK) tetap menjadi penyebab utama kematian secara global, dengan data tahun 2016 menunjukkan lebih dari 17,6 juta kematian yang terkait dengan kondisi ini. Angka tersebut diprediksi akan meningkat secara signifikan menjadi 23,6 juta pada tahun 2030, menjadikannya masalah kesehatan yang mendesak. Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi penyakit jantung dan pembuluh darah terus meningkat dari tahun ke tahun, dengan lebih dari 2,7 juta orang di Indonesia atau sekitar 15 dari setiap 1.000 orang terdiagnosis dengan PJK.[1] Angka kematian yang disebabkan oleh PJK di Indonesia menjadikannya sebagai penyebab utama kematian, dengan DKI Jakarta sebagai salah satu provinsi yang melampaui angka prevalensi nasional (1,9% dibandingkan 1,5%) pada tahun yang sama. Salah satu faktor utama yang menyebabkan melonjaknya kejadian PJK di Indonesia adalah rendahnya tingkat pencegahan yang dilakukan serta kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap perkembangan penyakit ini.[2]

Berdasarkan penelitian dari Framingham Heart Study, terdapat berbagai faktor risiko yang dapat menyebabkan PJK. Faktor-faktor tersebut meliputi tekanan darah tinggi, kebiasaan merokok, tingkat lipid darah yang tinggi, diabetes mellitus, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, stres, serta riwayat keluarga yang mengidap penyakit jantung.[3] Faktor-faktor ini secara langsung mempengaruhi kondisi jantung dan pembuluh darah, serta berpotensi memperburuk kondisi pasien jika tidak diatasi dengan tepat. Pengetahuan tentang faktor risiko ini sangat penting dalam upaya pencegahan, karena seseorang yang tidak memahami bahaya dari faktor-faktor tersebut lebih rentan terkena penyakit ini. Penelitian menunjukkan bahwa individu dengan pengetahuan rendah mengenai PJK memiliki risiko dua kali lipat lebih besar untuk mengalaminya dibandingkan dengan mereka yang memiliki pengetahuan lebih baik mengenai penyakit tersebut.[4] Hal ini juga diperkuat oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Lestari pada tahun 2017, menyatakan bahwa pengetahuan yang baik mengenai PJK berperan penting dalam mencegah penyakit ini, sementara kurangnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko seseorang terdiagnosis dengan PJK.[5]

Penyakit jantung koroner sering kali berkembang secara perlahan, bahkan meskipun gejalanya tidak langsung terlihat, penyakit ini tetap dapat berkembang dalam jangka waktu yang lama. Banyak orang tidak menyadari bahwa mereka memiliki risiko untuk terkena PJK, dan seringkali, penyakit ini terdeteksi secara mendadak ketika seseorang sudah mengalami serangan jantung atau gejala berat lainnya.[6] Oleh karena itu, penting bagi setiap individu untuk memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakit ini dan faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya PJK. Pengetahuan yang memadai, bersama dengan sikap dan perilaku yang mendukung, dapat mendorong seseorang untuk melakukan tindakan pencegahan yang lebih efektif, yang pada gilirannya dapat mengurangi angka kejadian PJK dalam masyarakat.[7]

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Rosidawati pada tahun 2023 di Kecamatan Cakung, Jakarta Timur, menunjukkan bahwa edukasi melalui video dan leaflet dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan PJK. Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang lebih interaktif dan mudah dipahami dapat membantu masyarakat untuk lebih memahami risiko dan cara pencegahan penyakit jantung.[8] Meningkatnya insidensi PJK juga dipengaruhi oleh faktor-faktor sosial ekonomi, tingkat pendidikan, kesadaran kesehatan yang rendah, serta kebiasaan hidup yang tidak sehat. Kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang memadai juga menjadi salah satu hambatan besar yang memperburuk masalah ini, terutama di daerah-daerah yang kurang mendapatkan perhatian dari segi infrastruktur kesehatan.[9] Selain itu, pola makan yang buruk, obesitas, merokok, dan kurangnya aktivitas fisik menjadi faktor-faktor risiko utama yang memperburuk angka kematian akibat PJK. Ketidakpedulian masyarakat terhadap gaya hidup sehat berkontribusi pada tingginya prevalensi PJK di Indonesia.[10]

Banyak orang yang tidak mengetahui bahwa mereka berisiko mengidap PJK, dan bahkan jika mereka sudah mengalami beberapa faktor risiko, sering kali mereka tidak menyadari bahwa mereka sedang menghadapinya. Sering kali, penyakit ini baru terdeteksi pada usia yang lebih tua, meskipun gejalanya sudah ada sejak lama. Dalam beberapa kasus, penyakit ini baru diketahui saat sudah mencapai tahap yang lebih parah. Penurunan kualitas hidup yang signifikan sering kali terjadi pada penderita PJK, khususnya jika penyakit tersebut mengarah pada serangan jantung yang berat. Terutama bagi mereka yang berada pada usia produktif sekitar 40 tahun, PJK dapat memengaruhi peran mereka dalam keluarga, seperti pada kepala rumah tangga atau ibu rumah tangga, yang berpotensi menurunkan produktivitas mereka dalam kehidupan sehari-hari.[11] Oleh karena itu, penerapan edukasi yang efektif tentang pencegahan PJK sangat penting, karena dapat mengurangi dampak penyakit ini baik bagi individu maupun masyarakat.

Edukasi kesehatan yang dilakukan dengan menggunakan pendekatan yang tepat dapat meningkatkan kualitas hidup masyarakat secara signifikan. Pengetahuan yang lebih baik tentang PJK memungkinkan masyarakat, baik yang belum berisiko maupun yang sudah berisiko, untuk melakukan langkah-langkah pencegahan yang tepat. Masyarakat yang sudah terpapar risiko atau yang telah mengalami PJK juga dapat mendapatkan pengetahuan yang diperlukan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut dan untuk meningkatkan kualitas hidup mereka setelah serangan jantung. Edukasi yang dilakukan dengan menggunakan teori pembelajaran yang baik akan lebih efektif dan berdampak positif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pencegahan penyakit jantung.[12] Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi tentang pencegahan PJK adalah dengan memanfaatkan kader kesehatan yang merupakan individu yang memiliki pengetahuan lebih baik tentang kesehatan di masyarakat. Kader kesehatan ini memiliki peran penting dalam mengedukasi

keluarga dan masyarakat di wilayah tempat tinggal mereka mengenai faktor-faktor risiko PJK serta cara pencegahannya.

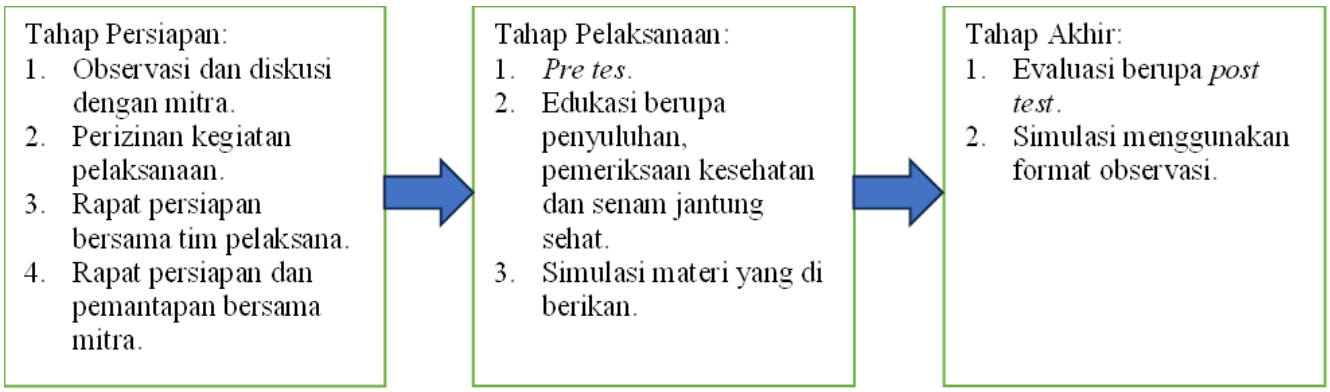
Secara keseluruhan, upaya pencegahan penyakit jantung harus melibatkan berbagai pihak, termasuk masyarakat itu sendiri, tenaga kesehatan, serta pemerintah dalam menyediakan akses yang lebih baik terhadap informasi kesehatan dan layanan medis yang memadai. Peningkatan pengetahuan tentang faktor risiko PJK diharapkan dapat mendorong masyarakat untuk melakukan perubahan dalam gaya hidup mereka, yang pada gilirannya dapat mengurangi angka kejadian penyakit jantung dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dalam skema Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini memiliki judul "Peningkatan Pengetahuan Kader dalam Pencegahan Penyakit Jantung Koroner melalui Edukasi, Simulasi, dan Pendampingan di RW 09 Kelurahan Lubang Buaya, pada bulan Oktober 2024." Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan kader dalam pencegahan PJK di wilayah tersebut. Sebanyak 20 kader dari Puskesmas Kelurahan Lubang Buaya dilibatkan dalam program pelatihan ini. Para peserta merupakan individu yang memiliki peran penting dalam menyampaikan informasi dan edukasi mengenai pencegahan PJK kepada masyarakat sekitar, sehingga peningkatan kapasitas mereka diharapkan dapat memberikan dampak positif yang lebih luas.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini melibatkan beberapa metode utama, antara lain edukasi, simulasi, dan pendampingan secara langsung. Metode edukasi dilakukan untuk memberikan informasi dasar mengenai penyebab, faktor risiko, serta cara pencegahan PJK kepada peserta. Simulasi juga dilakukan sebagai langkah untuk mengasah keterampilan kader dalam memberikan penyuluhan yang efektif kepada masyarakat. Pendampingan dilakukan agar peserta dapat mempraktikkan langsung apa yang telah dipelajari dan diharapkan dapat melaksanakan edukasi tersebut secara mandiri setelah kegiatan selesai.

Proses evaluasi dilakukan secara terstruktur menggunakan pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta untuk mengukur peningkatan pengetahuan mereka sebelum dan setelah mengikuti kegiatan pelatihan. Pre-test dilakukan di awal kegiatan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta mengenai PJK, sedangkan post-test dilaksanakan setelah kegiatan selesai untuk mengukur sejauh mana pengetahuan mereka meningkat. Selain itu, dilakukan juga observasi langsung terhadap kegiatan simulasi, di mana peserta diminta untuk menyampaikan materi yang telah dipelajari kepada teman-teman mereka, sementara tim pengabdian masyarakat mengamati dan memberikan umpan balik atas penyampaian materi tersebut.



Gambar 1. Alur Tahapan Pelaksanaan Pengabmas.

Gambar 2. Pertemuan dengan Tim Pengabmas Membahas Strategi Pelaksanaan Pengabmas.

Alur tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat Program Kemitraan Masyarakat ini terbagi dalam beberapa tahap yang saling terkait. Pada tahap persiapan, tim pengabdian masyarakat melakukan serangkaian pertemuan dan diskusi dengan mitra, dalam hal ini adalah pihak Kelurahan Lubang Buaya. Tujuan dari pertemuan ini adalah untuk menyusun rencana pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan di wilayah tersebut. Setelah adanya kesepakatan antara tim pengabdian masyarakat dan pihak kelurahan, dilanjutkan dengan pengurusan izin pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (pengabmas) ke Dinas Kesehatan (Dinkes) Jakarta Timur sebagai otoritas yang berwenang mengeluarkan izin untuk kegiatan ini. Setelah izin pelaksanaan pengabdian masyarakat diterbitkan, tim pengabdian masyarakat melakukan pembahasan lebih lanjut mengenai detail pelaksanaan kegiatan, termasuk penentuan jadwal, pembagian tugas, serta persiapan materi edukasi yang akan disampaikan kepada para peserta. Setelah seluruh persiapan matang, kegiatan dapat dilaksanakan sesuai dengan rencana yang telah disusun.

Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam tiga tahapan utama yang saling mendukung. Tahap pertama adalah edukasi, yang dilaksanakan pada tanggal 26 April 2024 di kantor RW 09 Lubang Buaya. Pada tahap ini, metode edukasi diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pencegahan PJK. Materi yang disampaikan meliputi pengenalan penyakit jantung koroner, faktor-faktor risiko yang mempengaruhi, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat

dilakukan oleh individu maupun keluarga. Edukasi dilakukan dengan pendekatan yang interaktif agar peserta dapat memahami materi dengan baik, sehingga mereka bisa menyampaikan informasi tersebut dengan jelas kepada masyarakat di sekitar mereka. Pada tahap kedua, yang dilaksanakan pada tanggal 6 Mei 2024, kegiatan berfokus pada pemeriksaan kesehatan untuk peserta. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memperkenalkan pentingnya pemeriksaan rutin seperti pengukuran tekanan darah, kolesterol, dan asam urat sebagai bagian dari pencegahan PJK. Pemeriksaan kesehatan ini bertujuan untuk memberi contoh konkret kepada peserta mengenai pentingnya memantau kondisi kesehatan secara berkala sebagai langkah preventif terhadap penyakit jantung. Selain itu, pemeriksaan kesehatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran kader mengenai pentingnya menjaga kesehatan diri sendiri dan keluarga dalam rangka pencegahan penyakit jantung. Tahap ketiga adalah pelatihan senam jantung sehat yang dilakukan pada tanggal 7 September 2024 di lapangan RW 09 Lubang Buaya. Senam jantung sehat dilaksanakan dalam dua kali pertemuan, yang dipandu langsung oleh tim pelaksana pengabdian masyarakat. Senam ini bertujuan untuk mengedukasi peserta tentang pentingnya aktivitas fisik yang rutin sebagai bagian dari pola hidup sehat yang dapat mencegah terjadinya PJK. Selain itu, senam jantung sehat juga bertujuan untuk memberikan contoh langsung kepada peserta mengenai cara melakukan aktivitas fisik yang bermanfaat bagi kesehatan jantung. Kegiatan ini diharapkan dapat menumbuhkan kebiasaan hidup sehat yang melibatkan aktivitas fisik di kalangan peserta, yang kemudian dapat diteruskan ke keluarga dan masyarakat di lingkungan RW 09 Lubang Buaya. Selanjutnya, pada tanggal 9 Oktober 2024, peserta melakukan simulasi penyuluhan mengenai pencegahan PJK kepada teman-teman mereka, yang diobservasi langsung oleh tim pengabdian masyarakat. Simulasi ini bertujuan untuk menguji kemampuan peserta dalam menyampaikan materi edukasi yang telah mereka pelajari kepada orang lain. Dalam simulasi ini, peserta diminta untuk menyampaikan informasi yang telah diberikan selama pelatihan dengan cara yang mudah dipahami, menggunakan pendekatan yang menarik dan interaktif. Observasi dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat untuk memberikan umpan balik dan bimbingan bagi peserta agar dapat lebih baik dalam melakukan penyuluhan kepada masyarakat. Setelah simulasi selesai, dilanjutkan dengan pelaksanaan post-test untuk mengukur tingkat peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pelatihan.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan pengetahuan yang mendalam kepada kader tentang penyakit jantung koroner, serta meningkatkan keterampilan mereka dalam melakukan pencegahan dan penyuluhan kepada masyarakat. Diharapkan bahwa setelah mengikuti kegiatan ini, para kader dapat lebih aktif dalam melakukan pencegahan PJK di komunitas mereka, serta memberikan edukasi yang efektif kepada keluarga dan masyarakat di wilayah RW 09 Kelurahan Lubang Buaya.

Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan *Pre Test* dan Penyuluhan Kesehatan.

Gambar 4. Foto Peserta dan Tim Pengabmas.

Gambar 5. Pemeriksaan Tekanan Darah, Kolestrol, Asam Urat.

Gambar 6. Foto sedang Melaksanakan Senam Jantung Sehat.

Gambar 7. Peserta Melaksanakan *Post Test*.

ANALISIS SITUASI

PJK merupakan salah satu penyebab utama kematian yang signifikan di Indonesia. Hal ini sering kali berhubungan dengan rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai faktor-faktor risiko yang dapat menyebabkan penyakit jantung serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan untuk mengurangi risiko tersebut. Data dari Riskesdas Tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit jantung di wilayah DKI Jakarta mencapai angka 1,9%, yang lebih tinggi dibandingkan dengan angka prevalensi nasional yang tercatat sebesar 1,5%.[1] Angka yang lebih tinggi ini mencerminkan adanya beban kesehatan yang cukup besar di masyarakat, khususnya di daerah perkotaan seperti Jakarta Timur, yang memiliki tantangan tersendiri dalam hal gaya hidup dan akses terhadap layanan kesehatan.

Faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya PJK sangat beragam dan

melibatkan berbagai aspek gaya hidup masyarakat. Beberapa faktor utama yang berperan adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik yang teratur, obesitas, serta pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi makanan tinggi lemak dan rendah serat. Faktor-faktor tersebut sering kali terjadi bersamaan, yang meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit jantung pada individu, terutama yang tinggal di lingkungan perkotaan yang cenderung memiliki pola hidup yang kurang sehat.[13] Selain itu, faktor psikososial seperti stres akibat pekerjaan dan kehidupan yang sibuk di kota besar juga menjadi pemicu yang tidak dapat diabaikan.[14]

Salah satu kendala utama dalam upaya pencegahan PJK adalah minimnya kegiatan edukasi yang difokuskan pada pencegahan primer penyakit jantung. Kurangnya edukasi mengenai cara-cara pencegahan yang efektif menyebabkan rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan jantung. Tanpa pengetahuan yang memadai mengenai faktor-faktor risiko dan langkah-langkah preventif, masyarakat akan kesulitan dalam mengadopsi gaya hidup sehat yang dapat menurunkan risiko terkena penyakit ini. Di RW 09 Kelurahan Lubang Buaya, Kecamatan Cipayung, Jakarta Timur, banyak kader kesehatan yang belum memiliki pemahaman yang cukup mendalam tentang faktor risiko PJK dan cara-cara pencegahan yang efektif. Hal ini menjadi tantangan yang perlu segera diatasi, karena kader kesehatan berperan sebagai agen perubahan di tingkat komunitas dan dapat menjadi penghubung yang vital antara masyarakat dan fasilitas kesehatan yang ada.

Minimnya pemahaman kader mengenai penyakit jantung koroner dan upaya pencegahannya juga mempengaruhi efektivitas mereka dalam melakukan promosi kesehatan. Kader kesehatan yang memiliki pengetahuan terbatas akan kesulitan dalam memberikan informasi yang akurat dan mudah dipahami oleh masyarakat. Oleh karena itu, sangat penting untuk memberikan pelatihan yang dapat meningkatkan kapasitas kader dalam hal pengetahuan, keterampilan, serta strategi komunikasi yang efektif mengenai pencegahan PJK.[15] Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengatasi permasalahan tersebut dengan meningkatkan kapasitas kader melalui pendekatan yang menyeluruh, yaitu edukasi, simulasi, dan pendampingan langsung.

Pelatihan yang melibatkan edukasi mengenai faktor risiko PJK, cara-cara pencegahan yang efektif, serta teknik penyuluhan yang baik, diharapkan dapat mengubah cara pandang kader kesehatan mengenai pentingnya pencegahan penyakit jantung koroner. Selain itu, kegiatan simulasi juga dilakukan untuk melatih kader dalam memberikan informasi kepada masyarakat secara langsung, agar mereka dapat menjadi agen promosi kesehatan yang lebih efektif. Melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader, diharapkan akan terjadi perubahan perilaku di masyarakat yang lebih peduli dengan kesehatan jantung, serta menerapkan gaya hidup sehat yang dapat mengurangi faktor risiko PJK.[7]

Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk memberdayakan kader kesehatan agar dapat berfungsi sebagai penghubung yang

efektif antara fasilitas kesehatan dengan masyarakat. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih mudah mengakses informasi mengenai pencegahan PJK dan mendapatkan dukungan yang dibutuhkan untuk mengadopsi gaya hidup sehat. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam menurunkan angka kejadian PJK di wilayah RW 09 Kelurahan Lubang Buaya. Melalui pemberdayaan kader, diharapkan mereka dapat menyebarkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh kepada masyarakat luas, sehingga kesadaran tentang pencegahan PJK dapat tersebar secara lebih merata.

Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan bahwa masyarakat di wilayah RW 09 Kelurahan Lubang Buaya akan lebih memahami pentingnya pencegahan penyakit jantung koroner dan dapat melakukan langkah-langkah preventif yang diperlukan untuk menjaga kesehatan jantung mereka. Selain itu, keberhasilan dalam pemberdayaan kader diharapkan dapat menjadi model bagi wilayah lainnya dalam upaya pengurangan prevalensi PJK melalui pendekatan berbasis komunitas yang lebih holistik dan berkelanjutan.

DISKUSI

Hasil yang diperoleh dari Tabel 1 menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta pelatihan setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Sebelum dilaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan, hanya 9 orang (45%) peserta yang memiliki pengetahuan yang baik tentang PJK. Namun, setelah kegiatan pengabdian masyarakat, yang meliputi penyuluhan kesehatan, 17 orang (85%) peserta memiliki pengetahuan yang baik, sementara hanya 3 orang (15%) yang masih memiliki pengetahuan kurang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat berhasil meningkatkan pengetahuan peserta, yang berpotensi meningkatkan kesadaran mereka mengenai pentingnya pencegahan PJK.

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Peserta Pelatihan Sebelum dan Sesudah Kegiatan Pengabmas di RW 09, Kel. Lubang Buaya, Kec. Cipayung, Jakarta Timur.

No	Variabel	Sebelum kegiatan		Sesudah kegiatan	
		N	%	N	%
1	Pengetahuan Baik	9	45%	17	85
2	Pengetahuan Kurang	11	55%	3	15
	Jumlah	20	100	20	100

Peningkatan pengetahuan yang signifikan di kalangan kader kesehatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam upaya penyebarluasan informasi yang lebih efektif kepada masyarakat. Kader kesehatan memainkan peran yang sangat penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan, karena mereka menjadi ujung tombak dalam edukasi dan penyuluhan di tingkat komunitas. Semakin baik pengetahuan kader mengenai pencegahan penyakit, semakin besar kemungkinan mereka dapat menjalankan tugas mereka secara mandiri dan efektif dalam mengedukasi masyarakat. Peningkatan pengetahuan kader mengenai pencegahan PJK akan memampukan mereka untuk memberikan informasi yang lebih tepat dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat di

sekitarnya. Selain itu, dengan pengetahuan yang baik, kader kesehatan dapat lebih percaya diri dalam menjalankan peran mereka, yang pada akhirnya akan meningkatkan kepercayaan masyarakat terhadap upaya pencegahan penyakit jantung di komunitas mereka.[16]

Namun, kurangnya pengetahuan dapat menghambat kemampuan seseorang untuk berperan aktif dalam mengatasi masalah kesehatan yang ada di masyarakat.[17] Oleh karena itu, penting untuk terus meningkatkan pengetahuan kader melalui berbagai metode pendidikan kesehatan, seperti penyuluhan dan pelatihan. Faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan pendidikan kesehatan ini antara lain adalah kualitas pemateri, ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai, serta proses pendidikan yang berjalan secara interaktif dan partisipatif.[18]

Metode Simulasi

Metode simulasi yang diterapkan dalam kegiatan ini juga memberikan dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam melakukan penyuluhan kesehatan. Selain meningkatkan pemahaman peserta tentang materi yang diberikan, simulasi juga berfungsi untuk mengasah keterampilan praktis kader, seperti cara memberikan penyuluhan yang efektif dan melatih masyarakat untuk melakukan senam jantung sehat. Metode simulasi memungkinkan kader untuk meniru dan memperagakan kembali materi yang telah diajarkan selama sesi pelatihan, sehingga mereka dapat menginternalisasi informasi dengan lebih baik. Terdapat peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan kader Posyandu setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan yang dilanjutkan dengan metode simulasi. Hasil ini menunjukkan bahwa simulasi dapat meningkatkan kualitas pemahaman kader secara lebih mendalam dibandingkan hanya dengan penyuluhan tanpa adanya praktik langsung.[19]

Metode simulasi memungkinkan peserta untuk lebih mudah memahami dan mengingat informasi karena mereka dapat mengulangi proses yang telah dipelajari secara langsung. Dengan metode ini, peserta tidak hanya mendengarkan penjelasan, tetapi juga dapat mempraktikkannya secara langsung, yang meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan. Proses ini merangsang kader untuk aktif berpikir dan menganalisis informasi yang telah diberikan, sehingga mereka tidak hanya mengetahui apa yang harus dilakukan, tetapi juga memahami bagaimana dan mengapa langkah tersebut perlu diambil.[20]

Simulasi juga memberikan kesempatan kepada peserta untuk belajar dari kesalahan dan perbaikan, yang akan memperkaya pemahaman mereka. Dengan demikian, proses ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga keterampilan dalam menghadapi situasi nyata di lapangan. Sebagai contoh, kader yang dilatih untuk memberikan penyuluhan mengenai pencegahan PJK dapat langsung mempraktikkan teknik penyuluhan mereka dalam simulasi, yang memungkinkan mereka untuk lebih siap saat menghadapi masyarakat di dunia nyata. Hal ini sangat penting dalam memperkuat kemampuan kader dalam menjalankan perannya di masyarakat, terutama dalam hal komunikasi dan pendidikan kesehatan.[21]

Selain itu, penerapan edukasi berbentuk penyuluhan kesehatan dan simulasi juga memiliki peran besar dalam mendukung revitalisasi Posbindu PTM (Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular) di masyarakat. Dengan pengetahuan yang lebih baik tentang pencegahan PJK, kader kesehatan diharapkan dapat lebih efektif menjembatani komunikasi antara masyarakat dan petugas kesehatan. Mereka dapat memberikan informasi yang lebih akurat tentang kesehatan kepada masyarakat dan menyampaikan kebutuhan kesehatan masyarakat kepada pihak berwenang. Hal ini memperluas jangkauan pelayanan kesehatan yang ada dan memastikan bahwa lebih banyak anggota masyarakat yang mendapatkan informasi yang tepat mengenai pencegahan penyakit jantung dan kesehatan secara umum.[22] Selain itu, pemberdayaan kader melalui pelatihan dan simulasi ini juga dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan di tingkat komunitas, yang pada akhirnya dapat menurunkan angka kejadian PJK di wilayah tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pelatihan peningkatan pengetahuan kader posyandu dalam pencegahan PJK melalui metode edukasi dan simulasi diperoleh hasil sebelum dilakukan pelatihan nilai pengetahuan baik peserta 45% dan setelah diberikan edukasi dan simulasi meningkat menjadi 85%. Hal ini akan mendukung pelaksanaan posyandu secara optimal dan dapat berkontribusi pada upaya pencegahan PJK pada keluarga dan masyarakat di RW 09, Kelurahan Lubang Buaya. Kegiatan pengabmas Poltekkes Jakarta III sangat diharapkan oleh kader Posbindu PTM dalam meningkatkan pengetahuan dalam memberikan pelayanan kader di posyandu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Poltekkes Kemenkes Jakarta III yang telah memberikan kesempatan pada kami tim pengabmas melakukan kegiatan pelatihan dan kepada seluruh kader posyandu di Kelurahan Lubang Buaya khususnya RW 09, serta pihak Puskesmas Kelurahan Lubang Buaya yang telah ikut membantu dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

1. Kemenkes RI. *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*.; 2018.
2. Pane JP, Simorangkir L, Saragih PISB. Faktor-Faktor Risiko Penyakit Kardiovaskular Berbasis Masyarakat. *J Penelit Perawat Prof*. 2022;4(4):1183-1192.
3. D'Agostino Sr RB, Pencina MJ, Massaro JM, Coady S. Cardiovascular disease risk assessment: insights from Framingham. *Glob Heart*. 2013;8(1):11-23.
4. Arisandi Y, Hartati S. Hubungan Faktor Resiko Usia, Pengetahuan, Dan Kebiasaan Merokok Terhadap Kejadian Penyakit Jantung Koroner. *Babul Ilmi J Ilm Multi Sci Kesehat*. 2022;14(2).
5. Lestari D. Pengetahuan Masyarakat Tentang Deteksi Dini Penyakit Jantung Koroner (PJK) di Desa Keniten Kecamatan Ponorogo Kabupaten Ponorogo. Published online 2017.

6. Ahda Y, Sumarni L, Melisa M, Yuniarti E. Faktor genetik dan gaya hidup penderita penyakit jantung Koroner etnis minangkabau. *Eksakta Berk Ilm Bid MIPA*. 2015;2:13-18.
7. Ammouri AA, Tailakh A, Isac C, Kamanyire JK, Muliira J, Balachandran S. Knowledge of coronary heart disease risk factors among a community sample in Oman: Pilot study. *Sultan Qaboos Univ Med J*. 2016;16(2):e189.
8. Rosidawati R, Suryati ES, Nuraini N, Agustina A. Pengaruh Edukasi Multimedia Terhadap Peningkatan Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Keluarga Dalam Deteksi Dini Faktor Resiko Penyakit Jantung Koroner Di Kec. Cakung Jakarta Timur. *BEST J (Biology Educ Sains Technol*. 2023;6(2):731-737.
9. Suarningsih NKA, Saputra IK. Effectiveness of education using ha-man module on self-efficacy of adults in preventing coronary heart disease: Efektivitas edukasi melalui modul ha-man terhadap efikasi diri kelompok usia dewasa dalam mencegah penyakit jantung koroner. *Bali Med J*. 2021;8(3):294-299.
10. Indahsari NK, Masfufatun M, Herliani O. Edukasi dan Pelayanan Kesehatan tentang Pemeriksaan Kadar Kolesterol dan Glukosa Darah Terkait Pencegahan Penyakit Jantung Koroner dan Diabetes Melitus di SMA Ta'miriyah Surabaya. *J Abdidas*. 2022;3(6):1009-1014.
11. Simamora FA. PENDIDIKAN KESEHATAN PENYAKIT JANTUNG KORONER PADA KELOMPOK USIA DEWASA MADYA DI PERUMAHAN SABUNGAN INDAH KELURAHAN SABUNGAN JAE KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN HUTAIMBARU. *J Pengabdi Masy Aufa*. 2021;3(3):139-143.
12. Pratiwi A. Edukasi Kesehatan Terstruktur Terhadap Kualitas Hidup Pasien Penyakit Jantung Koroner (PJK). *ProNers*. 2019;4(1).
13. Farahdika A, Azam M. Faktor risiko yang berhubungan dengan penyakit jantung koroner pada usia dewasa madya (41-60 tahun)(studi kasus di RS Umum Daerah Kota Semarang). *Unnes J Public Heal*. 2015;4(2).
14. Mensah GA, Fuster V, Murray CJL, Roth GA, Collaborators GB of CD and R. Global burden of cardiovascular diseases and risks, 1990-2022. *J Am Coll Cardiol*. 2023;82(25):2350-2473.
15. Sholihah NA, Sakinah S. *Buku Ajar Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Penerbit NEM; 2022.
16. Martiningsih M, Wulandari A. Peningkatan peran kader kesehatan dalam deteksi dini risiko penyakit kardiovaskuler dengan Jakarta Kardiovaskuler Skor. *J Pemberdaya Publ Has Pengabdi Kpd Masy*. 2020;4(1):13-22.
17. Sundari SW. PENGARUH PELATIHAN KADER POSYANDU DENGAN MODUL TERINTEGRASI TERHADAP PENINGKATAN

PENGETAHUAN, SIKAP DAN KEIKUTSERTAAN KADER. Published online 2016.

18. Seaton CL, Holm N, Bottorff JL, et al. Factors that impact the success of interorganizational health promotion collaborations: a scoping review. *Am J Heal Promot*. 2018;32(4):1095-1109.
19. Purwaningsih T, Ulfah M, Prihandana S, Hudinoto EY. pelatihan dan pendampingan kader posyandu lansia untuk pencegahan penyakit kardiovaskuler di Kelurahan bandung Kota Tegal. *JABI J Abdimas Bhakti Indones*. 2020;1(2):12.
20. Nurbaya N, Saeni RH, Irwan Z. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu melalui kegiatan edukasi dan simulasi. *JMM (Jurnal Masy Mandiri)*. 2022;6(1):678-686.
21. Hudiyawati D, Muhlisin A, Pratiwi A, et al. Pemberdayaan kader berbasis educational and community based program dalam upaya pencegahan penyakit jantung. *Abdimas Siliwangi*. 2022;5(3):518-526.
22. Lestari R, Warseno A, Trisetyaningsih Y, Rukmi DK, Suci A. Pemberdayaan Kader Kesehatan Dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular Melalui Posbindu Ptm. *Adimas J Pengabdi Kpd Masy*. 2020;4(1):48-55.