

Pencegahan dan Tatalaksana Stroke di Wilayah Puskesmas Maccini Sawah

Abd. Herman Syah Thalib¹, Ricky. Z², Rusli Abdullah³, Nur Aliza Aszahra⁴, Ainun⁵
^{1,2,3,4,5} Prodi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

*Korespondensi penulis, email : abdulhermansyahthalib@gmail.com

Article History:

Received: Oktober 15, 2020

Accepted: November 15, 2020

Published: Desember 30, 2020

Keywords: Stroke, Prevention and Management

Abstract: Stroke is a non-communicable disease that still has the highest death rate in the world. Even though stroke is not transmitted from one sufferer to another through contact, prevention must still be improved. Lifestyle and socioeconomics are thought to be one of the biggest factors that cause strokes. This activity aims to prevent and manage stroke by increasing knowledge in detecting signs and symptoms of stroke, preventing recurrent strokes and changing lifestyle modification behavior. Community service activity methods include health education, health checks to identify risk factors for hypertension/stroke, empowering families to recognize signs and symptoms of stroke, controlling stroke risk factors and lifestyle modification. The results of the activity showed that the majority of respondents had had one stroke (60%), the majority of families had sufficient knowledge (60%) about preventing recurrent strokes, the majority of respondents had a low risk (50%). Increased knowledge of patients and families in detecting signs of preventing stroke risk factors is targeted at changing behavior and improving healthy lifestyles to prevent recurrent strokes.

ABSTRAK

Stroke merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih memiliki angka kematian tertinggi di dunia. Meskipun stroke tidak ditularkan dari penderita satu ke penderita yang lainnya melalui kontak tapi pencegahan harus tetap ditingkatkan. Gaya hidup dan social ekonomi di duga sebagai salah satu factor terbesar yang menyebabkan terjadinya stroke. Kegiatan ini bertujuan untuk pencegahan dan tatalaksana stroke dengan meningkatkan pengetahuan dalam deteksi tanda dan gejala stroke, pencegahan stroke berulang dan perubahan perilaku modifikasi gaya hidup. Metode kegiatan pengabdian masyarakat meliputi pendidikan kesehatan, pemeriksaan kesehatan untuk mengidentifikasi faktor risiko hipertensi/ stroke, pemberdayaan keluarga untuk mengenali tanda dan gejala stroke, pengendalian faktor risiko stroke dan modifikasi gaya hidup. Hasil kegiatan menunjukkan mayoritas responden memiliki jumlah serangan stroke 1 kali (60%), mayoritas keluarga memiliki pengetahuan cukup (60%) tentang pencegahan stroke berulang, mayoritas responden memiliki resiko rendah (50%). Peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga dalam deteksi tanda pencegahan faktor risiko stroke ditargetkan terjadi perubahan perilaku dan meningkatkan pola hidup sehat untuk mencegah stroke berulang

Kata Kunci : Stroke, Pencegahan dan Tatalaksana

PENDAHULUAN

Berdasarkan prediksi WHO (*World Health Organization*), 60% kematian dan 43% di seluruh dunia disebabkan oleh penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular atau disingkat PTM dilatarbelakangi oleh adanya perubahan struktur masyarakat agraris menjadi masyarakat industri serta perubahan gaya hidup dan keadaan sosial ekonomi. Salah satu PTM yang menjadi momok karena menjadi pembunuh ketiga terbesar setelah penyakit jantung dan kanker di Indonesiadan kedua di dunia adalah penyakit stroke. Penyakit stroke mendesak

* Abd. Herman Syah Thalib, abdulhermansyahthalib@gmail.com

untuk segera ditangani mengingat Indonesia memiliki jumlah penderita terbanyak se-Asia dengan menjadi penyebab kematian terbesar kedua bagi penduduk usia di atas 60 tahun dan urutan kelima pada penduduk usia 15-59 tahun. (Yastroki, 2018).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, sebagian besar prevalensi PTM pada tahun 2013 dibandingkan dengan keadaan tahun 2007 mengalami peningkatan. Diperkirakan pada tahun 2013 terdapat sekitar 3 juta orang penyandang stroke di Indonesia. Prevalensi stroke di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan sebesar 7,0 per mil dan yang berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan atau gejala sebesar 12,1 mil. Hal ini menunjukkan peningkatan penyakit sebesar 57,9 persen seiring peningkatan umur responden dengan prevalensi pada laki-laki dan perempuan sama besar. Menurut hasil Riskesdas 2018 prevalensi stroke mengalami peningkatan dari 7% menjadi 10,9%.

Di Provinsi Sulawesi Selatan, penyakit stroke mengalami peningkatan dari tahun 2013 sampai 2018 dengan prevalensi sebanyak 4,5 % menjadi 8 %. Berdasarkan data Profil Kesehatan Dinas Kota Makassar Tahun 2019, jumlah penderita stroke di kota Makassar berjumlah 76 kasus. Menurut WHO, gangguan fungsi otak fokal maupun global akibat gangguan aliran darah ke otak secara mendadak hingga berlangsung selama 24 jam disebut dengan stroke (Chamerinski, 2019). Stroke terjadi ketika otak tidak bisa berfungsi dengan baik karena kekurangan oksigen. Penderita stroke mengalami dampak pada aspek sosial, fisik, hingga psikologis. Dampak Stroke ditinjau dari aspek fisik meliputi: kerusakan mobilitas (kelumpuhan), kerusakan fungsi respirasi, gangguan menelan dan berbicara serta penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari (Smeltzer et al, 2011). Stroke juga dapat mengakibatkan disfungsi persepsi visual, gangguan dalam hubungan visuospasial, dan kehilangan sensori (Black & Hawks, 2017). Kejadian stroke dapat menimbulkan kecacatan bagi sipenderita. Kecacatan pada penderita stroke di akibatkan oleh gangguan organ atau gangguan fungsi organ seperti hemiparesis. Adapun kecacatan yang dialami oleh penderita stroke meliputi ketidakmampuan berjalan, ketidakmampuan berkomunikasi, serta ketidakmampuan perawatan diri. Ditinjau dari aspek sosial Penderita stroke akan mengalami ketergantungan pada orang lain khususnya keluarga dan menyebabkan gangguan relasi sosial. Pencegahan dan tatalaksana terjadinya stroke sangat dibutuhkan untuk menekan angka kejadian stroke. Salah satu yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya stroke adalah dengan mengendalikan faktor penyebab stroke, salah satu faktor penyebab terbanyak kejadian stroke adalah hipertensi.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di rumah salah satu kader kesehatan Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar pada hari Selasa, 10 November 2020 dengan sasaran yaitu 24 keluarga dan penderita stroke. Pelaksana kegiatan ini adalah Dosen dan mahasiswa Prodi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar bekerjasama dengan Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar. Sebelum pelaksanaan kegiatan dilakukan terlebih dahulu observasi lokasi pada tanggal 27 Oktober 2020. Persiapan kegiatan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan kepala desa dan ketua RT untuk persiapan tempat pelaksanaan kegiatan. Salah satu solusi yang cukup strategis yang ditawarkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pengenalan konsep dasar penyebab, tanda dan gejala, cara pencegahan stroke berupa senam.

Adapun metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah :

1. Tahap Awal

Pada tahap ini dilakukan pengkajian terhadap pengetahuan warga tentang penyakit stroke dan pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan dan senam

2. Penyuluhan

Pada tahap ini dilakukan pemaparan materi tentang konsep dasar stroke, penyebab, tanda dan gejala, cara pencegahan dengan metode ceramah dan diskusi menggunakan media LCD. Setelah pemaparan materi, selanjutnya dilakukan diskusi. Warga dipersilahkan untuk bertanya tentang hal-hal yang belum dipahami terkait materi penyuluhan

3. Pelaksanaan senam

Setelah pemaparan materi selanjutnya bersama-sama warga melakukan senam dilakukan sekitar 30 menit.

4. Tahap Akhir

Pada tahap ini dilakukan pengkajian kembali pengetahuan warga mengenai penyakit stroke dan pengukuran tekanan darah post intervensi senam.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat pencegahan dan tatalaksana penyakit stroke melalui Promosi Kesehatan dan senam di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, kami mulai lakukan dengan melakukan persiapan pelaksanaan 1 minggu sebelumnya dengan melakukan koordinasi secara lisan dan surat kepada instansi dan kontak person terkait seperti kepala lingkungan. Total peserta kegiatan ini adalah 24 peserta.

Tabel . Distribusi Usia, Jenis kelamin, Pendidikan dan Pengetahuan warga di Wilayah Kerja Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar

No	Usia	Frekuensi	%
1	<50tahun	10	41,7
2	≥ 50 tahun	14	58,3
	Total	24	100

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	%
1	Laki-laki	4	16,7
2	Perempuan	20	83,3
	Total	24	100

No	Pendidikan	Frekuensi	%
1	SD	18	75
2	SMP	2	8,3
3	SMA	3	12,5
4	S1	1	4,2
	Total	24	100%

No	Pengetahuan Sebelum	Frekuensi	%
1	Kurang	15	62,5
2	Cukup	5	20,8
3	Baik	4	16,7
	Total	24	100

No	Pengetahuan Setelah	Frekuensi	%
1	Kurang	9	37,5
2	Cukup	10	41,7
3	Baik	5	20,8
	Total	24	100

(sumber: Data primer 2020)

Berdasarkan data tersebut, menunjukkan peserta terdiri dari laki-laki dan perempuan mayoritas peserta berjenis kelamin perempuan, mayoritas peserta berusia diatas 50 tahun berpendidikan mayoritas SD. Serta adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini didominasi oleh responden usia diatas 50 tahun yaitu sebanyak 14 orang. Pada kegiatan pengabdian ini juga didapatkan sebagian besar peserta memiliki tekanan darah di atas 150/100 mmHg, dimana Hipertensi juga merupakan faktor penyebab terjadinya stroke. Terhitung sekitar 80% dari semua kasus disebabkan oleh Hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa penyumbatan pembuluh darah atau bahkan hingga pecah disebabkan oleh tekanan darah yang sangat tinggi. Apabila hal ini terjadi di otak, maka kemungkinan untuk terjadi stroke akan semakin tinggi.

DISKUSI

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa peningkatan umur sejalan dengan peningkatan kasus hipertensi. Hal ini disebabkan oleh meningkatnya tekanan darah sistolik akibat perubahan struktur pada pembuluh darah besar yang menjadi lebih sempit dengan dinding pembuluh darah menjadi kaku. Selain usia pra lansia, usia dewasa muda yaitu > 20 tahun banyak yang mengalami hipertensi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh stressor yang tinggi. Selain itu, terdapat faktor lain yang memungkinkan mempunyai efek terhadap bagaimana pasien berespon terhadap stressor yang dialaminya. Dilihat dari Usia responden pada kelompok lansia, semakin cukup usia seseorang maka semakin banyak pengalaman yang dimiliki dalam mengatasi stresor. Pendidikan juga memberikan sumbangsih dalam mengatasi stresor, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin tinggi pengetahuannya sehingga kemampuan dalam menghadapi masalah, menganalisa situasi, dan pada akhirnya memilih tindakan yang tepat dalam menghadapi suatu masalah (Stuart & Suddeen, 2016).

Salah satu solusi yang dilakukan pada pengabdian ini berupa pemberian senam, dimana senam diketahui mampu memberikan manfaat untuk menurunkan dan mengendalikan tekanan darah, tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyebab terjadinya kejadian stroke. Hal ini sesuai dengan teori Suiroaka (2012) yang menyatakan bahwa olahraga dapat mempercepat peredaran darah dalam tubuh sehingga dapat mencegah terjadinya stroke.

Hasil penelitian Suwanti (2019) menyatakan ada pengaruh yang signifikan senam ergonomik terhadap sistolik dan diastolik lansia. Dengan tekanan darah yang stabil dapat memperkecil resiko terjadinya stroke, pernyataan yang serupa disebutkan oleh Upriani (2018) dalam penelitiannya bahwa ada pengaruh senam ergonomik terhadap tekanan darah lansia di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

Hasil penelitian lain juga menunjukkan bahwa kelompok usia lanjut memiliki resiko kecacatan hingga kematian tertinggi. Setelah mencapai usia 55 tahun, setiap bertambah sepuluh tahun, terjadi peningkatan risiko stroke sebesar dua kali lipat, hal ini dapat dilihat bahwa jumlah pasien stroke berusia 65 tahun adalah dua pertiga dari total kasus stroke. Hal yang serupa juga diungkapkan oleh Pinzon&Asanti (2010) bahwa semakin tua usia seseorang akan semakin mudah terserang stroke. Stroke dapat terjadi pada semua usia, namun lebih dari 70% kasus stroke terjadi pada usia di atas 65 tahun.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan yang dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut : Peserta kegiatan pengabdian masyarakat mayoritas berusia di atas 50 tahun, dengan jenis kelamin mayoritas perempuan, pendidikan terbanyak adalah SD dan adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan. Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian ini diharapkan masyarakat melaksanakan senam secara rutin untuk mencegah penyakit stroke. Untuk tim pengabdian masyarakat selanjutnya diharapkan untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan menerapkan jenis kegiatan senam yang berbeda untuk mencegah terjadinya resiko stroke pada lanjut usia.



Kegiatan Edukasi



Kegiatan Senam

Dokumentasi Pengabdian Masyarakat

PENGAKUAN

Terimakasih kepada tim pengabdian kepada masyarakat, Kepala Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, Penanggung Jawab Program Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Maccini Sawah Kota Makassar, Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar dan masyarakat yang telah berpartisipasi atas terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2009). *Medical-Surgical Nursing : Clinical Management for Positive Outcomes*. USA: Saunders Elsevier.
- Brunner dan Suddarth, (2018). *Keperawatan Medikal-Bedah*. Jakarta : EGC.
- Chemerinski, E., Robinson, R, (2000). “ The Neuropsychiatry of Stroke Psychosomatic, *Journal* 41, 1 Januari – Februari 2000
- Dinkes, Kota Makassar. *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2020*, Makassar:

Dinkes Kota Makassar

- Guyton, Arthur C. (2017). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Jakarta: EGC
- Pinzon, Rizaldy dan Asanti, Laksmi, (2010). Awas stroke! Pengertian, gejala,tindakan, perawatan dan pencegahan. Yogyakarta: Andi Offset.
- Potter, P., & Perry, A.G. (2019). Fundamental keperawatan. Edisi 7 buku 1& 2. Jakarta: Salemba Medika
- Price, S.A., & Wilson, L.M. (2016). Patofisiologi: Konsep klinik proses-proses penyakit. Edisi 6. Jakarta: EGC
- Rezha, Danny Marga and , dr. Iwan Setiawan,Sp.S, M.Kes (2019) Hubungan Antara Usia, Hipertensi, Kebiasaan Merokok dengan Mortalitas Stroke Iskemik. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Riskesdas. (2018).(<http://www.RisetKesehatanDasar.co.id>)
- Smeltzer, Suzane. (2011). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan SuddartEd 8, Jakarta: EGC
- Stuart dan Sundeen. (2016). Buku saku keperawatan. Edisi 3. Jakarta: EGC
- Suiraka, I (2012) Penyakit degenerative mengenal, mencegah,dan mengurangi factor resiko 9 penyakit degeneratif. Yogyakarta: Nurha Medika
- Suwanti, S., Purwaningsih, P., & Setyoningrum, U. (2019). Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi. Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 1(1), 1-12. <https://doi.org/10.37287/jppp.v1i1.15>
- World Health Organisation (WHO). 2010. The World Health Report 2010.<http://www.who.int./whr/2010/en/index>.