

ABSTRAK

Berdasarkan hasil Survei Sample Registration System (SRS) kementerian kesehatan (Kemenkes) di informasikan pada tahun 2017. Menyatakan penyakit jantung adalah penyakit yang menyebabkan kematian tertinggi di Indonesia pada semua umur setelah penyakit stroke, yaitu sebesar 12,9%. Kemenkes memberitahukan masyarakat agar melakukan cek kesehatan secara bertahap. Lalu bisa menerapkan pola hidup sehat seperti: menghindari merokok dan perokok, rajin beraktifitas fisik seperti olahraga, diet yang sehat serta seimbang, istirahat yang cukup dan mengelola stres untuk mengendalikan faktor risiko terkena penyakit jantung. Sama dengan hasil survey Kemenkes. Data dikumpulkan dari sampel yang mewakili Indonesia, yaitu 41.590 kematian selama tahun 2014. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode pengumpulan data Studi pustaka, Observasi, Wawancara, dan Kuisisioner untuk mengumpulkan data mengenai tata cara merawat kesehatan jantung sejak dini. Pemanfaatan data yang telah terkumpul penulis merancang sebuah buku sebagai media informasi yang berisikan cara-cara merawat kesehatan jantung sejak dini. Bertujuan agar masyarakat Indonesia dapat merawat jantungnya sejak awal serta menyadari bahwa jantung merupakan aset berharga dalam tubuh dan juga mengurangi angka kematian.

Kata Kunci : Jantung, Buku, Kesehatan