

**EDUKASI UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT JANTUNG PADA MAJLIS TA'LIM  
DARUSSALAM KEC. BUKIT RAYA KOTA PEKANBARU**

**Ahmad Redho<sup>1)</sup>, Nofri Hasrianto<sup>1)\*</sup>, Jufenti Ade Fitri<sup>1)</sup>**

<sup>1</sup>Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah

---

**Article Info**

**Article history:**

Received 15-11-2023

Revised 25-11-2023

Accepted 23-12-2023

---

**Keywords:**

Jantung Sehat

Herbal Jantung

Senam Jantung

---

**ABSTRAK**

Penyakit jantung adalah kondisi ketika jantung mengalami gangguan. Bentuk gangguan itu sendiri bermacam-macam, bisa berupa gangguan pada pembuluh darah jantung, katup jantung, atau otot jantung. Penyakit jantung juga dapat disebabkan oleh infeksi atau kelainan lahir. Penyebab lainnya adalah perkembangan jantung yang tidak sempurna, infeksi, atau aliran darah kaya oksigen ke jantung yang tidak tersuplai dengan baik. Untuk mengatasi harus tindakan preventif yang diperlukan adalah Edukasi dan promosi kesehatan terkait penyakit jantung perlu diberikan pada terutama orang dewasa hingga orang tua. diberikan Edukasi dan pelatihan pembuatan herbal dengan bahan yang mudah didapatkan sehingga dapat dibuat secara mandiri. Pemberian pengetahuan dan pelatihan tersebut diberikan kepada jamaah Majelis Ta'lim Darussalam yang berada tidak jauh dari kampus Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah pekanbaru dikecamatan bukit raya. Untuk mengetahui kegiatan tersebut untuk tahap awal adalah memberikan pretest dan posttest untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan jamaah MT Darussalam seta pelatihan dalam menyerap informasi yang disampaikan sehingga dapat mengimplementasikan di kehidupan sehari hari. penyuluhan kesehatan tentang pencegahan penyakit jantung diberikan kepada Masyarakat kelompok majelis Taklim dengan metode pretest dan posttest dengan meningkatkan pengetahuan, menciptakan lingkungan yang sehat serta pemilihan dan pengolahan bahan makanan untuk mempertahankan kondisi tubuh yang sehat. Pelaksanaan kegiatan tersebut dilaksanakan oleh dosen Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru dibantu oleh mahasiswa semester IV(empat) dengan Jumlah yang hadir dalam kegiatan tersebut sebanyak 35 orang

**ABSTRACT**

*Heart disease is a condition in which the heart is disturbed. The forms of the disorder itself vary, it can be a disorder in the blood vessels of the heart, the heart valves, or the heart muscle. Heart disease can also be caused by an infection or a birth defect. Other causes are imperfect heart development, infection, or oxygen-rich blood flow to the heart that is not well supplied. To overcome the need for preventive measures is that health education and promotion related to heart disease should be given especially to adults to the elderly. given education and training in herb making with materials that are easily available so that they can be made independently. The gift of knowledge and training was given to the Jamaah Majelis Ta'lim Darussalam which is not far from the campus of the Institute of Health and Technology Al Insyirah in the township of the high hill. To find out such activities for the early stages is to provide pretests and posttests to find out how far the knowledge of Jamaah MT Darussalam seta training in absorbing the information delivered so that it can be implemented in daily life.*

---

*Health advice on cardiovascular disease prevention is given to the Taklim community by pre-test and post-test methods by improving knowledge, creating a healthy environment as well as the selection and processing of foodstuffs to maintain a healthy condition of the body. The activities were carried out by the lecturer of the Institute of Health and Technology Al Insyirah Pekanbaru assisted by the students of semester IV (four) with a number of those present in the activities as much as 35 people.*

---

**\*Corresponding Author:** [nofrihasrianto@gmail.com](mailto:nofrihasrianto@gmail.com)

---

## PENDAHULUAN

Penyakit jantung adalah kondisi ketika jantung mengalami gangguan. Bentuk gangguan itu sendiri bermacam-macam, bisa berupa gangguan pada pembuluh darah jantung, katup jantung, atau otot jantung. Penyakit jantung juga dapat disebabkan oleh infeksi atau kelainan lahir. Penyakit kardiovaskuler termasuk kondisi kritis yang butuh penanganan segera. Pasalnya jantung adalah organ vital yang berfungsi untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Jika jantung bermasalah peredaran darah dalam tubuh bisa terganggu. Tanpa pertolongan medis yang sesuai, penyakit kardiovaskuler bisa mengancam jiwa dan menyebabkan kematian. Penyakit kronis ini disebut-sebut sebagai penyebab kematian yang cukup sering di seluruh dunia baik bagi pria maupun wanita dari semua ras.

Penyebab penyakit jantung adalah kerusakan, penyumbatan, peradangan, maupun kelainan pada jantung, otot, maupun pembuluh darah di sekitarnya. Penyumbatan di pembuluh jantung biasanya disebabkan oleh plak. Plak ini menumpuk pada arteri yang rusak. Penumpukan plak pada arteri koroner mungkin mulai di masa kanak-kanak. Dalam waktu tertentu plak dapat mengeras dan kemudian pecah. Plak yang mengeras akan mempersempit arteri koroner dan mengurangi suplai aliran darah yang kaya oksigen ke jantung. Hal ini dapat menyebabkan nyeri dada atau ketidaknyamanan yang disebut angina. Jika plak pecah, kepingan darah yang disebut platelet menempel pada lokasi cedera. Platelet mungkin mengumpul untuk membentuk bekuan darah. Gumpalan darah dapat lebih mempersempit arteri koroner dan memperburuk angina. Jika bekuan menjadi cukup besar, maka dapat menyumbat arteri koroner secara menyeluruh dan menyebabkan serangan jantung.

Penyebab lainnya adalah perkembangan jantung yang tidak sempurna, infeksi, atau aliran darah kaya oksigen ke jantung yang tidak tersuplai dengan baik. Untuk mengatasi harus tindakan preventif yang diperlukan adalah Edukasi dan promosi kesehatan terkait penyakit jantung perlu diberikan pada terutama orang dewasa hingga orang tua pasien bahkan sejak masih anak-anak. Jenis kelainan jantung yang dialami, gejala yang mungkin muncul, tanda bahaya, terapi yang dapat dilakukan, dan kemungkinan gejala yang muncul pada pasien. Edukasi tentang penyakit jantung bawaan sangat penting untuk dilakukan secara komprehensif. Pada orang dewasa hingga orang lanjut usia dengan atau tanpa penyakit jantung, disarankan untuk melakukan aktivitas fisik rutin sesuai dengan kapasitas individual. Selain itu, karena adanya risiko yang lebih tinggi untuk mengalami endokarditis infektif pada orang dengan penyakit jantung, diperlukan edukasi yang baik mengenai tindakan pencegahan yang dapat dilakukan

Pencegahan dibutuhkan ketekunan dan kesungguhan dalam menjalaninya, karena banyak yang baru menyadarinya setelah penyakit tersebut sudah menyerangnya dengan demikian maka perlu diberikan Edukasi dan pelatihan pembuatan herbal dengan bahan yang mudah didapatkan disekitar kita agar tetap menjalani hidup dengan sehat dan bermakna. Pembuatan herbal dengan memanfaatkan bahan yang mudah didapatkan antara lain daun salam. Daun salam adalah salah satu tanaman yang diperkaya dengan antioksidan yang berkhasiat untuk mengendalikan kolesterol. Ia mengandung senyawa flavonoid, yaitu agen antioksidan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol baik atau HDL. Sebuah penelitian dari jurnal *AIP Conference Proceedings* menunjukkan bahwa daun salam mengandung flavonoid seperti quercetin, myricetin, dan myricitrin. Selain meningkatkan kolesterol baik, zat flavonoid juga dipercaya mampu menurunkan kadar kolesterol jahat dalam darah. Selain kaya akan antioksidan, daun salam juga mengandung serat dan vitamin yang diperlukan tubuh untuk mengatasi kadar kolesterol tinggi

Kandungan vitamin C di dalam daun salam dapat membantu menurunkan kolesterol dan trigliserida yang berlebihan dalam tubuh. Tak hanya itu saja, vitamin B3, A, dan E di dalamnya dipercaya efektif menjaga kadar kolesterol jahat dan baik agar tetap seimbang di dalam tubuh. Sementara itu, kandungan

serat pada daun salam dapat membantu menghambat penyerapan kolesterol dalam darah. Konsumsi serat sebanyak 5–10-gram sehari dapat membantu mengurangi kadar kolesterol jahat. Pembuatan rebusan air daun salam dengan mencuci daun salam dengan air sampai bersih. Kemudian, rebus daun salam di dalam air mendidih hingga menyisakan satu gelas air. Bagi dua air rebusan daun salam tersebut untuk diminum dua kali sehari

Daun jati belanda terkandung serat dalam ekstrak daun jati belanda dapat menghambat penyerapan lemak hingga kolesterol. uji klinis yang membuktikan khasiat mampu menurunkan kadar kolestrol. Kandungan kalium di dalam daun kelor juga mampu mengontrol tekanan darah dalam tubuh. Tak hanya itu, nutrisi tersebut juga efektif menjaga tekanan darah tetap stabil, sehingga dapat mencegah risiko terjadinya hipertensi. Termasuk daun mangga apabila Rutin mengonsumsi air rebusan daun mangga juga bisa membantu mencegah tekanan darah tinggi. Tak hanya itu, daun mangga juga efektif untuk memperkuat pembuluh darah dalam pengobatan varises. Daun mangga mengandung vitamin A, vitamin B, vitamin C, fenol, dan flavonoid. Maka dari itu, manfaat daun mangga dipercaya efektif menurunkan kadar asam urat tinggi. Selain untuk mengontrol gula darah, manfaat daun seledri juga cocok dipakai untuk mengatasi masalah kolesterol. Utamanya menghambat perkembangan kolesterol jahat dalam tubuh Daun seledri bermanfaat untuk kesehatan karena berasal dari senyawa 3-n-butylphthalide yang sangat tinggi. antioksidan yang terkandung dalam seledri dinilai bertanggung jawab untuk menurunkan kadar kolesterol yang tinggi. Senyawa kimia yang terkandung dalam daun seledri dipercaya berfungsi sebagai anti hipertensi dan anti kolesterol. Demikian juga Flavonoid yang terkandung dalam ekstrak daun kemangi mampu menurunkan kadar kolesterol plasma dengan cara menghambat absorpsi kolesterol dalam usus dan dapat meningkatkan reaksi pembentukan asam empedu dari kolesterol untuk diekskresikan melalui feses

Pemberian pengetahuan dan pelatihan diberikan kepada jamaah Majelis Ta'lim Darussalam yang berada tidak jauh dari kampus Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah dikecamatan bukit raya dan sekitarnya. Pada tahap awal yaitu mengetahui kegiatan tersebut adalah memberikan pretest dan posttest untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan jamaah MT Darussalam seta pelatihan dalam menyerap informasi yang disampaikan sehingga dapat mengimplementasikan di rumah masing-masing anggota majelis taklim. Tahap awal adalah survei jamaah MT Darussalam yang berjarak 1.8 km dari kampus IKTA dan mengatur pelaksanaan kegiatan dengan mengoptimalisasi pengetahuan jamaah MT Darussalam tentang penyakit jantung dan upaya pencegahan yang dilakukan selama ini dengan memanfaatkan herbal yang mudah didapatkan dirumah].

## METODE PELAKSANAAN

Tahapan dari solusi permasalahan yang ditawarkan dan uraian pelaksanaan dari setiap tahapan tersebut.

1. Observasi Lapangan, pada tahapan ini dilakukan persiapan untuk mengidentifikasi kebutuhan yang digunakan pada saat pelaksanaan edukasi kegiatan
2. Tahap pelaksanaan dilakukan pertanyaan terbuka saat kegiatan telah berlangsung. Pertanyaan awal dilakukan untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan para anggota Majelis Taklim mengenai menjaga Kesehatan jantung sehingga dapat dipraktikan dirumah dengan membuat beberapa herbal.
  - Waktu dan Tempat

Kegiatan ini dilaksanakan pada :

Hari/Tanggal : Rabu, 14 Juni 2023

Pukul : 16.00 s.d selesai

Tempat : Masjid Darussalam Tangkerang Selatan, Bukit Raya, Pekanbaru

- Sasaran Kegiatan: anggota Majelis Taklim Darusslam wilayah kerja Kelurahan Tangkerang Selatan, Bukit Raya, Pekanbaru].

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** *Distribusi frekuensi pengetahuan sebelum diberikan edukasi penecegahan penyakit jantung di MT Darussalam Kec.Bukit Raya kota pekanbaru (n=40)*

No	Kategori	F	%
1	Baik	2	0,5
2	Cukup	14	35

3	Kurang	24	60
Total		40	100

(Nursalam, 2016)

Dari Tabel 1 terlihat sebagian besar pengetahuan responden sebelum diberikan Edukasi berada dalam rentang kurang yaitu sebanyak sebanyak 24 orang (60%).

**Tabel 2.** *Distribusi frekuensi pengetahuan sesudah diberikan edukasi pencegahan penyakit jantung di MT Darussalam Kec.Bukit Raya kota pekanbaru (n=40)*

No	Kategori	F	%
1	Baik	28	70
2	Cukup	10	25
3	Kurang	2	5
Total		40	100

(Nursalam, 2016)

Dari Tabel 1 terlihat sebagian besar pengetahuan responden sesudah diberikan Edukasi berada dalam rentang Baik yaitu sebanyak sebanyak 28 orang (70%).

**Tabel 3.** *Distribusi frekuensi rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi pencegahan penyakit jantung di MT Darussalam Kec.Bukit Raya kota pekanbaru (n=40)*

No	Kategori	Mean
1	Pengetahuan sebelum	17,35
2	Pengetahuan Sesudah	24,7

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan kegiatan edukasi yang diberikan kepada ibu-ibu majelis taklim sebelum diberikan didapat nilai 17,35 yang artinya bahwa pengetahuannya dalam kategori kurang. Setelah diberikan pengetahuan menjadi 24,75 karena diterimanya informasi tentang upaya pencegahan penyakit jantung dengan media herbal yang berarti pengetahuan peserta telah bertambah dari sebelumnya dan edukasi yang diberikan berhasil. Diharapkan peserta yang mengikuti kegiatan edukasi mampu menjadi lebih baik dan di aplikasikan dikeluarga dan Masyarakat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada perguruan tinggi IKTA dalam memberikan support terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini sehingga kegiatan ini dapat berjalan sampai selesai. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada Bpk RW 06 Kelurahan Tangkerang Selatan beserta staf yang telah mengizinkan edukasi dan izin yang diberikan kepada kami untuk dapat menginformasikan tentang pencegahan penyakit jantung, seluruh pak RT dilingkungan RW 06, Karang Taruna yang meberjasama dalam menghadiri kegiatan tersebut. Para anggota majelis taklim yang hadir dan aktif dalam berinteraksi bertanya maupun memberikan tanggapan yang diberikan dalam kegiatan ini semoga dapat dilanjutkan dengan kegiatan pengabdian lain yang terkait kemasyarakatan.

## DAFTAR PUSTAKA

Annur.C.M, (2018). 11 Provinsi dengan Prevalensi Penyakit Jantung Tertinggi. Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/26/prevalensi-penyakit-jantung-di-provinsi-ini-paling-tinggi-di-indonesia>

- P2PTM Kemenkes RI (2019). Hari Jantung Sedunia (World Heart Day): Your Heart is Our Heart Too. <https://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-/hari-jantung-sedunia-world-heart-day-your-heart-is-our-heart-too>
- RSUD AA, (2023). RSUD AA: Setiap Tahun, 18 Ribu Warga Riau Terserang Jantung Koroner, Setengahnya Meninggal. <http://rsudarifinachmad.riau.go.id/rsud-aa-setiap-tahun-18-ribu-warga-riau-terserang-jantung-koroner-setengahnya-meninggal/>
- Mitra,dkk, (2011) Surveilens Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah di Dinas Kesehatan Provinsi Riau. <file:///C:/Users/user/Downloads/acaahya,+Journal+manager,+8.hal+89-96+MITRA+-+SURVEILENCE+PJPD.pdf>
- Putra.I Made,S.A (2023) 5 Cara Cegah Serangan Jantung di Usia Muda. <https://www.siloamhospitals.com/en/informasi-siloam/artikel/cara-cegah-serangan-jantung-di-usia-muda>
- Sariasih, (2017)Pemberian Edukasi Tingkatkan Pengetahuan Pasien Tentang Kesehatan.<https://www.sariasih.com/artikel/kegiatan/pemberian-edukasi-tingkatkan-pengetahuan-pasien-tentang-kesehatan>.