



# Optimalisasi Literasi Kesehatan Jantung pada Masyarakat melalui *Talkshow* dan Skrining di Rumah Sakit Universitas Indonesia

Elida Soviana<sup>1</sup>, Diah Eka Andayani<sup>2</sup>, Putri Novia Choiri Insani<sup>3</sup> dan Anna Maurina Singal<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Doktor Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia, Jalan Salemba Raya No. 6, Jakarta Pusat, Indonesia, 10430.

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia, Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo, Jalan Salemba Raya No 6, Jakarta Pusat, Indonesia 10430.

<sup>3</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia, Jalan. Damai II No 37, Ciganjur, Jagakarsa, Jakarta Selatan, Indonesia, 12630.

<sup>4</sup>Unit Gizi, Rumah Sakit Indonesia, Universitas Indonesia, Depok, Indonesia, 16424

\*Email koresponden: [elida.soviana@ums.ac.id](mailto:elida.soviana@ums.ac.id)

## ARTIKEL INFO

Article history

Received: 14 Mei 2025

Accepted: 4 Okt 2025

Published: 30 Nov 2025

## Kata kunci:

Edukasi Kesehatan,  
Pencegahan Penyakit  
tidak Menular,  
Pengabdian  
Masyarakat,  
Penyakit Jantung,  
Skrining kesehatan

## Keywords:

Cardiovascular Disease,  
Community service,  
Health Education, Health  
Screening,  
Non-communicable  
Disease Prevention

## ABSTRAK

**Background:** Penyakit jantung merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi di Indonesia, termasuk di Kota Depok. Kesadaran Masyarakat mengenai faktor risiko dan deteksi dini masih rendah, sehingga menjadi tantangan utama. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan penyakit jantung serta mendeteksi dini risiko penyakit jantung dan penyakit tidak menular melalui edukasi dalam bentuk *talkshow* dan skrining kesehatan. **Metode:** Kegiatan dilaksanakan melalui dua pendekatan utama, yaitu pendidikan masyarakat berbentuk *talkshow* interaktif dan skrining kesehatan yang meliputi pemeriksaan glukosa darah, kolesterol total, tekanan darah, dan pengukuran lingkaran perut. Edukasi diberikan oleh tim kesehatan multidisiplin dan dilanjutkan dengan sesi konsultasi individu. **Hasil:** Kegiatan diikuti oleh 350 peserta dengan antusiasme tinggi. Hasil skrining menunjukkan mayoritas peserta memiliki faktor risiko ganda seperti 62,5% peserta mengalami hiperkolesterolemia dan 95% mengalami obesitas sentral dengan lingkaran perut di atas rekomendasi. Peserta juga menunjukkan peningkatan pemahaman tentang pentingnya kesehatan jantung dan faktor risikonya. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian ini berhasil mencapai target, memberikan dampak positif berupa peningkatan kesadaran kesehatan dan deteksi dini faktor risiko penyakit jantung di masyarakat. Kegiatan ini menunjukkan urgensi program promotif preventif berkelanjutan. Kegiatan serupa direkomendasikan untuk diperluas dengan pemantauan jangka panjang guna mengukur perubahan perilaku kesehatan.

## ABSTRACT

**Background:** Cardiovascular disease is one of the leading causes of death in Indonesia, including in Depok City. The low level of public awareness regarding risk factors and the importance of early detection remains a significant challenge. The community service activity aimed to increase public knowledge about heart disease prevention and conduct early screening for non-communicable disease risk factors. **Methods:** The program was conducted using two main approaches: community education through interactive talk shows and health screenings, including blood glucose tests, total cholesterol measurements, blood pressure checks, and waist circumference measurements. The educational sessions were delivered by a multidisciplinary health team and followed by individual consultations. **Results:** The activity was attended by 350 highly enthusiastic participants. Screening results showed that 62.5% of participants experienced hypercholesterolemia, 95% had waist circumferences above the recommended limits, and some participants had elevated blood pressure. The



participants also demonstrated increased awareness of heart health and its associated risk factors. **Conclusion:** This community service successfully achieved its targets and provided a positive impact by increasing health awareness and facilitating the early detection of cardiovascular risk factors. Similar activities are recommended to be expanded with long-term monitoring to evaluate behavioral changes.



© 2025 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

## PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit jantung, kanker, diabetes melitus, dan penyakit paru obstruksi kronis (PPOK) saat ini menjadi penyebab kematian utama di dunia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa penyakit kardiovaskular menyumbang 32% dari total kematian global, di mana 85% di antaranya disebabkan oleh serangan jantung dan stroke. Pada kelompok usia 30 hingga 70 tahun, penyebab kematian tertinggi adalah penyakit serebrovaskular (20,7%), penyakit jantung iskemik (14,9%), dan diabetes melitus (9,6%) (PERKI, 2022). Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit jantung mencapai 1,5% dan di Provinsi Jawa Barat sebesar 1,62%. Data dari [Kementerian Kesehatan 2024](#)) menunjukkan bahwa PTM tidak hanya berdampak pada peningkatan angka kematian tetapi juga meningkatkan beban ekonomi nasional yang signifikan akibat tingginya biaya pengobatan dan hilangnya produktivitas. Salah satu faktor risiko utama PTM, khususnya penyakit jantung, adalah pola makan yang tidak sehat dan gaya hidup kurang aktif, sehingga pencegahan melalui edukasi dan modifikasi perilaku menjadi langkah penting dalam mengurangi dampak penyakit ini (Shi et al, 2022).

Kota Depok, Jawa Barat, menjadi salah satu wilayah yang mengalami peningkatan kasus penyakit jantung secara signifikan. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Depok tahun 2023, angka kematian akibat penyakit jantung meningkat dari satu kasus pada tahun 2022 menjadi lima kasus pada tahun 2023, dan jumlah kunjungan pasien penyakit jantung iskemik serta gagal jantung mencapai 11.097 dan 7.980 kasus di seluruh puskesmas Kota Depok. Data ini mengindikasikan bahwa penyakit jantung menjadi salah satu masalah kesehatan prioritas di wilayah tersebut. Berdasarkan hasil survei dan wawancara dengan mitra di lapangan, terungkap bahwa tingkat kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan penyakit jantung dan pengelolaan faktor risikonya, seperti pola makan, aktivitas fisik, dan kontrol tekanan darah, masih tergolong rendah. Hal ini menegaskan perlunya program intervensi yang bersifat edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat terhadap pencegahan penyakit jantung. Rendahnya tingkat kesadaran masyarakat tersebut dapat menjadi masalah dan tantangan bagi tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat guna mencegah terjadinya penyakit jantung dan penyakit tidak menular lainnya.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki keunikan dan nilai kebaruan (*novelty*) karena dirancang dengan pendekatan edukasi terintegrasi yang melibatkan dokter spesialis berbagai bidang, tenaga kesehatan, serta komunitas masyarakat Kota Depok. Program ini tidak hanya memberikan penyuluhan tetapi juga menyertakan skrining kesehatan secara langsung serta pembagian media edukasi berupa leaflet gizi seimbang yang dapat digunakan sebagai panduan praktis dalam kehidupan sehari-hari. Keterlibatan lintas sektor dan pelaksanaan kegiatan secara komprehensif dengan mengombinasikan edukasi, aktivitas fisik, dan pemeriksaan kesehatan



menjadikan kegiatan ini berbeda dari program sebelumnya yang umumnya hanya berfokus pada satu aspek intervensi saja.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan masyarakat dengan kategori usia produktif dan lansia dalam mencegah dan mengendalikan penyakit jantung melalui penerapan pola makan sehat dan gaya hidup aktif. Kegiatan ini diharapkan mampu menjadi solusi nyata dalam mengurangi risiko penyakit jantung pada masyarakat Kota Depok dan sekitarnya, serta mendorong masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat secara berkelanjutan. Selain itu, program ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi peningkatan kualitas hidup masyarakat menuju Indonesia Emas 2045 yang sehat dan produktif.

## MASALAH

Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Masyarakat sekitar RSUI dengan kategori usia produktif dan lansia serta komunitas kesehatan di wilayah Jabodetabek. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan pihak mitra, diketahui bahwa salah satu permasalahan utama yang dihadapi masyarakat adalah masih rendahnya tingkat kesadaran dan pemahaman mengenai pencegahan penyakit tidak menular, khususnya penyakit jantung. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Depok tahun 2023, angka kematian akibat penyakit jantung meningkat dari satu kasus pada tahun 2022 menjadi lima kasus pada tahun 2023, dan jumlah kunjungan pasien penyakit jantung iskemik serta gagal jantung mencapai 11.097 dan 7.980 kasus di seluruh puskesmas Kota Depok. Meskipun penyakit jantung menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi di Kota Depok dan prevalensinya menunjukkan tren peningkatan dari tahun 2022 ke tahun 2023, sebagian besar masyarakat belum memahami pentingnya pengendalian faktor risiko seperti pola makan yang sehat, aktivitas fisik yang teratur, serta pengendalian tekanan darah dan glukosa darah.

Persoalan lainnya yang dihadapi mitra adalah kurangnya akses informasi kesehatan yang praktis dan mudah dipahami oleh Masyarakat. Selama ini, kegiatan penyuluhan kesehatan di lingkungan kota Depok masih terbatas dan belum terintegrasi dengan kegiatan deteksi dini atau skrining kesehatan secara berkala. Selain itu, masyarakat cenderung mengabaikan pemeriksaan kesehatan rutin karena kurangnya edukasi mengenai pentingnya deteksi dini sebagai langkah pencegahan penyakit jantung. Kondisi ini diperburuk dengan pola konsumsi makanan tinggi garam, tinggi lemak, dan minim aktivitas fisik yang banyak dijumpai dalam keseharian masyarakat setempat.

Tantangan yang dihadapi dalam masyarakat mitra adalah bagaimana meningkatkan kesadaran secara kolektif tentang pentingnya perubahan perilaku dan bagaimana menyediakan edukasi yang efektif, menarik, dan aplikatif untuk mendorong masyarakat menerapkan gaya hidup sehat. Masyarakat juga membutuhkan media edukasi yang sederhana namun akurat untuk digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Permasalahan ini menjadi penting untuk segera diatasi agar tidak terjadi peningkatan angka kejadian penyakit jantung yang lebih besar di lingkungan tersebut.

Kebutuhan mendesak yang diidentifikasi dari mitra adalah tersedianya program edukasi terpadu yang aplikatif, sederhana dan terintegrasi dengan skrining kesehatan. Kegiatan yang dilakukan tidak hanya memberikan penyuluhan kesehatan, tetapi juga diiringi dengan kegiatan pemeriksaan kesehatan sederhana (skrining tekanan darah dan pemeriksaan glukosa darah),



pembagian media edukasi yang mudah dipahami, serta pendampingan dalam penerapan pola hidup sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diarahkan untuk menjawab kebutuhan tersebut dengan target utama meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam pencegahan penyakit jantung, sekaligus menumbuhkan kesadaran kolektif untuk menjaga kesehatan secara berkelanjutan.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan mengintegrasikan dua pendekatan utama, yaitu pendidikan masyarakat dan konsultasi kesehatan. Pendidikan masyarakat diterapkan melalui kegiatan edukasi dan seminar kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pentingnya menjaga kesehatan jantung, mengenal faktor risikonya, serta mempraktikkan pola hidup sehat. Sementara itu, metode konsultasi dilaksanakan dalam bentuk pemeriksaan kesehatan dan skrining langsung oleh tim pengabdian, yang memungkinkan peserta untuk memperoleh informasi personal terkait kondisi kesehatannya, khususnya yang berkaitan dengan risiko penyakit jantung.

Dalam pelaksanaan kegiatan, metode pendidikan masyarakat dilakukan melalui dua sesi talkshow yang melibatkan narasumber dari kalangan dokter spesialis dan ahli gizi. Materi edukasi yang disampaikan mencakup topik kesehatan jantung dewasa dan anak, pencegahan stroke, aktivitas fisik yang dianjurkan, gizi seimbang untuk jantung sehat, serta pentingnya kesehatan mental dalam menjaga fungsi jantung. Materi edukasi disiapkan dalam bentuk leaflet yang dibagikan kepada peserta sebagai media pembelajaran yang dapat diakses ulang setelah kegiatan berlangsung.

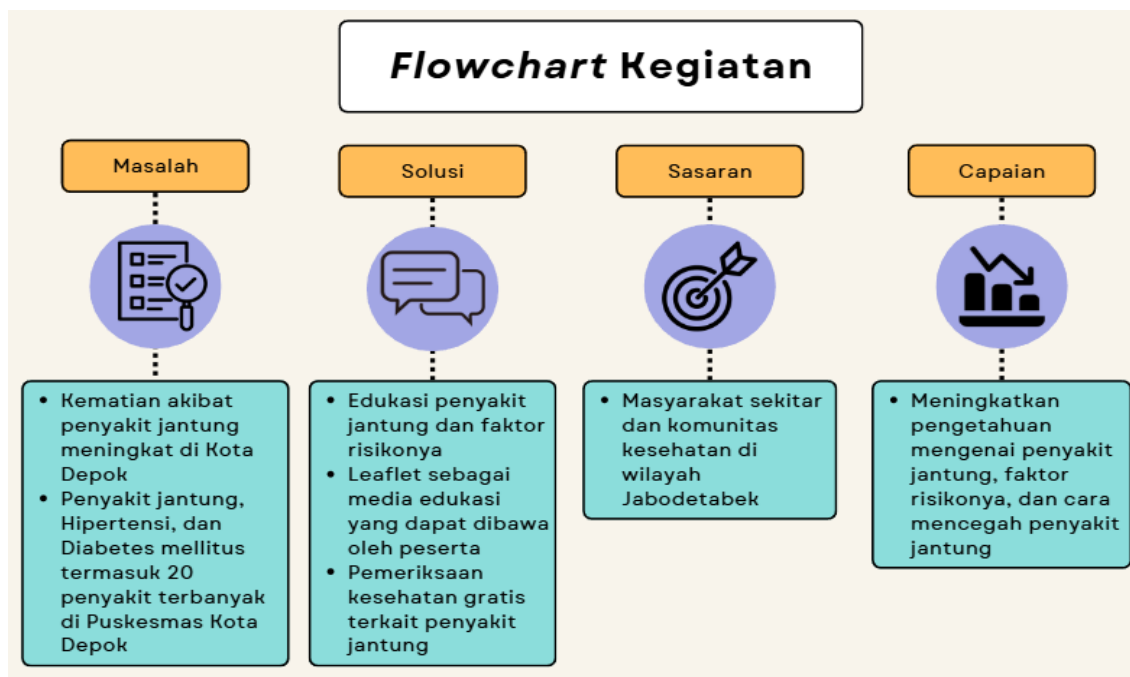
Metode konsultasi diwujudkan dalam kegiatan skrining kesehatan yang meliputi anamnesis, pengukuran tekanan darah, pemeriksaan glukosa darah sewaktu, pemeriksaan kolesterol, dan pengukuran lingkar perut. Lingkar perut yang merupakan penanda faktor risiko penyakit jantung dan kardiovaskular. Banyak peserta yang memiliki hasil lingkar perut yang melebihi rekomendasi. Di sela-sela pengukuran tersebut, para peserta juga diberikan edukasi terkait harus menjaga lingkar perut di bawah rekomendasi. Pemeriksaan dilakukan oleh panitia dan peserta didik Prodi S3 FKUI dengan supervisi tenaga kesehatan profesional. Pemeriksaan ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko penyakit jantung secara dini serta memberikan edukasi langsung berdasarkan hasil pemeriksaan individu.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar skrining kesehatan yang diisi oleh peserta setelah dilakukan pemeriksaan kesehatan. Data yang dikumpulkan meliputi identitas peserta, hasil pemeriksaan tekanan darah, kadar glukosa darah sewaktu, kadar kolesterol, serta lingkar perut.

Analisis data yang digunakan dalam kegiatan ini bersifat deskriptif, dengan memaparkan jumlah dan persentase peserta berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan. Data dianalisis untuk mengetahui prevalensi risiko penyakit tidak menular di antara peserta, seperti proporsi peserta dengan glukosa darah sewaktu di atas normal, kolesterol tinggi, tekanan darah tinggi, dan lingkar perut yang melebihi batas rekomendasi.

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Boulevard Rumah Sakit Universitas Indonesia (RSUI), Kota Depok, Jawa Barat. Kegiatan ini dilaksanakan pada Minggu, 23 Februari 2025, dengan total durasi kegiatan selama satu hari, dimulai dari pukul 08.00 WIB hingga 16.00 WIB. Target peserta kegiatan ini adalah masyarakat umum dan komunitas kesehatan di

wilayah Jabodetabek, dengan total peserta yang terlibat dalam skrining kesehatan sebanyak 40 orang dan peserta seminar sebanyak 350 orang. Secara umum, proses kegiatan dilaksanakan seperti *flowchart* kegiatan pada [Gambar 1](#).



**Gambar 1.** *Flowchart* Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini diharapkan efektif untuk meningkatkan kesadaran kesehatan jantung dan menurunkan risiko penyakit jantung di masa mendatang melalui edukasi berkelanjutan dan deteksi dini. Dengan kombinasi pendekatan edukatif dan intervensi kesehatan langsung, kegiatan ini memberikan manfaat ganda baik dari sisi peningkatan pengetahuan maupun dari sisi intervensi preventif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan dengan melibatkan 350 peserta dari masyarakat sekitar dan komunitas kesehatan di wilayah Jabodetabek. Kegiatan ini tidak hanya berupa edukasi, tetapi juga melibatkan skrining kesehatan yang penting untuk mendeteksi faktor risiko penyakit jantung secara dini. Berdasarkan hasil pemeriksaan yang dilakukan, terdapat temuan penting bahwa sebagian besar peserta memiliki faktor risiko yang signifikan, seperti hiperkolesterolemia dan lingkaran perut yang melebihi batas rekomendasi. Terdapat 40 peserta yang melakukan pemeriksaan kesehatan, namun tidak seluruh peserta melakukan skrining kesehatan yang tersedia. Adapun skrining kesehatan yang tersedia adalah pengukuran glukosa darah sewaktu (GDS), kolesterol total, tekanan darah, dan lingkaran perut. [Tabel 1](#) menunjukkan jumlah peserta yang hadir dan melakukan skrining.



**Tabel 1.** Jumlah Peserta yang Hadir dan Melakukan Skrining Kesehatan

Jenis Skrining Kesehatan	Jumlah Peserta yang Melakukan Skrining (n)
Glukosa darah sewaktu	25
Kolesterol	35
Tekanan Darah	40
Lingkar Perut	39
Total Peserta	40
<b>Karakteristik</b>	
<b>Jenis Kelamin</b>	
Laki-laki	5 (12.5%)
Perempuan	35 (87.5%)
<b>Usia (Mean <math>\pm</math> SD)</b>	
<40 Tahun	2 (5.0%)
$\geq$ 40 Tahun	38 (95.0%)

Sebanyak 87.5% peserta yang melakukan skrining adalah perempuan dan rata-rata usianya adalah 57.3 tahun. Mayoritas peserta yang datang memiliki usia > 40 tahun. Usia merupakan salah satu faktor risiko utama dalam kejadian penyakit jantung. Risiko terjadinya penyakit kardiovaskular mengalami peningkatan yang signifikan seiring bertambahnya usia, khususnya setelah usia 40 tahun. Berdasarkan data epidemiologi, prevalensi penyakit kardiovaskular pada populasi usia 20 hingga 40 tahun sekitar 11%, meningkat menjadi 37% pada kelompok usia 40 hingga 60 tahun, melonjak menjadi 71% pada rentang usia 60 hingga 80 tahun, dan mencapai 85% pada individu berusia di atas 80 tahun (Anderson & Vasan, 2018; Leopold & Antman, 2022).

Berdasarkan *Framingham Heart Studi* menunjukkan bahwa pria yang berusia 40 tahun memiliki risiko seumur hidup untuk mengalami penyakit arteri koroner sebesar 50%, sedangkan pada wanita pada usia yang sama, risikonya sekitar 33%. Penelitian lain mengindikasikan bahwa pada usia di bawah 40 tahun, perbedaan risiko antara pria dan wanita tidak terlalu signifikan. Namun, pada usia di atas 40 tahun, risiko pria meningkat secara drastis, sementara pada wanita peningkatan risiko biasanya terjadi setelah memasuki masa menopause. Sebagai contoh, prevalensi hipertensi tercatat sekitar 40% hingga 60% pada kelompok usia 50 hingga 59 tahun dan meningkat menjadi 62% hingga 68% pada usia 60 tahun ke atas.

Dengan demikian, usia di bawah 40 tahun umumnya masih dianggap sebagai usia dengan risiko penyakit kardiovaskular yang relatif rendah. Namun, setelah melewati usia 40 tahun, risiko tersebut meningkat secara tajam, terutama ketika disertai dengan munculnya faktor-faktor risiko seperti hipertensi, dislipidemia, dan diabetes mellitus. Kombinasi faktor-faktor tersebut dapat menyebabkan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular secara eksponensial pada individu usia lanjut.

#### A. Edukasi dalam bentuk *Talkshow*

Edukasi dalam bentuk *talkshow* kepada peserta pengabdian Masyarakat dihadiri oleh 350 peserta. *Talkshow* dilakukan sebanyak 2 sesi. Sesi yang pertama oleh dr. Adelin Dhivi Kemalasari, Sp.JP dengan topik Kesehatan jantung dan pelayanan kesehatan jantung di RSUI; dr. Yetty Octavia, Sp.S dengan topik Kenali stroke dan pencegahannya; dan dr. Rosalia Dewi, Sp.A(K) dengan topik Kesehatan jantung anak. Sedangkan *talkshow* sesi ke-2 yang

disampaikan oleh dr. Diyah Eka Andayani, M.Gizi, Sp.GK(K) dengan topik makan bergizi untuk memelihara jantung sehat; dr. Zayadi Zainudin, Sp.KFR dengan topik aktivitas fisik menuju jantung sehat; dr. Profitasari, Sp.KJ(K) dengan topik Kesehatan mental dalam menjaga fungsi jantung; dan dr. Sony, Sp.JP (RSUI) dengan topik deteksi dini penyakit jantung dengan [Gambar 1](#) dan [Gambar 2](#) berikut.



**Gambar 1. Talkshow sesi pertama**



**Gambar 2. Talkshow sesi ke-2**

Kegiatan edukasi yang dilakukan melalui *talkshow* dalam program pengabdian ini mengungkapkan adanya kebutuhan edukasi yang mendalam mengenai kesehatan jantung. Model pendidikan kesehatan berbasis komunitas yang diterapkan dalam kegiatan ini efektif untuk meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat. Pemberian materi yang beragam, seperti pentingnya aktivitas fisik, asupan gizi seimbang, dan kesehatan mental, mampu menciptakan interaksi yang aktif. Temuan lain menunjukkan bahwa pendekatan interaktif seperti *talkshow* lebih diterima oleh peserta dibandingkan dengan metode ceramah satu arah. Ini sejalan dengan konsep model *social learning*, di mana pembelajaran yang melibatkan



komunikasi dua arah cenderung lebih efektif dalam mengubah persepsi dan perilaku masyarakat (Johnson & Coulter-kern, 2024).

Keunggulan dari kegiatan ini adalah mampu menarik partisipasi masyarakat dalam jumlah besar dan membangun keterlibatan aktif selama sesi edukasi. Namun, kelemahannya terletak pada keterbatasan dalam melakukan pemantauan perubahan perilaku pasca kegiatan. Selain itu, tidak semua peserta dapat menyerap informasi dengan optimal, khususnya peserta dengan latar belakang pendidikan rendah. Tingkat kesulitan pelaksanaan *talkshow* berada pada kategori sedang. Koordinasi antar narasumber, persiapan materi yang tepat sasaran, serta pengaturan waktu pelaksanaan menjadi tantangan tersendiri, meskipun pelaksanaan di lapangan berjalan dengan baik berkat dukungan semua pihak. *Summary* kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilihat pada Tabel 2.

**Tabel 2. Summary Kegiatan Pengabdian Masyarakat**

No	Kegiatan	Temuan Utama	Model/ Terminologi	Keunggulan	Kelemahan	Tingkat kesulitan
1	Penyuluhan dengan metode Talkshow	Rendahnya pemahaman Masyarakat tentang keterkaitan mental dan jantung. Antusiasme peserta sangat tinggi.	Model Pendidikan Kesehatan berbasis Komunitas	Meningkatkan kesadaran kolektif dan partisipasi aktif dalam diskusi kesehatan jantung.	Tidak ada tindak lanjut jangka panjang, tidak terukur perubahan perilaku setelah kegiatan.	Sedang; memerlukan koordinasi lintas narasumber dan persiapan materi yang tepat.
2	Skrining Kesehatan dan Konsultasi	Mayoritas peserta memiliki risiko tinggi penyakit tidak meular (62,5%) hiperkolesterolemia, 95% lingkar perut diatas rekomendasi	<i>Health Literacy Empowerment</i> , Model deteksi dini berbasis komunitas.	Menjangkau individu berisiko tinggi yang belum terdeteksi sebelumnya, meningkatkan kesadaran skrining kesehatan.	Alat skrining sederhana, sensitivitas terbatas, belum menjangkau pemeriksaan laboratorium detail.	Tinggi; memerlukan tenaga kesehatan yang kompeten, prosedur rujukan, dan manajemen lapangan yang baik.

## B. Skrining Kesehatan

Berdasarkan pemeriksaan skrining kesehatan, banyak dari peserta memiliki risiko tinggi untuk mengalami penyakit tidak menular, yaitu glukosa darah sewaktu >200 mg/dl, kolesterol >200 mg/dl, hipertensi, atau lingkar perut >80 cm untuk perempuan, dan >90 cm untuk laki-laki. Sebanyak 62.5% peserta mengalami hiperkolesterolemia dan hampir seluruh





peserta (95.0%) memiliki lingkaran perut lebih dari yang direkomendasikan. Informasi lebih lengkap dapat dilihat di [Tabel 3](#).

**Tabel 3.** Distribusi Peserta Berdasarkan Risiko Penyakit Tidak Menular

Karakteristik	n(%)
Glukosa Darah Sewaktu (Mean $\pm$ SD)	140.4 $\pm$ 55.8 mg/dl
<200 mg/dl	23 (57.5%)
$\geq$ 200 mg/dl	2 (5.0%)
Tidak Memeriksa	15 (37.5%)
Kolesterol (Mean $\pm$ SD)	215.9 $\pm$ 26.8 mg/dl
<200 mg/dl	10 (25.0%)
$\geq$ 200 mg/dl	25 (62.5%)
Tidak Memeriksa	5 (12.5%)
Tekanan Darah (Mean $\pm$ SD)	144/88 $\pm$ 23/12 mmHg
Normal	3 (7.5%)
Prehipertensi	8 (20%)
Hipertensi Tahap 1	18 (45.0%)
Hipertensi Tahap 2	11 (27.5%)
Lingkar Perut (Mean $\pm$ SD)	98.5 $\pm$ 8.3 cm
Normal	1 (2.5%)
Berisiko	38 (95.0%)
Tidak Memeriksa	1 (2.5%)

Sebanyak 62,5% peserta yang mengikuti skrining kesehatan teridentifikasi memiliki kadar kolesterol total di atas 200 mg/dL. Temuan ini konsisten dengan hasil studi yang menyatakan bahwa hiperkolesterolemia merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular (Andreadou et al, 2017). Selain itu, hampir seluruh peserta (95%) memiliki lingkaran perut yang melebihi batas normal, yang menunjukkan adanya risiko obesitas sentral. Kondisi ini penting untuk menjadi perhatian, karena obesitas sentral berkontribusi signifikan terhadap peningkatan risiko penyakit jantung koroner dan stroke ([Katta, Loethen, Lavie & Alpert, 2021](#)).

Dari hasil pengukuran tekanan darah, ditemukan bahwa lebih dari 70% peserta memiliki tekanan darah dalam kategori prehipertensi hingga hipertensi. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk intervensi gaya hidup sehat dan diet yang terkontrol, sesuai dengan pedoman *Dietary Approaches to Stop Hypertension* (DASH) yang terbukti efektif dalam menurunkan risiko hipertensi dan penyakit kardiovaskular ([Lin, Tyson & Svetkey, 2022](#)). Selain itu, sekitar 5% peserta memiliki kadar glukosa darah sewaktu di atas 200 mg/dL yang dapat berisiko terhadap penyakit diabetes melitus, dan juga berkontribusi pada peningkatan risiko penyakit jantung ([Ahn, Kim, Nam & Suh, 2018](#)).

Luaran utama dari kegiatan ini adalah peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan jantung melalui edukasi, pemeriksaan kesehatan, serta distribusi leaflet gizi seimbang. Leaflet tersebut memuat informasi penting mengenai pola makan yang dianjurkan untuk mencegah penyakit jantung, seperti konsumsi makanan rendah lemak jenuh, membatasi asupan garam, gula, serta meningkatkan konsumsi serat, buah, dan



sayuran. Model edukasi yang digunakan dalam kegiatan ini efektif karena mampu menjangkau peserta secara langsung, memberikan pemahaman yang mudah dipahami serta dapat dibawa pulang sebagai referensi untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Keunggulan dari model edukasi dan skrining kesehatan ini adalah kemampuannya untuk secara langsung mengidentifikasi faktor risiko pada individu, sehingga peserta dapat segera mendapatkan edukasi yang bersifat personal. Namun demikian, kelemahan dari kegiatan ini adalah keterbatasan jumlah peserta yang melakukan pemeriksaan kesehatan lengkap, khususnya pada pengukuran glukosa darah sewaktu dan kolesterol. Selain itu, kegiatan ini masih terfokus pada wilayah Depok dan belum mencakup populasi yang lebih luas. Tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan relatif rendah, meskipun tantangan teknis seperti koordinasi lapangan dan pengaturan waktu tetap menjadi aspek yang perlu diperhatikan untuk kegiatan serupa di masa mendatang.

Dengan temuan ini, kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai penyakit jantung. Diharapkan kegiatan ini dapat direplikasi dengan cakupan yang lebih luas serta disertai dengan pemantauan berkelanjutan agar intervensi yang telah diberikan dapat memberikan hasil jangka panjang bagi kesehatan masyarakat.

Hasil skrining kesehatan yang dilakukan selama kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki risiko tinggi terhadap penyakit tidak menular. Temuan lapangan menunjukkan bahwa sebanyak 62,5% peserta mengalami hiperkolesterolemia dan 95% memiliki lingkaran perut melebihi batas rekomendasi. Data ini sejalan dengan penelitian [Borén et al \(2024\)](#) yang menegaskan bahwa obesitas sentral merupakan prediktor utama risiko penyakit kardiovaskular.

Kegiatan skrining ini memperkenalkan model deteksi dini berbasis komunitas yang sangat relevan dalam upaya pencegahan penyakit tidak menular di masyarakat. Dalam konteks ini, edukasi tentang pentingnya pengukuran lingkaran perut sebagai indikator risiko menjadi salah satu jasa baru yang disosialisasikan kepada masyarakat. Selain itu, pendekatan "*Health Literacy Empowerment*" yang diperkenalkan melalui konsultasi personal membantu masyarakat memahami hasil skrining dan tindakan yang perlu dilakukan. Sayangnya, pemahaman peserta tentang pentingnya kontrol rutin terhadap glukosa darah, kolesterol, dan tekanan darah sebelum kegiatan berlangsung masih tergolong rendah.

Keunggulan dari kegiatan skrining dan konsultasi adalah keberhasilan dalam menjangkau individu berisiko yang sebelumnya belum pernah melakukan pemeriksaan kesehatan. Temuan ini menjadi basis penting untuk intervensi kesehatan berkelanjutan. Namun, kelemahannya terletak pada keterbatasan alat pemeriksaan cepat yang digunakan, yang tidak memiliki sensitivitas setinggi pemeriksaan laboratorium standar. Selain itu, pelayanan rujukan bagi peserta dengan hasil di atas normal masih memerlukan sistem tindak lanjut yang lebih terstruktur.

Tingkat kesulitan pelaksanaan skrining kesehatan tergolong tinggi, terutama karena membutuhkan tenaga kesehatan yang kompeten, pengelolaan waktu yang efisien, serta prosedur administrasi yang memadai. Penanganan peserta dengan hasil abnormal juga memerlukan kesiapan psikologis tim pengabdian dalam memberikan edukasi dan konsultasi secara tepat agar tidak menimbulkan kecemasan berlebihan di masyarakat.



## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan berhasil mencapai target lapangan dengan tingkat partisipasi yang tinggi, baik pada sesi pendidikan masyarakat melalui *talkshow* maupun pada pelaksanaan skrining kesehatan dan konsultasi. Tingginya risiko penyakit jantung terbukti relevan dengan kondisi di lapangan, ditunjukkan oleh dominannya faktor risiko seperti lingkaran perut berlebih dan hiperkolesterolemia. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak yaitu meningkatnya pengetahuan, kesadaran, serta motivasi peserta untuk melakukan pencegahan penyakit jantung sejak dini, dengan manfaat jangka panjang berupa penguatan kapasitas masyarakat dalam memelihara kesehatan secara mandiri. Besarnya manfaat yang didapat dari kegiatan pengabdian ini sehingga perlu adanya kegiatan pengabdian masyarakat yang berkelanjutan. Kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya yang direkomendasikan yaitu seperti pelaksanaan program lanjutan dengan cakupan wilayah yang lebih luas, sistem monitoring pasca edukasi untuk mengevaluasi perubahan perilaku masyarakat, serta penyediaan alat skrining kesehatan yang lebih akurat guna mendukung hasil yang lebih optimal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia dan Rumah Sakit Universitas Indonesia (RSUI) yang telah memberikan dukungan penuh serta pendanaan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Kami juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh narasumber, panitia, dan relawan yang telah berkontribusi aktif dalam setiap tahap kegiatan, mulai dari perencanaan hingga pelaksanaan di lapangan. Ucapan terima kasih kami sampaikan pula kepada peserta kegiatan serta komunitas kesehatan di wilayah Jabodetabek yang telah berpartisipasi dengan antusias, sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar dan mencapai tujuan yang diharapkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahn, S.V., Kim, H.C., Nam, C.M & Suh, I. (2018). Sex Difference in the Effect of the Fasting Serum Glucose Level on the Risk of Coronary Heart Disease. *Journal of Cardiology*. 71 (2): 149-154. DOI: 10.1016/j.jjcc.2017.07.013
- Andersson, C & Vasan, R. (2018). Epidemiology of Cardiovascular Disease in Young Individuals. *Nat Rev Cardiol* 15, 230–240. <https://remote-lib.ui.ac.id:2075/10.1038/nrcardio.2017.154>
- Andreaddou, I., Iliodromitis, E., Lazou, A., Gorbe, A., Giricz, Z & Schulz, R., Ferdinandy, P. (2017). Effect of Hypercholesterolaemia on Myocardial Function, Ischaemia–reperfusion Injury and Cardioprotection by Preconditioning, Postconditioning and Remote Conditioning. *British Journal of Pharmacology*. 174 (12), 1555-1569. <https://doi.org/10.1111/bph.13704>.
- Boren, J., Taskinen, M. R., Björnson, E., & Packard, C. J. (2022). Metabolism of triglyceride-rich lipoproteins in health and dyslipidaemia. *Nature Reviews Cardiology*, 19(9), 577-592.
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2024). Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2023. Dinas Kesehatan Kota Depok. 100.



- Framingham Heart Studi. Wikipedia the free encyclopedia.  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Framingham\\_Heart\\_Study?](https://en.wikipedia.org/wiki/Framingham_Heart_Study?)
- Johnson, D. C & Coulter-Kern, M. (2024). Listening to Students: Beliefs and Attitudes about Active Learning and Effective Lecture-style Courses. *Active Learning in Higher Education*. <https://doi.org/10.1177/14697874241254465>
- Katta, N., Loethen, T., Lavie, C.J & Alpert, M.A. (2021). Obesity and Coronary Heart Disease: Epidemiology, Pathology, and Coronary Artery Imaging. *Current Problems in Cardiology*. 46 (3), 100655. DOI: 10.1016/j.cpcardiol.2020.100655
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Laporan Riskesdas Provinsi Jawa Barat [Internet]. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan. 2019. Available from: <https://litbang.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Laporan Tematik Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023: "Potret Indonesia Sehat." Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Leopold, J.A & Antman, E.M. (2022). Ideal Cardiovascular Health in Young Adults with Established Cardiovascular Diseases. *Front. Cardiovasc. Med.* 9: 814610. DOI: 10.3389/fcvm.2022.814610
- Lin, P.H., Tyson, C & Svetkey, L. (2022). The DASH Dietary Pattern. Nutrition and Health (United Kingdom). *Palgrave Macmillan*. Part F3940: 169-180. DOI 10.1007/978-3-030-82515-7\_16.
- PERKI. (2022). Panduan Pencegahan Penyakit Kardiovaskular Arteriosklerosis. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia 2022. 1–23 p.
- Shi, W., Ghisi, G.L.M., Zhang, L., Hyun, K., Pakosh, M & Gallagher, R. (2022). A Systematic Review, Meta-Analysis, and Meta-Regression of Patient Education for Secondary Prevention in Patients with Coronary Heart Disease: Impact on Psychological Outcomes. *European Journal of Cardiovascular Nursing*. 21, 643-654. <https://doi.org/10.1093/eurjcn/zvac001>
- Wang, L.YT., Chiang, G.S.H., Wee, C.F., Chan, S.W.K., Lau, J.X.X & Taihagh, A. (2024). Preventing Ischemic Heart Disease in Women: A Systematic Review of Global Directives and Policies. *NPJ Womens Health*. 2, 36. <https://doi.org/10.1038/s44294-024-00040-0>.