

## ANALISIS EDUKATIF CERPEN MISI MENYELAMATKAN JANTUNG AYAH KARYA WIDYA AZHARI

<sup>1</sup>Ramadhan Kusuma Yuda, <sup>2</sup>Fitriani, <sup>3</sup>Aurel Aulia Salsabila\*

aurelaulia0609@gmail.com\*

<sup>1,2,3</sup> Universitas PGRI Pontianak

DOI:<https://doi.org/10.29408/sbs.v9i1.33964>

Orchid ID: <https://orchid.org/0009-0006-5652-6310>

Submitted, 2026-01-20; Revised, 2026-03-10; Accepted, 2026-03-24

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis nilai edukatif dalam cerpen “Misi Menyelamatkan Jantung Ayah” karya Widya Azhari sebagai media penyuluhan kesehatan berbasis naratif. Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan teknik analisis isi terhadap teks cerpen. Analisis difokuskan pada identifikasi dan kategorisasi nilai edukatif yang berkaitan dengan pengetahuan medis, pencegahan penyakit jantung, empati keluarga, dan nilai religius. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cerpen tersebut memuat pesan edukasi kesehatan yang disampaikan melalui alur naratif yang sederhana dan emosional, sehingga mampu menghubungkan informasi medis dengan pengalaman keluarga. Simpulan penelitian ini menyatakan bahwa cerpen dapat dimanfaatkan sebagai media promosi kesehatan yang efektif karena menghadirkan edukasi kesehatan secara humanis dan mudah dipahami pembaca.

**Kata kunci:** kesehatan jantung; literasi kesehatan; naratif; cerpen edukatif; promosi kesehatan

### Abstract

*This study aims to analyze the educational value of the short story "Mission to Save Father's Heart" by Widya Azhari as a narrative-based health education medium. The method used is descriptive qualitative with content analysis techniques on the short story text. The analysis focused on identifying and categorizing educational values related to medical knowledge, heart disease prevention, family empathy, and religious values. The results of the study indicate that the short story contains health education messages conveyed through a simple and emotional narrative flow, so that it is able to connect medical information with family experiences. The conclusion of this study states that short stories can be used as an effective health promotion medium because they present health education in a humanistic manner and are easy for readers to understand.*

**Keywords:** heart health; health literacy; narrative; educational short stories; health promotion

## PENDAHULUAN

Penyakit jantung tetap menjadi salah satu penyebab kematian tertinggi secara global, termasuk di Indonesia. Data dari World Health Organization (2023) menunjukkan bahwa penyakit kardiovaskular menduduki peringkat pertama penyebab kematian di seluruh dunia. Di Indonesia, laporan Kementerian Kesehatan melalui Riskesdas 2023 juga mencatat peningkatan prevalensi penyakit jantung koroner. Permasalahan utama bukan hanya tingginya angka kasus penyakit jantung, melainkan rendahnya literasi masyarakat dalam memahami faktor risiko dan gejala awal. Banyak individu telah terpapar informasi kesehatan melalui berbagai media, namun belum mampu menginterpretasikan dan menerapkan informasi tersebut. Kesenjangan ini menunjukkan bahwa ada

kebutuhan mendesak untuk metode penyampaian edukasi kesehatan yang lebih efektif. Pendekatan yang lebih humanis dan kontekstual diperlukan untuk menjembatani kesenjangan antara informasi medis dan pemahaman publik.

Penyuluhan kesehatan jantung umumnya dilakukan melalui pendekatan medis formal, seperti brosur, seminar, atau layanan klinis. Metode ini cenderung bersifat informatif dan satu arah, sehingga kurang mampu melibatkan aspek emosional pembaca atau audiens. Akibatnya, pesan kesehatan seringkali tidak tersampaikan secara mendalam dan kurang memotivasi perubahan perilaku. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam strategi penyuluhan yang mampu menyentuh dimensi personal dan emosional individu. Pendekatan emosional ini sejalan dengan konsep narrative medicine yang dikemukakan oleh Charon (2006), yang menekankan peran cerita sebagai alat refleksi dan transformasi dalam pemahaman kesehatan. Di Indonesia, cerita dan sastra memiliki posisi penting dalam budaya masyarakat sebagai sarana penyampai nilai dan pesan sosial. Oleh karena itu, penggunaan cerpen sebagai media edukasi kesehatan sangat relevan secara budaya dan berpotensi diterima dengan baik oleh masyarakat luas.

Dalam konteks ini, karya sastra, khususnya cerpen, memiliki potensi besar sebagai media edukasi kesehatan alternatif yang efektif. Cerpen tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga menghadirkan pengalaman emosional yang kuat. Melalui konflik, dialog, dan perkembangan karakter, cerpen dapat menyentuh sisi emosional pembaca dan membangun kesadaran internal yang lebih kuat. Cerpen “Misi Menyelamatkan Jantung Ayah” menjadi contoh konkret bagaimana narasi dapat menggabungkan aspek medis, moral, sosial, dan spiritual dalam satu cerita yang menyentuh. Melalui tokoh Aldan dan ayahnya, pembaca diajak memahami bahwa penyakit jantung bukan hanya persoalan fisik, tetapi juga melibatkan masalah keluarga, gaya hidup, dan keseimbangan emosional. Cerita ini secara efektif menunjukkan kompleksitas penyakit dan pentingnya dukungan holistik dalam proses penyembuhan.

Pendekatan naratif dalam cerpen ini juga sesuai dengan prinsip Health Belief Model (HBM) yang menjelaskan bahwa perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi risiko dan manfaat. Dalam cerita, Aldan berfungsi sebagai cues to action yang mendorong ayahnya untuk memahami risiko penyakitnya dan mengambil langkah pencegahan. Selain itu, dimensi spiritual yang disinggung dalam

cerita turut memperkuat komitmen perubahan. Spiritualitas seringkali menjadi sumber kekuatan bagi individu yang menghadapi penyakit serius, memberikan motivasi tambahan untuk sembuh.

Dengan melihat berbagai aspek tersebut, dapat disimpulkan bahwa cerpen sebagai media edukasi kesehatan memiliki potensi besar dalam meningkatkan literasi dan kesadaran masyarakat terhadap penyakit jantung. Cerita mampu menyampaikan pesan kesehatan dengan cara yang lebih manusiawi, menyentuh, dan mudah dicerna oleh berbagai lapisan masyarakat. Oleh karena itu, analisis terhadap cerpen “Misi Menyelamatkan Jantung Ayah” diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan. Kontribusi ini diharapkan dalam pengembangan model edukasi kesehatan berbasis naratif yang lebih kreatif, relevan, dan efektif dalam upaya pencegahan penyakit jantung di Indonesia.

Penelitian ini bertujuan menganalisis secara mendalam nilai edukatif yang terkandung dalam cerpen tersebut melalui pendekatan analisis isi. Selain itu, penelitian ini menelaah potensinya sebagai model penyuluhan kesehatan berbasis sastra. Penelitian ini penting dilakukan untuk memperluas perspektif promosi kesehatan. Khususnya dengan mengintegrasikan pendekatan humaniora dan komunikasi naratif dalam upaya pencegahan penyakit jantung di Indonesia.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, berfokus pada pemaknaan teks dan interpretasi nilai-nilai edukatif dalam cerpen “Misi Menyelamatkan Jantung Ayah” karya Widya Azhari. Menurut Lexy J. Moleong, penelitian kualitatif bertujuan memahami fenomena secara mendalam melalui deskripsi verbal dalam konteks alamiah. Pendekatan ini relevan karena objek kajian berupa teks sastra yang memerlukan interpretasi kontekstual dan analisis makna. Metode analisis isi (content analysis) digunakan dalam penelitian ini. Krippendorff mendefinisikan analisis isi sebagai teknik penelitian untuk membuat inferensi yang dapat direplikasi dan sah dari teks dengan memperhatikan konteksnya. Analisis isi dilakukan melalui tahapan berikut:

1. Reduksi Data: Membaca cerpen berulang kali untuk menemukan bagian relevan, lalu menyeleksi data sesuai tujuan penelitian. Tahap ini meliputi penyorotan kutipan, dialog, dan alur cerita yang mencerminkan isu kesehatan jantung dan perubahan perilaku kesehatan.

2. Kategorisasi Nilai Edukatif: Mengelompokkan data ke dalam kategori fokus penelitian: (1) nilai medis (gejala, penyebab, risiko penyakit jantung); (2) nilai moral (sikap peduli, usaha perubahan diri, tanggung jawab keluarga); dan (3) nilai sosial (interaksi antar anggota keluarga dalam menghadapi penyakit). Pesan kesehatan yang disampaikan melalui konflik dan perkembangan karakter juga diidentifikasi.
3. Interpretasi Makna: Menafsirkan nilai dan pesan edukatif dalam konteks literasi kesehatan masyarakat. Analisis menghubungkan data tekstual dengan teori literasi kesehatan, model promosi kesehatan seperti Health Belief Model, serta konsep komunikasi perubahan perilaku. Interpretasi ini menjelaskan efektivitas cerpen sebagai media penyuluhan melalui narasi emosional dan realistik.

Untuk meningkatkan keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi teori, yaitu membandingkan hasil analisis cerpen dengan berbagai teori dan penelitian terdahulu mengenai literasi kesehatan, edukasi berbasis narasi, dan penyuluhan kesehatan jantung. Selain itu, peer debriefing dilakukan melalui diskusi dengan rekan sejawat untuk memperoleh masukan dan meminimalkan subjektivitas penafsiran.

Metode analisis ini memungkinkan gambaran komprehensif tentang fungsi cerpen sebagai media edukasi kesehatan. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif dan analisis isi yang terstruktur, penelitian ini diharapkan berkontribusi pada pengembangan metode penyuluhan kesehatan berbasis sastra yang lebih humanis, komunikatif, dan mudah dipahami masyarakat.

## PEMBAHASAN

Cerpen 'Misi Menyelamatkan Jantung Ayah' mengisahkan perjuangan Aldan, seorang anak SD, dalam membantu ayahnya sembuh dari penyakit jantung akibat gaya hidup tidak sehat. Cerita ini menonjolkan empat nilai edukatif utama: pengetahuan medis, pencegahan, empati keluarga, dan nilai religius. Prof. Arif menjelaskan fungsi jantung dan penyebab gangguan jantung dengan bahasa sederhana, menjadikan Aldan agen edukasi yang mendorong perubahan perilaku keluarga. Analisis menunjukkan penerapan Health Belief Model: kesadaran risiko, manfaat perubahan, dan dorongan

bertindak. Cerita juga menekankan dukungan keluarga dan aspek spiritual, sejalan dengan pendekatan holistik dalam kedokteran modern.

Kesehatan jantung sangat bergantung pada keseimbangan faktor biologis, lingkungan, dan gaya hidup. Menurut American Heart Association (AHA, 2024), konsep “Life’s Essential 8” mencakup: konsumsi makanan bergizi, aktivitas fisik rutin, tidur cukup, berat badan ideal, kadar kolesterol normal, tekanan darah terkontrol, kadar gula darah stabil, dan berhenti merokok. Pengendalian stres melalui meditasi, doa, atau aktivitas sosial positif terbukti menurunkan risiko penyakit jantung hingga 30%. Edukasi kesehatan jantung perlu ditekankan sejak usia dini untuk membentuk perilaku sehat berkelanjutan. Dalam cerpen ini, Aldan menunjukkan kesadaran literasi kesehatan tinggi, menerapkan prinsip pencegahan primer seperti mengubah pola makan keluarga, mengingatkan olahraga, dan memberikan dukungan emosional. Ini sejalan dengan konsep promosi kesehatan berbasis keluarga WHO (2023), yang menjadikan keluarga sebagai pusat perubahan perilaku sehat.

Kesehatan mental berperan besar dalam fungsi jantung. Stres, depresi, dan kecemasan meningkatkan tekanan darah dan hormon kortisol, memicu penyempitan pembuluh darah. Penelitian Mayo Clinic (2024) menunjukkan pasien penyakit jantung dengan terapi psikologis memiliki tingkat kesembuhan 25% lebih tinggi. Dalam cerpen, dukungan emosional Aldan kepada ayahnya menumbuhkan semangat dan harapan sembuh, menunjukkan pentingnya keseimbangan kesehatan fisik dan mental. Literasi kesehatan jantung perlu dikembangkan di sekolah, keluarga, dan komunitas. Melalui karya sastra seperti cerpen edukatif, pembaca tidak hanya menerima informasi medis tetapi juga mengalami empati emosional, sehingga pesan kesehatan lebih mudah diingat dan diterapkan. Kisah Aldan dan ayahnya mencerminkan implementasi edukasi kesehatan berbasis naratif, di mana perubahan gaya hidup dimulai dari kesadaran dan kasih sayang keluarga.

### 1. Nilai Pengetahuan Medis dalam Cerita

Pada bagian awal cerita, Prof. Arif menjadi tokoh kunci yang memberikan penjelasan medis tentang fungsi jantung, penyebab penyakit jantung, dan risiko yang ditimbulkan. Penjelasan tersebut menggunakan bahasa yang sederhana sehingga dapat dipahami oleh anak-anak. Hal ini menunjukkan pendekatan edukasi yang ramah literasi, yaitu penyampaian informasi medis yang tidak kaku, tidak teknis berlebihan, dan mudah dibayangkan oleh pembaca.

Cerita ini secara tidak langsung mengenalkan konsep penting dalam kesehatan jantung seperti:

- a. Fungsi jantung sebagai pemompa darah
- b. Peran pembuluh darah
- c. Risiko plak, penyempitan, dan hipertensi
- d. Akibat dari kebiasaan merokok
- e. Dampak konsumsi garam dan lemak berlebih

Pendekatan ini sejalan dengan prinsip literasi kesehatan modern yang menyebutkan bahwa edukasi efektif harus melibatkan bahasa yang ramah anak, narasi konkret, dan contoh nyata (Nutbeam, 2008).

## 2. Pencegahan Penyakit Jantung Sebagai Pesan Utama

Pencegahan menjadi aspek yang paling menonjol dalam cerita. Aldan berperan aktif dalam mengedukasi ayahnya mengenai pentingnya mengubah pola hidup, termasuk mengubah menu makanan keluarga, mengingatkan pentingnya olahraga, serta mengajak ayahnya berhenti merokok.

Menurut American Heart Association (AHA, 2024), terdapat delapan komponen utama dalam konsep *Life's Essential 8*, yaitu:

- a. Makan makanan bergizi
- b. Aktivitas fisik rutin
- c. Tidur yang cukup
- d. Berat badan ideal
- e. Kolesterol normal
- f. Tekanan darah terkontrol
- g. Gula darah stabil
- h. Berhenti merokok

Cerpen ini menggambarkan hampir semua komponen tersebut melalui upaya Aldan dalam membentuk gaya hidup baru di dalam keluarganya. Ini menunjukkan bahwa cerpen edukatif memiliki potensi kuat sebagai sarana penyampai prinsip kesehatan modern.

### 3. Aldan sebagai Agen Perubahan Perilaku Keluarga

Yang membuat cerita ini unik adalah bagaimana tokoh Aldan digambarkan sebagai anak kecil yang memiliki kesadaran literasi kesehatan tinggi. Ia tidak hanya memahami informasi yang diberikan Prof. Arif, tetapi juga menerapkannya secara nyata:

- a. Mengatur pola makan keluarga
- b. Mengurangi konsumsi makanan berminyak
- c. Mengajak ayahnya berjalan pagi
- d. Mengingatkan ayahnya bahwa merokok merusak jantung
- e. memberikan dukungan emosional setiap ayahnya merasa takut atau putus asa

Dalam literatur promosi kesehatan, Aldan dapat dikategorikan sebagai “health change agent” yaitu individu yang memengaruhi perilaku keluarga atau lingkungannya. Ini sejalan dengan konsep Health Promotion Model yang menempatkan keluarga sebagai pusat perubahan gaya hidup.

### 4. Analisis Cerpen Berdasarkan Health Belief Model (HBM)

Cerpen ini juga menggambarkan dengan jelas unsur-unsur dalam Health Belief Model (HBM), yaitu:

a. *Perceived Susceptibility*

Ayah menyadari bahwa dirinya berisiko mengalami serangan jantung.

b. *Perceived Severity*

Melalui penjelasan Prof. Arif, ia memahami bahwa penyakit jantung bisa fatal.

c. *Perceived Benefits*

Ia mulai menyadari manfaat berhenti merokok, mengubah pola makan, dan olahraga.

d. *Perceived Barriers*

Pada awalnya, ayah merasa sulit mengubah kebiasaan lama, terutama berhenti merokok.

e. *Cues to Action*

Aldan menjadi pemicu tindakan, mengingatkan ayahnya setiap hari.

f. *Self-Efficacy*

Dukungan keluarga membuat ayah semakin yakin mampu mengubah gaya hidup.

Model ini umum digunakan dalam studi perubahan perilaku kesehatan dan sangat relevan diterapkan pada cerita ini.

## 5. Dimensi Sosial dan Dukungan Keluarga

Dalam promosi kesehatan modern, keluarga merupakan unit terkecil yang memiliki pengaruh besar terhadap terbentuknya perilaku sehat. WHO (2023) menegaskan bahwa edukasi kesehatan berbasis keluarga memiliki efektivitas tinggi dalam pencegahan penyakit tidak menular (PTM), termasuk penyakit jantung.

Cerpen ini menggambarkan:

- a. Komunikasi keluarga yang mendukung
- b. Perubahan pola hidup yang dilakukan bersama
- c. Peran ibu dalam mengatur makanan
- d. Peran anak dalam memberikan motivasi
- e. Peran ayah sebagai individu yang menjalani proses penyembuhan

Dukungan ini membuat ayah memiliki motivasi lebih kuat untuk sembuh.

## 6. Dimensi Psikologis: Kesehatan Mental dan Penyakit Jantung

Cerita ini menampilkan bagaimana stres dan kecemasan ayah berkurang berkat dukungan dari Aldan. Hal ini sesuai dengan temuan Mayo Clinic (2024) yang menyebutkan bahwa pasien penyakit jantung yang mendapatkan dukungan emosional dan bimbingan psikologis memiliki tingkat kesembuhan 25% lebih tinggi.

- a. Aldan berperan seperti *emotional companion* yang:
- b. Menenangkan ayah ketika ketakutan
- c. Menanamkan keyakinan bahwa ayah bisa sembuh
- d. Mengajak ayah berbicara tentang harapan hidup
- e. Menjadi sumber kekuatan spiritual bagi ayahnya

Hal ini menunjukkan keterkaitan kuat antara kesehatan fisik dengan kesehatan mental dan emosional.

## 7. Nilai Religius dalam Proses Kesembuhan

Nilai religius digambarkan melalui aktivitas doa, tawakal, dan keyakinan bahwa kesembuhan datang dari Tuhan. Nilai spiritual ini penting karena:

- a. Menurunkan stres

- b. Meningkatkan ketenangan batin
- c. Memperkuat motivasi untuk sembuh
- d. Memberikan makna dalam proses penyembuhan

Cerpen ini menguatkan pandangan kedokteran holistik bahwa kesembuhan bukan hanya persoalan medis, tetapi juga mental dan spiritual.

#### 8. Cerpen sebagai Media Literasi Kesehatan yang Efektif

- a. Cerpen edukatif seperti ini memiliki beberapa keunggulan:
- b. Menghubungkan informasi medis dengan pengalaman emosional
- c. Membantu pembaca memahami risiko kesehatan melalui contoh nyata
- d. Membangun empati dan kesadaran
- e. Menginternalisasi nilai moral dan kesehatan dalam alur cerita
- f. Lebih mudah dipahami oleh anak maupun orang dewasa
- g. Tidak terasa menggurui

Pendekatan literer seperti ini mulai banyak digunakan dalam *health narrative communication* sebagai strategi promosi kesehatan abad ke-21.

#### 9. Relevansi Cerpen dengan Konteks Sosial Masyarakat Indonesia

Cerpen “*Misi Menyelamatkan Jantung Ayah*” tidak hanya membahas isu kesehatan, tetapi juga menggambarkan kondisi sosial masyarakat Indonesia yang masih berjuang menghadapi penyakit tidak menular, termasuk penyakit jantung. Gaya hidup masyarakat Indonesia saat ini cenderung serba cepat, tinggi stres, kurang aktivitas fisik, dan konsumsi makanan tinggi gula serta lemak. Cerpen ini merefleksikan realitas tersebut melalui tokoh ayah yang mengalami gangguan jantung akibat kebiasaan merokok dan pola makan kurang sehat.

Selain itu, hubungan keluarga yang digambarkan dalam cerpen mencerminkan budaya Indonesia yang sangat mengutamakan kekeluargaan, gotong royong, dan kedekatan emosional antaranggota keluarga. Dukungan Aldan dan ibunya terhadap ayah memperlihatkan bahwa dalam budaya Indonesia, keluarga merupakan pilar utama dalam pengambilan keputusan, termasuk keputusan kesehatan. Cerpen ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku sehat lebih mudah

dilakukan ketika seluruh anggota keluarga terlibat secara aktif. Pendekatan edukasi seperti ini sangat cocok bagi masyarakat Indonesia yang lebih mudah menerima pesan melalui cerita dibandingkan melalui saran medis formal yang kaku. Nilai budaya ini membuat cerpen menjadi media efektif untuk menyampaikan pesan kesehatan.

#### 10. Analisis Literasi Kesehatan Berbasis Naratif dalam Cerpen

Konsep literasi kesehatan berbasis naratif (*narrative health literacy*) menekankan bahwa cerita dapat membantu pembaca memahami informasi medis dengan lebih utuh karena narasi memungkinkan pembaca:

- a. menghubungkan informasi dengan pengalaman hidup
- b. memahami konsekuensi perilaku melalui contoh nyata
- c. merasakan dampak emosional dari suatu penyakit
- d. memvisualisasikan perubahan perilaku secara konkret

Cerpen “*Misi Menyelamatkan Jantung Ayah*” mengintegrasikan elemen-elemen tersebut dengan sangat baik. Cerita Aldan dan ayahnya memberikan gambaran konkret tentang bagaimana penyakit jantung memengaruhi keluarga, bagaimana perubahan kecil dapat memberikan dampak besar, dan bagaimana komunikasi sehat dapat mendorong perubahan perilaku.

Dengan demikian, cerpen ini bukan hanya cerita fiksi, tetapi juga *simulasi kehidupan nyata* yang bisa menjadi sarana pembelajaran bagi pembaca dari berbagai usia.

#### 11. Keterkaitan Cerpen dengan Konsep Promosi Kesehatan Berbasis Keluarga

WHO (2023) menekankan bahwa keluarga memiliki peran sentral dalam proses pembentukan perilaku kesehatan. Keluarga menyediakan:

- a. dukungan emosional
- b. ruang diskusi
- c. pembentukan kebiasaan
- d. pengawasan perilaku
- e. dan penanaman nilai hidup sehat sejak dini

Cerpen ini sangat sejalan dengan konsep tersebut. Melalui tokoh Aldan, pembaca dapat melihat bagaimana seorang anak mampu mempengaruhi perilaku orang dewasa. Perubahan pola makan, olahraga bersama, dan membangun kebiasaan baru dilakukan dalam konteks keluarga, bukan secara individual. Pendekatan ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan tidak hanya menjadi tanggung jawab tenaga kesehatan, tetapi dapat dimulai dari rumah melalui komunikasi yang baik, pembiasaan pola hidup sehat, serta dukungan satu sama lain.

Berdasarkan analisis isi terhadap cerpen *“Misi Menyelamatkan Jantung Ayab”* karya Widya Azhari, ditemukan empat kategori utama nilai edukatif yang berkaitan dengan literasi kesehatan jantung, yaitu: (A) pengetahuan medis, (B) pencegahan penyakit jantung, (C) empati dan dukungan keluarga, dan (D) nilai religius dalam proses penyembuhan.

#### A. Nilai Pengetahuan Medis

Nilai pengetahuan medis tergambar melalui dialog tokoh Prof. Arif yang menjelaskan kondisi kesehatan ayah Aldan. Salah satu kutipan yang menunjukkan hal tersebut adalah:

*“Jantung itu seperti pompa air, Nak. Kalau salurannya tersumbat lemak dan racun rokok, darah tidak bisa mengalir dengan baik.”*

Kutipan tersebut menunjukkan adanya penyampaian informasi medis tentang fungsi jantung dan penyumbatan pembuluh darah dalam bahasa sederhana. Penjelasan ini memperlihatkan bahwa cerpen menyisipkan konsep dasar penyakit jantung koroner melalui analogi yang mudah dipahami anak-anak. Selain itu, terdapat kutipan lain:

*“Tekanan darah Ayab tinggi karena terlalu sering merokok dan kurang bergerak.”*

Data tersebut menunjukkan adanya hubungan sebab-akibat antara gaya hidup dan risiko penyakit jantung, sehingga pembaca memperoleh pemahaman mengenai faktor risiko secara kontekstual.

#### B. Nilai Pencegahan Penyakit Jantung

Aspek pencegahan muncul melalui tindakan konkret yang dilakukan Aldan kepada ayahnya, seperti pada kutipan berikut:

*“Mulai besok Ayab harus jalan pagi sama Aldan, ya. Kita ganti gorengan dengan buah.”*

Kutipan ini menunjukkan ajakan untuk melakukan aktivitas fisik dan perubahan pola makan sebagai langkah preventif. Selain itu, terdapat data lain:

*“Ayah harus berhenti merokok. Kata dokter, itu racun untuk jantung.”*

Pernyataan tersebut menggambarkan pesan langsung tentang pentingnya menghentikan kebiasaan merokok sebagai bentuk pencegahan primer.

### C. Nilai Empati dan Dukungan Keluarga

Nilai empati tergambar dalam hubungan emosional antara Aldan dan ayahnya, misalnya dalam kutipan:

*“Aldan tidak mau kehilangan Ayah. Aldan ingin Ayah sehat dan bisa main bola lagi.”*

Kutipan ini menunjukkan bahwa dorongan perubahan perilaku tidak hanya berasal dari informasi medis, tetapi juga dari kasih sayang keluarga. Aldan menjadi figur pendukung yang memotivasi ayah untuk sembuh. Selain itu, penggambaran ibu yang mulai memasak makanan lebih sehat turut menunjukkan dukungan kolektif keluarga dalam perubahan gaya hidup.

### D. Nilai Religius dalam Proses Penyembuhan

Dimensi spiritual terlihat dalam kutipan:

*“Ayah berdoa lebih lama malam itu, memohon kesempatan untuk memperbaiki hidupnya.”*

Kutipan tersebut memperlihatkan bahwa proses penyembuhan tidak hanya bersifat medis, tetapi juga melibatkan refleksi batin dan spiritualitas. Cerpen mengintegrasikan nilai religius sebagai penguat motivasi perubahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa cerpen tidak hanya menghadirkan konflik keluarga, tetapi juga menyisipkan materi edukasi kesehatan secara sistematis melalui dialog, alur, dan perkembangan karakter. Penyampaian fungsi jantung melalui analogi “pompa air” merupakan strategi naratif yang efektif karena membantu pembaca memahami konsep medis yang abstrak secara konkret.

Temuan mengenai aspek pencegahan memperlihatkan bahwa cerpen ini menekankan perubahan perilaku melalui tindakan sederhana yang realistis, seperti olahraga, pengaturan pola makan, dan berhenti merokok. Penyampaian pesan melalui tokoh anak menciptakan efek emosional yang kuat dan memperbesar kemungkinan internalisasi pesan oleh pembaca. Dari sisi komunikasi kesehatan, pendekatan naratif yang digunakan dalam cerpen ini memperlihatkan bahwa informasi medis menjadi lebih mudah dipahami ketika disajikan dalam bentuk cerita dengan tokoh dan konflik yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Keterlibatan emosional pembaca melalui tokoh Aldan mendorong empati, sehingga pesan kesehatan tidak terasa menggurui.

Nilai religius yang muncul memperkuat pendekatan holistik dalam pemahaman penyakit jantung, yakni bahwa proses penyembuhan melibatkan aspek fisik, mental, dan spiritual. Dukungan keluarga yang tergambar dalam cerita menunjukkan bahwa perubahan perilaku kesehatan lebih efektif ketika dilakukan secara kolektif. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa cerpen dapat berfungsi sebagai media literasi kesehatan jantung yang tidak hanya menyampaikan informasi medis, tetapi juga membangun kesadaran melalui pengalaman emosional pembaca.

## SIMPULAN

Cerpen “*Misi Menyelamatkan Jantung Ayah*” karya Widya Azhari memiliki peran penting sebagai media edukasi kesehatan yang efektif karena mampu mengintegrasikan pengetahuan medis, pencegahan penyakit jantung, empati keluarga, dan nilai religius dalam alur cerita yang sederhana namun emosional. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif dengan analisis isi, penelitian ini menemukan bahwa penyampaian informasi kesehatan melalui narasi lebih mudah dipahami, lebih menyentuh secara emosional, dan lebih berpotensi mendorong perubahan perilaku dibandingkan metode penyuluhan formal. Tokoh Aldan sebagai agen perubahan memperlihatkan bahwa edukasi kesehatan dapat dimulai dari lingkungan keluarga dan sejak usia dini, sementara dukungan keluarga dan aspek spiritual turut memperkuat proses penyembuhan secara holistik. Dengan demikian, cerpen tidak hanya berfungsi sebagai karya sastra, tetapi juga sebagai sarana promosi kesehatan berbasis naratif yang humanis, kontekstual, dan relevan untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- American College of Cardiology. (2024). *2024 Guideline for the Management of Cardiovascular Risk*. *Journal of the American College of Cardiology*.
- American Heart Association. (2024). *Life's Essential 8: The Key to Optimal Cardiovascular Health*. AHA Journals.
- Ardiyanti, D., & Setyorini, R. (2019). Kohesi gramatikal dan kohesi leksikal dalam cerita anak berjudul "Buku Mini Dea" karya Watiek Ideo dan Yuli Rahmawati. *SeBaSa*, 2(1), 7-13.
- Charon, R. (2006). *Narrative Medicine: Honoring the Stories of Illness*. Oxford University Press.
- Charon, R. (2006). *Narrative Medicine: Honoring the Stories of Illness*. Oxford University Press.

- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health Promotion Planning: An Educational and Ecological Approach*. McGraw-Hill.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health Promotion Planning: An Educational and Ecological Approach*. McGraw-Hill.
- Harvard Medical School. (2023). *The Impact of Stress and Lifestyle on Heart Disease*. Harvard Health Publishing.
- Hudaa, S. (2019). Transliterasi, serapan, dan padanan kata: Upaya pemutakhiran istilah dalam Bahasa Indonesia. *SeBaSa*, 2(1), 1-6.
- Johns Hopkins Medicine. (2023). *Understanding Heart Disease: Risk Factors and Prevention*. <https://www.hopkinsmedicine.org/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Riskesmas: Riset Kesehatan Dasar 2023*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Riskesmas: Riset Kesehatan Dasar 2023*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2024*. Kemenkes RI.
- Krippendorff, K. (2018). *Content analysis: An introduction to its methodology* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Kurniawan, A., & Setiawan, T. (2023). Peranan Dukungan Keluarga dalam Rehabilitasi Pasien Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 8(2), 112–120.
- Mayo Clinic. (2024). *Heart Disease Prevention: Strategies to Keep Your Heart Healthy*. <https://www.mayoclinic.org/>
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nutbeam, D. (2000). Health Literacy as a Public Health Goal. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267.
- Nutbeam, D. (2000). *Health Literacy as a Public Health Goal*. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267.
- Pender, N. J. (2011). *The Health Promotion Model*. Pearson Education.
- Pender, N. J. (2011). *The Health Promotion Model*. Pearson Education.
- Putri, N. A., & Hartono, T. (2023). Peran Edukasi Literasi Kesehatan dalam Pencegahan Penyakit Tidak Menular di Indonesia. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 18(2), 123–134.

- Raharjo, L. A., & Lestari, D. P. (2024). *Pendekatan Holistik dalam Pencegahan Penyakit Jantung: Integrasi Aspek Fisik dan Mental*. *Jurnal Kesehatan Holistik Indonesia*, 6(1), 58–70.
- Santika, W., & Nurjanah, R. (2023). *Efektivitas Edukasi Berbasis Cerita dalam Meningkatkan Kesadaran Kesehatan Jantung Remaja*. *Jurnal Pendidikan dan Literasi Kesehatan*, 4(3), 201–215.
- Suryani, E., & Prasetyo, H. (2022). *Hubungan Antara Stres dan Risiko Penyakit Jantung pada Dewasa Awal*. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 7(1), 45–56.
- Triyono, D., Liani, R., Utami, A. W., Tristiyanti, S., & Supriatna, A. (2025). *Penyakit Jantung Koroner Di Indonesia: Peran Faktor Risiko Dan Upaya Pencegahan*. *HUMANIS: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial dan Humaniora*, 17(1), 86–94.
- Waljinah, S., Prayitno, H. J., Purnomo, E., Rufiah, A., & Kustanti, E. W. (2019). *Tindak Tutur Direktif Wacana Berita Online: Kajian Media Pembelajaran Berbasis Teknologi Digital*. *SeBaSa*, 2(2), 118-129.
- Widodo, A., & Santoso, D. (2024). *Pendekatan Naratif dalam Promosi Kesehatan Masyarakat*. *Jurnal Literasi Kesehatan*, 5(2), 78–89.
- World Health Organization. (2023). *Cardiovascular Diseases (CVDs)*.
- World Health Organization. (2023). *Cardiovascular Diseases (CVDs) Fact Sheet*. WHO.
- Yusuf, M., & Nuraini, L. (2023). *Gaya Hidup Sehat untuk Pencegahan Penyakit Jantung Koroner*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(4), 201–210.
- Zakaria, R., & Mahfud, R. (2022). *Storytelling in Health Communication: Emotional Engagement and Behavioral Change*. *Journal of Health Literacy*, 8(2), 145–158.
- Zakaria, R., & Mahfud, R. (2022). *Storytelling in Health Communication: Emotional Engagement and Behavioral Change*. *Journal of Health Literacy*, 8(2), 145–158.