

PELATIHAN PENCEGAHAN DAN PENANGANAN PASIEN STROKE DALAM RANGKA MEMBANGUN MASYARAKAT SEHAT DAN PRODUKTIF

Stroke Prevention and Patient Care Training to Build a Healthy and Productive Community

Ratna Puspita Adiyasa

STIKES Bethesda Yakkum,
Yogyakarta

email:
adiyasa@stikesbethesda.ac.id

Abstrak

Stroke merupakan penyakit neurologis yang dapat menyebabkan kecatatan serta kematian. Sebagai upaya preventif, masyarakat terutama lansia perlu mempunyai pengetahuan yang baik tentang cara pencegahan dan penanganan pasien stroke. Kegiatan pelatihan pencegahan dan penanganan stroke dilaksanakan di Kelurahan Suryodiningratan yang melibatkan 33 partisipan. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi 3 bagian: pemeriksaan kesehatan, pendidikan kesehatan dan demonstrasi senam otak. Hasil pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa rata-rata usia partisipan 64,48 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan, 15 partisipan memiliki tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan 1 partisipan memiliki nilai pengukuran gula darah sesaat lebih dari 200 mg/dl. Pelaksanaan pendidikan stroke terdiri dari pengertian, jenis, tanda dan gejala stroke, penanganan kegawatdaruratan serta perawatan di rumah bagi para penderita stroke. Hasil evaluasi menunjukkan terdapat peningkatan tingkat pengetahuan partisipan sebesar 10,69%. Kegiatan selanjutnya demonstrasi senam otak (*brain gym*) berlangsung dengan lancar dan partisipan secara umum dapat mengikuti setiap gerakan dengan baik.

Kata Kunci:

Stroke
Perawatan
Kualitas Hidup

Keywords:

Stroke
Nursing
Quality of Life

Abstract

Stroke is a neurological disease that can lead to disability and death. As a preventive measure, especially for the elderly, it is essential for the community to have good knowledge about stroke prevention and patient care. Stroke prevention and management training activities were conducted in the Suryodiningratan neighborhood, involving 33 participants. The activities were divided into three parts: health examination, health education, and brain gym demonstration. The health examination results showed that the average age of the participants was 64.48 years, most of them were female, 15 participants had systolic blood pressure above 140 mmHg, and 1 participant had a blood sugar measurement of over 200 mg/dl. The stroke education included understanding the types, signs and symptoms of stroke, emergency response, and home care for stroke patients. The evaluation results indicated a 10.69% increase in the participants' knowledge level. Furthermore, the brain gym demonstration activities went smoothly, and the participants, in general, were able to follow each movement effectively.



© year The Authors. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Link: <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas>

Submit: 01-11-2023

Accepted: 24-02-2024

Published: 03-06-2024

PENDAHULUAN

Stroke merupakan salah penyakit yang menyerang pembuluh darah, bersifat tidak menular yang dapat menyebabkan kecatatan bahkan kematian bagi penderitanya. Penyakit ini menjadi penyebab kematian nomor satu di Indonesia pada tahun 2021. Data epidemiologi juga menunjukkan bahwa satu dari empat orang terkena stroke dan setiap dua detik aka nada satu orang terkena stroke. Lebih lagi, data menunjukkan

bahwa 63,7 persen penderita stroke tidak dapat hidup secara mandiri dalam jangka waktu yang lama setelah terjadinya serangan stroke (Alfarizi and Prima 2021). Serta mungkin dapat memberikan pengaruh bagi kualitas hidup penderita stroke.

Penyakit stroke dapat dicegah dengan perubahan pola hidup yang baik dan benar. Oleh karena itu, perlu adanya upaya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang apa dan bagaimana penyakit stroke bisa terjadi, cara pencegahan dan terlebih bagaimana cara merawat

pasien stroke di rumah. Adanya dukungan dan pendampingan dari orang-orang terdekat diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya pemulihan keadaan dan peningkatan kualitas hidup pada penderita stroke.

Kelurahan Suryodiningratan berada di wilayah Kota Yogyakarta. Berdasarkan hasil wawancara dengan kader kesehatan, diperoleh bahwa masyarakat belum memahami dengan benar terkait dengan penyakit stroke dan bagaimana cara penanganan serta perawatan pasien paska stroke. Oleh karena itu, penulis kemudian melaksanakan suatu program Pengabdian kepada Masyarakat berupa Pelatihan Pencegahan dan Penanganan Pasien Stroke dalam Rangka Membangun Masyarakat Sehat dan Produktif.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pelatihan pencegahan dan penanganan stroke telah dilaksanakan pada tanggal 2 Mei 2023 dengan 3 bagian kegiatan, yaitu:

1. Bagian pertama pemeriksaan gula darah dan tekanan darah berlangsung selama 30 menit;
2. Kedua pendidikan kesehatan tentang pencegahan dan penanganan stroke berlangsung selama 60 menit;
3. Ketiga pelatihan senam otak berlangsung selama 30 menit.

Jumlah partisipan dalam kegiatan sebanyak 33 orang.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan alat berupa LCD, proyektor, laptop, glukometer, tensimeter, sarung tangan, alkohol swab dan lain sebagainya. Sedangkan media yang digunakan berupa video, *power point* dan *hand out* materi pendidikan kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan kegiatan telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Adapun hasil pemeriksaan kesehatan dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Kesehatan

No. Partisipan	Usia (th)	Jenis Kelamin	TD (mmHg)	GDS (mg/dl)
1	70	P	148/92	76
2	75	L	119/69	146
3	71	P	160/86	107
4	58	P	120/75	78
5	64	P	129/70	93
6	70	P	158/85	82
7	63	P	158/91	297
8	76	P	181/91	145
9	63	P	154/84	109
10	66	P	130/82	99
11	74	L	132/85	91
12	43	L	120/85	97
13	63	P	124/79	72
14	63	P	168/103	100
15	42	P	103/62	120
16	57	P	146/79	50
17	63	L	130/90	103
18	61	P	137/73	165
19	78	P	116/82	87
20	72	P	130/78	120
21	69	P	126/70	87
22	67	P	140/60	100
23	60	L	167/96	82
24	47	P	172/95	107
25	82	P	132/82	97
26	70	P	148/76	137
27	69	P	196/103	89
28	67	P	158/96	169
29	70	L	108/67	112
30	61	P	124/75	84
31	53	P	129/79	93
32	63	P	153/73	82
33	58	L	129/71	120
Rata-rata	64,48	-	141/80	109

Sedangkan hasil penilaian tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Penilaian Tingkat Pengetahuan Masyarakat

No. Partisipan	Nilai			
	Pre	%	Post	%
1	14	93	15	100
2	9	60	13	87
3	9	60	9	60
4	13	87	13	87
5	12	60	14	93
6	9	60	13	87
7	11	73	12	80
8	13	87	14	93
9	13	87	14	93
10	11	73	11	73
11	13	87	13	87
12	9	60	13	87
13	12	80	15	100
14	11	73	13	87
15	10	67	11	73
16	12	80	12	80
17	12	80	15	100
18	11	73	12	80
19	11	73	13	87
20	11	73	14	93
21	11	73	14	93
22	12	80	12	80
23	12	80	14	93
24	11	73	12	80
25	12	80	12	80
26	11	73	14	93
27	10	67	11	73
28	12	80	12	80
29	13	87	15	100
30	10	67	11	73
31	13	87	13	87
32	11	73	15	100
33	13	87	13	87
Rata-rata	11,42	75,54	12,93	86,24

Pastisipan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mempunyai rata-rata usia 64,48 tahun. Usia tersebut telah memasuki kategori lansia. Ketika seseorang menjadi lansia, terjadi kemunduran fungsi pembuluh darah. Terjadi penurunan elastisitas pada pembuluh darah terutama pada bagian endotel pada lapisan intima, sehingga menyebabkan lumen pembuluh

darah menjadi semakin menyempit dan menyebabkan penurunan jumlah aliran darah menuju dan di otak (Nadhifah and Sjarqiah 2022).

Partisipan dalam kegiatan ini berjumlah 26 perempuan dan 7 laki-laki. Dalam penelitiannya Sofyan, Sihombing, and Hamra (2013) menyatakan bahwa kejadian stroke pada perempuan meningkat setelah masuk ke usia lansia. Hal ini disebabkan oleh karena perempuan mengalami peristiwa menopause yang ditandai dengan menurunnya kadar hormon esterogen. Hormon ini berfungsi untuk menjaga elastisitas pembuluh darah sehingga tidak mudah terjadi trauma, terutama pada pembuluh darah otak.

Kegiatan screening tekanan darah dan gula darah dilakukan oleh karena kedua item tersebut merupakan salah satu faktor resiko terjadinya stroke. Hasil rata-rata tekanan darah partisipan sebesar 141/80 mmHg serta terdapat 15 partisipan yang memiliki tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg. Peningkatan tekanan darah seringkali tidak menimbulkan gejala yang khas. Jika tidak dapat dideteksi sedini mungkin, dapat menimbulkan komplikasi berupa serangan stroke. Oleh karena itu, penderita tekanan darah tinggi juga perlu mendapatkan penanganan yang cepat dan tepat untuk kondisi kesehatannya tersebut (Yonata, Satria, and Pratama 2016). Penanganan tekanan darah tinggi juga harus dilakukan oleh penderita sendiri karena terapi yang dilakukan cenderung berlansung dalam waktu yang lama Adiyasa and M Cruz (2020).

Peningkatan gula darah yang tidak terkontrol juga dapat meningkatkan resiko stroke. Hasil rata-rata pengukuran gula darah 109 gr/dl, meskipun begitu masih terdapat 1 partisipan yang mempunyai nilai gula darah sewaktu lebih dari 200 mg/dl. Kadar gula yang terlalu tinggi dapat menyumbat pembuluh darah serta mendukung dalam peningkatan lemak di pembuluh darah. Akibatnya, suplai oksigen dan darah ke otak dapat terganggu (Pane 2020). Teori ini tidak didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Gustian and Safirza (2023) yang membuktikan bahwa tidak ada hubungan antara kadar gula darah

sewaktu dengan kejadian stroke. Hal ini dikarenakan, stroke bisa terjadi karena banyak faktor sehingga stroke merupakan penyakit yang cukup kompleks dan harus didalami lagi untuk mencari penyebab pastinya.

Dalam aspek pengetahuan tentang stroke, hasil pretest menunjukkan rata-rata nilai sebesar 11,42 (75,54%), sedangkan hasil post tes menunjukkan rata-rata nilai sebesar 12,93 (86,24%). Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa telah terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 10,69%. Dari 33 orang partisipan 23 orang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sedangkan 10 sisanya memperoleh nilai yang sama sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan pendidikan kesehatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat serupa pernah dilakukan oleh Huzaimah and Puspitasari (2021) dengan menjadikan kader kesehatan sebagai partisipan atau sasaran dari pelaksanaan kegiatan. Manfaat dari kegiatan tersebut adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan kader juga masyarakat dalam melaksanakan tindakan pencegahan dan pertolongan awal jika serangan stroke terjadi.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Kelurahan Suryodiningratan dilaksanakan dilanjutkan dengan melakukan *brain gym* atau senam otak.. Secara keseluruhan, partisipan dapat melakukan gerakan dengan cukup baik, akan tetapi beberapa lansia yang sudah berusia lebih dari 75 tahun tampak kesulitan mengikuti setiap gerakan. Kegiatan ini dipercaya dapat membantu partisipan dalam meningkatkan fungsi dan kerja otak.

Penelitian yang dilakukan oleh Siswanti, Hartinah, and Susanti (2021) membuktikan bahwa senam otak dapat memberikan efek pada perbaikan fungsi memori pada pasien stroke non-perdarahan. Hal ini dapat terjadi karena adanya stimulasi pada bagian otak yang mengalami gangguan fungsi. Selain itu juga senam otak dapat melancarkan peredaran dan sirkulasi darah pada otak sehingga kebutuhan nutrisi dan oksigenasi otak dapat dioptimalkan. Penelitian serupa yang dilakukan

oleh Yusuf, Indarwati dan Jayanto (2017) menjelaskan, senam otak tidak hanya berfungsi untuk perbaikan memori tetapi juga membantu dalam menyeimbangkan kinerja otak kanan dan kiri serta konsentrasi dari lansia.

RENCANA TINDAK LANJUT

Adapun rencana tindak lanjut dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan melaksanakan pemberdayaan kader-kader kesehatan sehingga penanganan stroke dimasyarakat dapat dimonitor dan dievaluasi. Bagi Kelurahan Suryodiningratan diharapkan dapat secara berkala mengadakan senam otak bagi lansia sehingga fungsi persyarafan dapat terus dipertahankan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Pelatihan dan Pencegahan Stroke dan Penanganan Pasien Stroke telah terlaksana dengan baik dan lancar. Masalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang stroke dan penanganannya telah dapat ditangani dengan adanya kegiatan tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 10,69% pada peserta. Diharapkan melalui kegiatan ini kualitas hidup penderita stroke dapat ditingkatkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kelurahan Suryodiningratan yang telah memberikan waktu dan kesempatan sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan yang telah direncanakan.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sebagai pemberi dana dalam pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENSI

- Adiyasa, Ratna Puspita, and Bea Gracia M Cruz. 2020. "The Correlation Between Self-Care Behavior and The Self-Efficacy of Hypertensive Adults." *INDONESIAN NURSING JOURNAL OF EDUCATION AND CLINIC (INJEC)* 5(1):44. doi: 10.24990/injec.v5i1.273.
- Alfarizi, Moh Khory, and Erwin Prima. 2021. "Stroke Penyebab Kematian Utama Di Indonesia, Simak Penjelasan Ahli FKUI." *TEMPO.CO*.
- Gustian, Alfian Ubaidillah, and Satria Safirza. 2023. "Hubungan Kadar Gula Darah Sewaktu Dengan Kejadian Stroke Di Rumah Sakit Meuraxa Banda Aceh Tahun 2023." 266–70.
- Huzaimah, Nailiy, and Dian Puspitasari. 2021. "Pelatihan Dan Pendampingan Kader Kesehatan Dalam Tindakan Preventif Dan Pertolongan Awal Kasus Stroke Di Desa Karang Anyar." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2(2 SE-Articles). doi: 10.47560/pengabmas.v2i2.284.
- Nadhifah, Tiara Amoria, and Umi Sjarqiah. 2022. "Gambaran Pasien Stroke Pada Lansia Di Rumah Sakit Islam Jakarta Sukapura Tahun 2019." *Muhammadiyah Journal of Geriatric* 3(1):23. doi: 10.24853/mujg.3.1.23-30.
- Pane, Merry Dame Cristy. 2020. "Benarkah Diabetes Bisa Mengakibatkan Stroke?" *Alodokter*.
- Siswanti, Heny, Dewi Hartinah, and Yuli Susanti. 2021. "The Effect Of Brain Exercise On The Ability Of Recovery Of Memory Functions Of Non-Hemorrhic Stroke Clients At Permata Bunda Purwodadi-Grobogan Hospital." *Prosiding University Research Colloquium* 0(0 SE-Articles):1031–45.
- Sofyan, Aisyah Muhrini, Ika Yulieta Sihombing, and Yusuf Hamra. 2013. "Hubungan Umur, Jenis Kelamin, Dan Hipertensi Dengan Kejadian Stroke." *Medula: Jurnal Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo* 1(1). doi: 10.33772/medula.v1i1.182.
- Yonata, Ade, Arif Satria, and Putra Pratama. 2016. "Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke Majority." *Jurnal Majority* 5(3):17.
- Yusuf, Ah., Retno Indarwati, and Arifudin Dwi Jayanto. 2017. "Brain Gym Improves Cognitive Function for Elderly." *Jurnal Ners* 5(1):79–86. doi: 10.20473/jn.v5i1.3927.