AUXILIUM: Jurnal Pengabdian Kesehatan **ISSN : 3026-2720 (media online)**
Volume 3, Nomor 2, Agustus 2025 Halaman 07-11

Peningkatan Kesadaran Masyarakat terhadap Risiko Gagal Jantung melalui Kegiatan Penyuluhan

Rivhan Fauzan[1], Zahrina[2*], Sarah Rahmayani Siregar[3]

[1,2,3,]Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh, Aceh
*email korespondensi: zahrina@unimal.ac.id

ABSTRAK

Gagal jantung kongestif merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang memiliki angka morbiditas dan mortalitas tinggi di Indonesia. Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor resiko, gejala awal dan pencegahan gagal jantung menjadi tantangan besar dalam upaya promotif dan preventif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai resiko gagal jantung melalui penyuluhan kesehatan yang edukatif dan interaktif. Kegiatan dilaksanakan melalui kerja sama lintas sector antara institusi Pendidikan, tenaga Kesehatan di puskesmas dan masyarakat setempat. Metode yang digunakan meliputi pemaparan materi oleh dokter spesialis, diskusi interaktif, tanya jawab, pembagian leaflet. Hasil kegiatan menunjukkan masyarakat memberikan respon positif terhadap penyuluhan dan menyatakan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya gaya hidup sehat, deteksi dini gagal jantung, dan pengelolaan faktor resiko. Kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran kolektif masyarakat untuk berperan aktif dalam pencegahan penyakit jantung.

Kata kunci: Gagal jantung, kardiovaskular, penyuluhan

PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penyakit kardiovaskular (PKV) merupakan penyebab kematian utama di seluruh dunia, yang menyebabkan kematian sebanyak 17,9 juta orang pada tahun 2019 dan jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat seiring bertambahnya usia harapan hidup serta perubahan gaya hidup masyarakat (Zakaria & Alfian, 2022). Kematian akibat penyakit kardiovaskular telah meningkat secara signifikan dan tetap tinggi dalam sepuluh tahun terakhir di Indonesia (Socha et al., 2023). Diperkirakan penyakit kardiovaskular (KV) menyumbang 7%–10% dari seluruh rawat inap medis di rumah sakit di Afrika dan gagal jantung menyumbang 3%–7% dari rawat inap tersebut (Adebayo et al., 2017). Gagal jantung kongestif adalah salah satu penyakit kardiovaskular dengan angka mortalitas dan morbiditas tinggi baik di negara berkembang, termasuk Indonesia (Hasanah et al., 2024). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi gagal jantung kongestif di Indonesia yang didiagnosis dokter adalah sebesar 1,5% atau sekitar 1.017.290 penduduk (Prahasti & Fauzi, 2021). Gagal jantung adalah kondisi kronis di mana jantung tidak mampu memompa darah secara efisien untuk memenuhi kebutuhan metabolik tubuh. Penyakit

ini umumnya merupakan komplikasi dari penyakit jantung lainnya, seperti hipertensi yang tidak terkontrol, penyakit jantung koroner, atau gangguan katup jantung (Prahasti & Fauzi, 2021).

Gagal jantung (HF) terjadi ketika jantung tidak dapat memompa darah ke seluruh tubuh dalam jumlah yang cukup sesuai kebutuhan metabolisme tubuh (gagal maju), atau jantung hanya dapat memompa darah jika disertai peningkatan tekanan pengisian (gagal mundur), atau kombinasi keduanya (Mumpuni et al., 2020). Berdasarkan beberapa studi kohort berbasis populasi, faktor risiko yang paling sering menyebabkan gagal jantung adalah penyakit jantung koroner, hipertensi, DM, obesitas dan merokok. Data yang hampir sama juga didapatkan pada studi yang dilakukan oleh Lawson dkk. dengan menggunakan data rawat inap pasien gagal jantung di Inggris pada tahun 1998-2017, didapatkan bahwa hipertensi, penyakit jantung koroner, DM, penyakit ginjal kronis, obesitas dan fibrilasi atrium merupakan faktor risiko terjadinya gagal jantung (Paramita et al., 2021). Gejala umum seperti sesak napas, kelelahan berlebih, dan pembengkakan pada kaki sering kali tidak dikenali oleh masyarakat sebagai tanda awal penyakit serius. Akibatnya, deteksi dini gagal jantung menjadi sangat rendah dan penanganan baru dilakukan pada tahap lanjut ketika komplikasi sudah terjadi.

Permasalahan ini diperparah dengan masih rendahnya tingkat literasi kesehatan masyarakat terkait penyakit gagal jantung. Banyak masyarakat yang belum memahami faktor-faktor risiko, gejala awal, serta pentingnya perubahan gaya hidup untuk mencegah perkembangan penyakit. Berbagai penelitian telah menunjukkan hubungan antara literasi kesehatan dengan perilaku perawatan diri dan luaran klinis. Pernyataan American Heart Association (AHA) tahun 2009 menyatakan bahwa literasi kesehatan yang rendah merupakan "hambatan mendasar terhadap perawatan diri yang efektif" dan mengakui adanya bukti yang menghubungkan literasi kesehatan yang rendah dengan luaran yang lebih buruk pada pasien gagal jantung. Pasien dengan literasi kesehatan yang rendah memiliki skor perawatan diri yang lebih buruk dibandingkan dengan mereka yang memiliki literasi kesehatan yang lebih tinggi (Ionescu et al., 2025).

Minimnya penyuluhan kesehatan yang berfokus pada gagal jantung juga menyebabkan kesenjangan pengetahuan yang cukup besar, terutama di daerah dengan akses terbatas terhadap informasi dan layanan kesehatan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan upaya edukatif yang sistematis dan berkelanjutan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu strategi promotif yang efektif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan jantung, mengenali tanda-tanda gagal jantung, dan menerapkan gaya hidup sehat. Kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat secara nyata serta menumbuhkan kesadaran kolektif mengenai pentingnya pencegahan gagal jantung sejak dini.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap risiko gagal jantung melalui penyuluhan yang informatif, partisipatif, dan sesuai dengan kebutuhan lokal. Dengan meningkatnya pemahaman masyarakat, diharapkan terjadi peningkatan kemampuan individu untuk melakukan deteksi dini, mengurangi faktor risiko, dan menjaga kualitas hidup secara berkelanjutan.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan kegiatan, yang dimulai dengan tahap koordinasi, pelaksanaan, serta evaluasi pasca kegiatan. Pada tahap koordinasi,

dilakukan audiensi kepada Puskesmas Dewantara yang mana menjadi lokasi pelaksanaan kegiatan penyuluhan. Kegiatan ini sangat disambut baik oleh pihak Puskesmas dan bersedia memfaslitasi tempat untuk pelaksanaan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada Sabtu, 03 Mei 2025 pukul 08.30 hingga 10.30 bertempat di Aula Puskesmas Dewantara, Aceh Utara. Peserta pada kegiatan ini adalah para kader dari wilayah Kecamatan Dewantara serta masyarakat, khususnya lansia yang telah memiliki risiko tinggi terkena gagal jantung. Kegiatan penyuluhan diisi dengan penyampaian materi oleh dr. Rivhan Fauzan, M. Ked (Cardio), Sp.JP, yang merupakan dokter spesialis jantung dan pembuluh darah yang memberikan penjelasan komprehensif mengenai definisi gagal jantung, penyebab utamanya, serta pentingnya deteksi dini dan perubahan gaya hidup dalam upaya pencegahannya. Penyampaian materi dilanjutkan dengan sesi tanya-jawab bersama para peserta yang hadir. Kegiatan diakhiri dengan sesi kuis serta foto bersama dengan pemateri dan seluruh peserta yang berpartisipasi.

Evaluasi pasca kegiatan dilakukan dengan penyusunan berita acara dan penyampaian laporan kepada Pembina TBM ISET. Melalui tahapan ini Pembina memberikan pandangan dan masukan terkait jalannya pelaksanaan acara, sehingga pelaksanaan kegiatan kedepan dapat berjalan lebih baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada tanggal 03 Mei 2025 yang bertempat di Aula Puskesmas Dewantara, Aceh Utara. Kegiatan dilaksanakan pada pukul 08.30 sampai dengan 10.30 dan diikuti oleh staf puskesmas, para Kader di Kecamatan Dewantara, dan masyarakat lansia. Kegiatan yang dilaksanakan berupa penyuluhan dengan tema “Kenali dan Cegah Gagal Jantung”.

Pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan sambutan dari Ketua Panitia, Muhammad Ikhlas, yang menyampaikan latar belakang diadakannya kegiatan ini sebagai bagian dari komitmen TBM ISET dalam mendukung peningkatan kualitas kesehatan masyarakat melalui pendekatan edukatif. Acara kemudian dilanjutkan dengan sambutan dari Kepala Puskesmas Dewantara, dr. Weldi Junaidi, yang menyampaikan apresiasi atas inisiatif mahasiswa FK UNIMAL dalam menyelenggarakan kegiatan ini, serta menekankan pentingnya sinergi antara institusi pendidikan dan layanan kesehatan dalam membangun kesadaran masyarakat terhadap penyakit kronis seperti gagal jantung. Sambutan berikutnya disampaikan oleh pembina TBM ISET FK UNIMAL, Ibu Zahrina, S.Si, M.Si, yang menyampaikan dukungan penuh terhadap kegiatan mahasiswa dalam bidang pengabdian kepada masyarakat, serta mendorong agar kegiatan serupa terus dilakukan secara berkelanjutan.

Acara inti berupa penyampaian materi dilakukan oleh dr. Rivhan Fauzan, M.Ked (Cardio), Sp.JP, seorang dokter spesialis jantung dan pembuluh darah yang memberikan penjelasan komprehensif mengenai definisi gagal jantung beserta klasifikasinya, penyebab utama dan faktor risikonya, serta pentingnya deteksi dini dan perubahan gaya hidup dalam upaya pencegahannya. Pemateri juga memperkenalkan program Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) yang dilakukan melalui pendekatan gaya hidup sehat dan deteksi dini yaitu program CERDIK dan PATUH. CERDIK merupakan program untuk pencegahan primer gagal jantung, yaitu akronim dari Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat kalori seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola Stres. Sementara PATUH merupakan bentuk pengendalian gagal jantung, yaitu akronim dari Periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter, Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat

dan teratur, Tetap diet dengan gizi seimbang, Upayakan aktivitas fisik dengan aman, dan Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik lainnya.

Gambar 1. Pelaksanaan kegiatan pemberian edukasi

Pemateri juga menyampaikan pentingnya peran Kader dalam memberikan edukasi, melakukan aksi dan penguatan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam deteksi dini dan pencegahan gagal jantung. Melalui penerapan langkah-langkah CERDIK dan PATUH serta modifikasi gaya hidup sehat, pencegahan gagal jantung data dilkukan secara efektif untuk menurunkan risiko dan memperbaiki kualitas hidup masyarakat. Materi disampaikan secara interaktif dan disertai dengan sesi tanya jawab, di mana peserta sangat antusias dalam mengajukan pertanyaan seputar kondisi jantung dan upaya menjaga kesehatan kardiovaskular.
Kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan mendapatkan respons positif dari seluruh peserta. Masyarakat dan para kader merasa terbantu dengan penjelasan yang diberikan serta menyambut baik upaya edukasi yang dilakukan oleh mahasiswa kedokteran. Dengan terselenggaranya kegiatan ini, diharapkan masyarakat semakin sadar akan pentingnya menjaga kesehatan jantung serta termotivasi untuk melakukan pemeriksaan rutin di fasilitas pelayanan kesehatan.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa penyuluhan dengan tema "Kenali dan Cegah Gagal Jantung merupakan salah satu bentuk kegiatan Bulan Edukasi Kesehatan yang dilaksanakan oleh TBM ISET FK UNIMAL. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit gagal jantung, termasuk faktor risikonya, gejala-gejala yang harus diwaspadai, serta upayah-upaya pencegahan yang dapat dilakukan sejak dini. Kegiatan ini diikuti oleh para Kader di Kecamatan Dewantara dan masyarakat sekitar khususnya lansia. Kegiatan ini berlangsung dengan lancar dan mendapatkan rspon positif dari seluruh peserta. Terselenggaranya kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan jantung sejak dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Dewantara yang telah memfasilitasi tempat pelaksaan kegiatan, seluruh Kader Kecamatan Dewantara dan masyarakat yang telah berkontribusi pada kegiatan penyuluhan, Pemateri yang telah berkenan berbagi pengetahuan, Pembina dan seluruh anggota TBM ISET FK UNIMAL yang telah

mensukseskan kegiatan ini. Semoga apa kegiatan yang dilakukan dapat memberi manfaat untuk seluruh pihak yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

Adebayo, S., Olunuga, T., Durodola, A., & Ogah, O. (2017). Heart failure: Definition, classification, and pathophysiology – A mini-review. *Nigerian Journal of Cardiology*, *14*, 9. https://doi.org/10.4103/0189-7969.201913

Hasanah, D. Y., Zulkarnain, E., Arifianto, H., Prameswari, H. S., Suciadi, L. P., Probo, P., Yamin, D., Soerarso, R., Nauli, S. E., Kartini, V., Putri, P., Soedarsono, W. A., & Sarastri, Y. (2024). Guideline Editorial 2023 Indonesian Guidelines for Heart Failure Treatment : Working Group on Heart Failure and Cardiometabolic Diseases , Indonesian Heart Association. *Indonesian Journal of Cardiology*, *45*(Ii), 68–103. https://doi.org/10.30701/ijc.1671

Ionescu, R., Allen, L. A., Breathett, K., Fowler, B. K., Jackson, E. A., Kundrick, J., Ogunniyi, M. O., & Magnani, J. W. (2025). Health Literacy in Heart Failure: A Review of The Gaps and Challenges. *JACC: Advances*, *4*(3). https://doi.org/10.1016/j.jacadv.2025.101608

Mumpuni, H., Kusumastuti, D. A., Bagaswoto, H. P., & Setianto, B. Y. (2020). Acta Cardiologia Indonesiana Epidemiology , Aetiology and Risk Profile of Heart Failure in a Tertiary Referral Hospital : a Report from the Sardjito Heart Failure Registry. *Acta Cardiologia Indonesiana*, *7*(1), 7–12.

Paramita, A. A. K. Y., Saraswati, M. R., & Wiryawan, N. (2021). Gambaran Karakteristik Gagal Jantung pada Pasien Diabetes Melitus di RSUP Sanglah Denpasar. *Udayana Journal of Internal Medicine*, *5*(2), 37–45.

Prahasti, S. D., & Fauzi, L. (2021). Risiko Kematian Pasien Gagal Jantung Kongestif (GJK): Studi Kohort Retrospektif Berbasis Rumah Sakit. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, *1*(3), 388–395. http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN

Socha, W., Harmadha, P., Muharram, F. R., Id, S. G., Azimuth, Z., Ardiansyah, H., Id, S., & Firmansyah, F. (2023). Explaining the increase of incidence and mortality from cardiovascular disease in Indonesia : A global burden of disease study analysis (2000 – 2019). *PLoS ONE*, 1–19. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0294128

Zakaria, S. I., & Alfian, S. D. (2022). Determinants of Cardiovascular Diseases in the Elderly Population in Indonesia : Evidence from Population-Based Indonesian Family Life Survey (IFLS). *Vascular Health and Risk Management*, *December*, 905–914.