

## PENDIDIKAN KESEHATAN PENGENDALIAN FAKTOR RISIKO PENYAKIT JANTUNG PADA REMAJA DENGAN STATUS GIZI LEBIH

Ii Solihah<sup>✉</sup>, Amelia Arnis<sup>1</sup>

Corresponding author: solihahii41@gmail.com

<sup>1</sup> Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta I, Indonesia

Genesis Naskah: Submitted: 23-06-2021, Revised: 26-06-2021, Accepted: 28-06-2021

### Abstrak

Berbagai permasalahan kesehatan yang terjadi pada remaja salah satunya dengan status gizi lebih, Salah satu faktor risiko penyakit jantung yang perlu mendapat perhatian pada remaja adalah obesitas. Tujuan pengabdian mengetahui pengetahuan pencegahan faktor risiko penyakit Jantung pada siswa SMK Alhidayah Kelas XI Jakarta Selatan tahun 2019. Metode yang dilakukan melalui pre dan post test tentang pencegahan factor risiko penyakit jantung pada remaja. Pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 60 responden yang memiliki IMT dengan katagori setatus gizi lebih. Hasil menunjukkan adanya pengaruh peningkatan pengetahuan dengan nilai  $p = 0,0005$  Kesimpulannya bahwa Pendidikan memiliki pengaruh terhadap perubahan pengetahuan pencegahan faktor risiko penyakit jantung. Rekomendasi setiap instansi kesehatan memiliki kebijakan tertulis tentang program pencegahan dan pengendalian faktor risiko penyakit jantung pada remaja

**Kata Kunci:** Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan Remaja

### HEALTH EDUCATION CONTROL OF HEART DISEASE RISK FACTORS IN ADOLESCENT WITH MORE NUTRITIONAL STATUS

#### Abstract

Various health problems that occur in adolescents, one of which is with more nutritional status. One of the risk factors for heart disease that needs attention in adolescents is obesity. The purpose of the community service is to know the knowledge of preventing heart disease risk factors in students of SMK Alhidayah Class XI, South Jakarta in 2019. This community service was attended by 60 respondents who have a BMI in the category of overweight status. The method is carried out through pre and post tests on the prevention of heart disease risk factors in adolescents. The results show that there is an effect of increasing knowledge with  $p$  value = 0.0005. The conclusion is that education has an influence on changes in knowledge of heart disease risk factor prevention. Recommendations for each health agency to have a written policy on prevention and control programs for heart disease risk factors in adolescents.

**Keywords:** Health Education, Knowledge Teenagers

#### Pendahuluan

Masa remaja merupakan salah satu periode yang menentukan pola pembentukan status kesehatan di masa dewasa. Masa ini sering dianggap sebagai kelompok dengan kesehatan prima. Namun perilaku berisiko umumnya dimulai pada periode ini. Masa ini adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Pola karakteristik pesatnya tumbuh kembang ini menyebabkan remaja memiliki rasa keingintahuan

yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani mengambil resiko. Berbagai permasalahan yang terjadi pada remaja salah satunya dengan status gizi lebih, hal ini dipengaruhi oleh berbagai dimensi kehidupan dalam diri mereka, baik dimensi biologis antara , kognitif, moral dan psikologis serta pengaruh dari lingkungan sekitar (Soetjiningsih, 2004).

Pada dasarnya remaja menghadapi masalah kesehatan yang kompleks, walaupun selama ini

diasumsikan sebagai kelompok yang sehat. Secara garis besar, masalah kesehatan remaja dapat dibagi ke dalam dua golongan yaitu masalah kesehatan fisik dan perilaku. Investasi yang sangat bermanfaat jika intervensi pencegahan faktor risiko penyakit kardiovaskuler dapat dilakukan saat ini (Soetjningsih, 2004). Berdasarkan beberapa survei diketahui besaran masalah kesehatan remaja terutama pada usia > 15 tahun, yang di mungkinkan menyebabkan faktor resiko penyakit Jantung yang terus mengalami peningkatan saat ini antara lain, yaitu merokok 36,3%., obesitas untuk wilayah Jakarta Selatan sebesar 8,7 %, Diabetes militus 2,1%, kolesterol total abnormal 3,5%, hipertensi bahkan mencapai 15% (Kusmana, 1997), sementara data WHO menyatakan hampir dua pertiga kematian disebabkan oleh penyakit tidak menular dan membunuh penduduk dengan usia yang lebih muda (Balitbang Kemenkes RI, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian lain pada 300 responden siswa didapatkan prevalensi penyakit hipertensi pada siswa sebesar 107 responden (35,7%). Aktifitas fisik yang buruk merupakan faktor risiko paling dominan terjadi pada siswa yaitu sebesar 164 responden (54,7%). Obesitas merupakan faktor risiko yang memiliki peluang tertinggi (6 kali) berhubungan dengan penyakit kardiovaskuler (hipertensi) pada siswa. Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada siswa adalah obesitas ( $p= 0,000$ ) dan inaktifitas fisik dengan  $p= 0,002$  (Kemenkes RI, 2012). Hasil penelitian lain yang sesuai judul ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perbedaan nilai pre-test dan

post-test pengetahuan ( $p=0,000$ ) dan sikap ( $p=0,000$ ) pada kelompok eksperimen (Nurhidayat, 2012), sementara data hasil survailen (pengawasan berkala) pada Penyakit Tidak Menular (PTM) di seluruh SMA baik Negeri atau swasta di wilayah kerja Puskesmas Kelurahan Pondok Labu didapat data kecenderungan siwanya mengalami berat badan lebih.

Besarnya gambaran masalah tersebut, maka kesehatan remaja dengan status gizi lebih perlu mendapatkan perhatian terutama dalam pengendalian faktor risiko, melalui komunikasi, informasi dan edukasi yang tepat dan berbasis masyarakat (Wijoreni, 2014). Adapun tujuan pengabdian masyarakat ini adalah diketahuinya pengaruh pendidikan kesehatan tentang pencegahan faktor risiko penyakit kardiovaskuler terhadap pengetahuan siswa dengan satatus gizi lebih.

#### **Metode Pelaksanaan**

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan dilakukan dengan pemberian penyuluhan secara langsung pada siswa SMK Alhidayah Kelas XI yang berjumlah 60 orang. Langkah pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan melalui pengenalan, penyampaian tujuan serta melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan pada seluruh siswa kelas XI, setelah didapatkan nilai IMT yang lebih dari 25 maka responden tersebut dilakukan pengukuran tekanan darah serta pertanyaan melalui kuesioner. Pendidikan kesehatan dilakukan dengan ceramah dan diskusi serta pemberian leaflet.

#### **Hasil dan Pembahasan**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan factor risiko**

Variabel	Variabel	Frequency	Percent (%)
Jenis Kelamin	Laki- laki	35	58
	Perempuan	25	42
IMT	Gemuk	59	98
	Obesitas	1	2
Tekanan darah	Pra hipertensi	34	56
	Hipertensi	0	
Merokok	Ya	13	21
Riwayat keluarga	Peny.Jantung	12	20
	Hipertensi	15	25
	DM	16	26

Tabel 1 tentang karakteristik ibu berdasarkan factor resiko, diketahui bahwa terbanyak adalah jenis kelamin laki-laki 58%, IMT kategori gemul 98%, tekanan darah pra hipetensi 56%, kebiasaan merokok 21% dan riwayat keluarga yaitu diabetes mellitus 26%.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Menurut Motivasi Mengikuti Pendidikan Kesehatan**

No	Motivasi	Jumlah	Presentase (%)
1	Baik	27	45
2	Cukup	33	55
3	Kurang	0	0
	Total	60	100.0

Tabel 2 menunjukkan proporsi motivasi sesudah mengikuti penkes Sebagian besar 33 (55%) Responden memiliki motivasi yang cukup.

**Tabel 3. Distribusi Rata-Rata Pengetahuan dan Sikap terhadap Pengendalian Faktor Resiko Penyakit Kardiovaskuler Pengukuran I dan II**

Variabel	Intervensi pendidikan kesehatan (n 30)			
	X	SD	E	P value
Tahu Pre	85	8.9	1.6	0.0005
Tahu Post	96.7	5.3	0.9	

Tabel 3 menunjukkan hasil uji statistik didapatkan nilai  $p$  pengetahuan = 0,0005 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan

antara pengetahuan pada pengukuran pertama dan kedua

**Tabel 4. Distribusi rata rata pengetahuan pada faktor risiko penyakit Jantung**

Variabel	Pengetahuan Intervensi (n=60)		
	X	95%CI	p-value
Baik	97.7	95.6-99.8	0.043
Cukup	92.8	86.8-89.7	

Tabel 4 Hasil uji statistik didapat nilai  $p < 0,05$ .berarti pada  $\alpha$  5% dapat disimpulkan ada perbedaan pengetahuan responden yang memiliki motivasi yang baik dan cukup, setelah dilakukan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan hasil menunjukkan bahwa motivasi mengikuti pendidikan kesehatan katagori cukup, berdasarkan analisis menunjukkan bahwa motivasi memiliki pengaruh terhadap pengetahuan responden. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang menyatakan, bahwa motivasi merupakan faktor yang berhubungan dengan kemampuan pasien PJK dalam melakukan pencegahan sekunder terhadap faktor risiko  $p=0,003$  (Indrawati, 2012), samahalnya dengan penelitian (Puryanto et al., 2012), bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang bahaya rokok dengan nilai  $p=0,000$ . Adapun sumber lain menyatakan bahwa faktor yang paling dominan menentukan motivasi belajar siswa adalah siswa itu sendiri. Hal ini karena siswa sendirilah yang akhirnya mengambil keputusan tentang apa yang hendak dilakukan dan bertanggung jawab atas hasil belajarnya.

### **Kesimpulan dan Saran**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di dapat disimpulkan:

1. Sebagian besar 34 (56%) responden mengalami pra-hipertensi, terdapat 13 (21%) responden memiliki kebiasaan merokok, dan responden memiliki riwayat keluarga dengan penyakit jantung 12 (20%); 15(25%) hipertensi; serta 16 (26 %) memiliki riwayat keluarga dengan Diabetes Militus.
2. Proporsi motivasi responden menunjukkan sebagian besar 33(55%) memiliki motivasi yang cukup
3. Terdapat pengaruh yang signifikan pada pengetahuan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang faktor risiko penyakit Jantung dan pencegahann yang dibuktikan dengan nilai  $p = 0,0005$  baik pada pengetahuan maupun sikap
4. Motivasi merupakan faktor yang berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang fakto risiko penyakit kardiovaskuler adalah motivasi dengan nilai  $p=0,043$

Saran yang dapat diberikan dari pengabdian kepada masyarakat ini Pengabdian masyarakat ini bisa dijadikan dasar dalam megetahui tentang pengetahuan yang lebih mendalam dengsn berbagai metode lainnya dan diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi setiap instansi kesehatan untuk membuat kebijakan tertulis tentang pelaksanaan penyuluhan pengenalan Penyakit Kardiovaskuler pada Remaja di institusi pendidikan.

#### **Daftar Pustaka**

Balitbang Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta.

Indrawati, L. (2012). *Analisis Faktor yang*

*Berhubungan dengan Kemampuan Pasien Melakukan Pencegahan Sekunder Faktor Risiko di RSPAD Gatot Soebroto Jakarta*. Universitas Indonesia.

Kemenkes RI. (2012). Penyakit Tidak Menular. *Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan*.

Kusmana. (1997). *Olah Raga bagi Kesehatan Jantung*. Jakarta: FKUI.

Nurhidayat. (2012). *Persepsi Siswa SMP Putra Bangsa terhadap Perilaku Merokok di Kelurahan Kemiri Muka, Depok*.

Puryanto, Juni, E., & Santoso. (2012). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa tentang Bahaya Rokok. *Karya Ilmiah S. 1 Ilmu Keperawatan*.

Soetjningsih. (2004). *Buku Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.

Wijoreni. (2014). *Hidup Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dalam Mencegah Penyakit Tidak Menular*. Surakarta.