



PENINGKATAN PENGETAHUAN GURU TENTANG UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT STROKE

Apriani¹, M. Ramadhani², Dedi Pahrul³, Rahmalia Afriyani⁴

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, STIK Siti Khadijah Palembang

Email : apriani@stik-sitikhadijah.ac.id, ramadhani2687@gmail.com², depha86@yahoo.co.id,
rahmaliaapriyani@gmail.com

Abstrak

Stroke adalah salah satu penyakit yang menempati urutan tertinggi penyebab kematian terbanyak di dunia yang terdiri dari penyakit gagal jantung, diabetes, dan penyakit pernafasan. Kecacatan yang dialami oleh penderita stroke meliputi ketidakmampuan berjalan, ketidakmampuan berkomunikasi, serta ketidakmampuan perawatan diri. Pencegahan terjadinya stroke sangat dibutuhkan untuk menekan angka kejadian stroke. Upaya pencegahan baru dapat dilakukan jika kita mengetahui faktor risiko apa saja yang menyebabkan terjadinya stroke. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan guru tentang upaya pencegahan penyakit stroke di SDN 21 Gelumbang. Bentuk upaya peningkatan pengetahuan dan upaya pencegahan penyakit stroke pada guru adalah dengan cara melakukan penyuluhan kesehatan. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah ceramah dan tanya jawab dengan cara pemberian leaflet kepada 21 orang peserta penyuluhan. Pengabdian masyarakat ini dilakukan di SDN 21 Gelumbang pada tanggal 16 Desember 2021. Hasil yang didapatkan dalam kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan guru tentang upaya pencegahan penyakit stroke. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan guru tentang konsep dasar stroke, mulai dari tanda dan gejala, faktor risiko stroke, pencegahan stroke baik primer maupun sekunder.

Kata Kunci: Pengetahuan, Upaya pencegahan penyakit stroke, Guru.

INCREASED TEACHER KNOWLEDGE ABOUT EFFORT PREVENTION OF STROKE

Abstract

Stroke is one of the diseases that ranks the highest cause of death in the world consisting of heart failure, diabetes, and respiratory disease. Disability experienced by stroke patients include the inability to walk, the inability to communicate, and the inability to self-care. Prevention of stroke was needed to reduce the incidence of stroke. Prevention efforts can be done if we know what risk factors cause stroke. The purpose of this activity was to increase knowledge of teacher about stroke prevention efforts at SDN 21 Gelumbang. The form of efforts to increase knowledge and prevention of stroke in teachers was by conducting health education. The method used in this community service was lectures and questions and answers by giving leaflets to 21 counseling participants. This community service was carried out at SDN 21 Gelumbang on December 16, 2021. The results obtained in this activity were an increase in teacher knowledge about stroke prevention efforts. The conclusion of this activity was there was an increase in teacher knowledge about the basic concepts of stroke, ranging from signs and symptoms, stroke risk factors, both primary and secondary stroke prevention.

Keywords: *Knowledge, Efforts to prevent stroke, Teacher.*



PENDAHULUAN

Stroke adalah salah satu penyakit yang menempati urutan tertinggi penyebab kematian terbanyak di dunia yang terdiri dari penyakit gagal jantung, diabetes, dan penyakit pernafasan (Aryati, 2021); (Widyasari, 2017). Di Asia, penyakit stroke telah menyebabkan kematian sebanyak 140.000 ((Dindha Amelia, 2020). Setiap tahunnya, di Amerika mengalami peningkatan orang yang menderita stroke dengan waktu hanya 40 detik (Hanum and Lubis, 2017). Penyakit stroke menyebabkan 235.000 orang yang tidak memiliki riwayat stroke mengalami kematian, sedangkan untuk penderita yang memiliki riwayat kesehatan sebelumnya yaitu 293.000 orang. Berdasarkan data (RISKESDAS) Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, menyatakan bahwa data penyakit stroke di Indonesia 12,1 per 1000 penduduk, stroke menjadi penyakit penyebab kematian hampir di semua rumah di Indonesia. Angka kejadian stroke setiap tahunnya mengalami peningkatan di Indonesia (Ana and Sulianto, 2018).

Stroke merupakan penyakit kronis yang memberikan dampak berbahaya yang diakibatkan oleh gangguan peredaran darah otak karena penyumbatan pembuluh darah arteri akibat endapan darah pada pembuluh darah, pecahnya pembuluh darah berdampak pada kelemahan dinding pembuluh darah atau kelainan di keadaan darah sendiri yang mengakibatkan kurangnya pasokan oksigen dan nutrisi ke otak yang menimbulkan kerusakan di jaringan otak (SULAIMAN, and ANGGRIANI, 2018). Penyakit stroke dapat diakibatkan oleh beberapa faktor. Faktor-faktor tersebut mencakup faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Usia, jenis kelamin, ras serta genetik adalah faktor yang tidak dapat diubah (Firmansyah *et al.*, 2021). Sedangkan hipertensi, merokok, obesitas, diabetes mellitus, tidak melakukan perilaku hidup sehat, tidak rutin melakukan pemeriksaan rutin dan memakan makanan dengan kandungan garam yang tinggi merupakan faktor yang masih bisa diubah (Wayunah and Saefulloh, 2017)

Studi yang dilakukan oleh (Tang *et al.*, 2014) menunjukkan bahwa faktor resiko yang berhubungan dengan kematian akibat penyakit stroke meliputi jenis kelamin, usia, tekanan darah yang tinggi, BMI, fungsi kognitif dan nutrisi. Beberapa studi menunjukkan prevalensi usia penderita stroke berada dalam rentang usia 56-60 tahun dan faktor resiko utama yaitu hipertensi.

Hipertensi dapat dikendalikan dengan mengubah gaya hidup disertai dengan penatalaksanaan farmakologis maupun non farmakologis (Kulshrestha and Vidyanand, 2013).



Pola hidup dan pola makan sangat berpengaruh dalam timbulnya faktor-faktor resiko yang dapat terjadi seperti seringnya merokok, mengkonsumsi minuman bersoda dan beralkohol sering memakan makanan cepat saji *fast food* dan *junk food* (Setiawan *et al.*, 2020). Pencegahan stroke dapat dilakukan dengan cara menjalankan aktifitas sehat seperti berolahraga secara teratur, hindari minum alkohol, tidak mengkonsumsi makanan yang berkolesterol tinggi serta tidak merokok. Timbulnya stress akibat kesibukan yang sangat padat memerlukan relaksasi (Srinayanti, Abdul Malik and Diaz Lutfi Sandi, 2021). Pasien dapat pulih apabila penanganan dilakukan dengan tepat dan cepat, apabila penanganan terlambat dapat mengakibatkan fatal (Simbolon, Simbolon and Siringo-ringo, 2018). Menurut Stroke Engine, 80% stroke dapat dihindari dengan menggunakan pengobatan dan pengendalian faktor-faktor resiko stroke melalui modifikasi gaya hidup (Amila, Janno Sinaga, 2019).

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. Kejadian stroke dapat menimbulkan kecacatan bagi si penderita. Kecacatan pada penderita stroke diakibatkan 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 social (Smeltzer, et al, 2011).

Pencegahan terjadinya stroke sangat dibutuhkan untuk menekan angka kejadian stroke. Upaya pencegahan merupakan salah satu cara yang paling efektif dan efisien untuk mengurangi kejadian stroke. Upaya pencegahan baru dapat dilakukan jika kita mengetahui faktor risiko apa saja yang menyebabkan stroke (Amila, Janno Sinaga, 2019).

Masalah utama yang terjadi adalah pengetahuan pasien yang sedikit dalam mengetahui faktor dan resiko dari pencegahan penyakit stroke, kemudian salah satu faktor yang paling utama dalam keterlambatan pengobatan adalah kurangnya pengetahuan tentang tanda dan gejala serta indikasi dari penyakit stroke (Srinayanti *et al.*, 2021). Tidak menutup kemungkinan pasien yang memiliki kemungkinan terkena stroke pun memiliki pengetahuan yang kurang mengenai penyakit ini. Pengetahuan yang rendah juga terjadi pada pasien yang memiliki risiko tinggi untuk terserang stroke (Setiawan *et al.*, 2020). Dampak kematian dan kecacatan dapat



berkurang apabila adanya pengenalan terhadap tanda dan peringatan penyakit stroke sehingga pasien stroke dapat segera mencari pengobatan dengan tepat (Handayani, 2019).

Dengan diadakannya penyuluhan kesehatan ini dapat memberikan kejelasan dan pematapan pengetahuan, sikap dan perilaku (Muthia, Fitriangga and R.S.A, 2015). Penyuluhan kesehatan adalah cara yang diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan serta kemampuan seorang melalui media pembelajaran yang mengedukasi dengan tujuan mengganti atau mempengaruhi pola hidup manusia secara individu, kelompok, maupun masyarakat agar dapat lebih faham untuk bisa menjalani hidup dengan sehat (Aryati, 2021). Penyuluhan kesehatan diperlukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran, di samping pengetahuan sikap dan perbuatan. Oleh karena itu, tentu diperlukan upaya penyediaan dan penyampaian informasi, yang merupakan bidang garapan penyuluhan kesehatan. Makna asli penyuluhan adalah pemberian penerangan dan informasi (Dewi, 2013).

SD Negeri 21 Gelumbang merupakan salah satu sekolah dasar yang terletak di Desa Suka Menang Kec. Gelumbang, Kabupaten Muara Enim dengan akreditasi B . SD Negeri 21 memiliki 22 orang tenaga pendidik, dengan jumlah siswa 317 orang siswa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada beberapa guru di SD Negeri 21 Gelumbang, dari 5 guru 2 diantaranya mempunyai riwayat penyakit hipertensi, 1 diantaranya mempunyai riwayat penyakit Diabetes Mellitus. Beberapa dari mereka belum mengetahui secara jelas apa pengertian stroke, faktor-faktor risiko yang menyebabkan terjadinya stroke dan upaya pencegahan penyakit stroke.

MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, jumlah kejadian stroke mengalami peningkatan setiap tahunnya. Penyakit stroke menyebabkan 235.000 orang yang tidak memiliki riwayat stroke mengalami kematian, sedangkan untuk penderita yang memiliki riwayat kesehatan sebelumnya yaitu 293.000 orang. Upaya pencegahan baru dapat dilakukan jika kita mengetahui faktor risiko apa saja yang menyebabkan stroke. Penyakit hipertensi, Diabetes Melitus, dan dislipidemia merupakan faktor risiko penyebab penyakit stroke yang dapat diubah, sedangkan usia, genetik dan jenis kelamin merupakan faktor risiko penyebab penyakit stroke yang tidak dapat diubah. Masalahnya sekarang adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang



penyakit stroke, faktor resiko stroke, tanda dan gejala peringatan dini stroke serta pencegahan penyakit stroke.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan guru tentang penyakit stroke dan upaya pencegahan penyakit stroke. Target atau sasaran pada pengabdian masyarakat ini adalah guru di SDN 21 Gelumbang. Peran keluarga menjadi bagian yang cukup penting untuk saling mengingatkan dalam pencegahan penyakit stroke.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di SDN 21 Gelumbang. Metode pelaksanaan yang digunakan adalah dengan ceramah dan tanya jawab. Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah guru SDN 21 Gelumbang.. Penyuluhan dilakukan dengan pemberian leaflet kepada 21 orang peserta penyuluhan. Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan sebagai berikut :

1. Persiapan Kegiatan

Sebelum kegiatan pengabdian berlangsung, terlebih dahulu melakukan survei ke lokasi dan meminta perizinan dengan pihak SDN 21 Gelumbang terkait pengabdian masyarakat yang akan kami lakukan, kemudian melakukan kontrak waktu dalam menentukan waktu yang tepat untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat. Selain itu, meminta perizinan dengan Pusat Pengabdian Masyarakat STIK Siti Khadijah dan penerbitan Surat Tugas Pengabdian Dosen. Persiapan sarana dan prasarana yaitu media penyuluhan seperti : leaflet, poster, laptop dan LCD/proyektor.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini berlangsung pada hari Kamis, tanggal 16 Desember 2021 pukul 09.00 WIB di SDN 21 Gelumbang. Kegiatan dimulai dengan pemberian leaflet kepada peserta penyuluhan yaitu sebanyak 21 orang guru. Selanjutnya tim membuka acara dengan mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan kegiatan. Melakukan pre test tentang konsep dasar penyakit stroke, tanda dan gejala, faktor risiko terjadinya stroke dan upaya pencegahan penyakit stroke. Kemudian tim memberikan materi penyuluhan/pendidikan kesehatan tentang stroke. Memberikan kesempatan untuk peserta bertanya dan kemudian melakukan evaluasi post test kepada peserta penyuluhan terkait materi stroke yang sudah diberikan.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kegiatan, sebelum diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan peserta mengenai pengertian penyakit stroke, tanda dan gejala, faktor risiko terjadinya stroke serta upaya pencegahan penyakit stroke masih relatif kurang. Hal ini dibuktikan dari hasil pre test yang dilakukan narasumber dan tim kepada peserta. Ketika penyampaian materi berlangsung, peserta penyuluhan sangat antusias dan tertarik dengan materi yang diberikan. Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab, sehingga penyuluhan ini berlangsung dengan lancar dan kondusif. Peserta sangat antusias dalam memberikan pertanyaan secara lisan mengenai topik yang diberikan oleh narasumber. Pada saat sesi evaluasi, narasumber dan tim memberikan pertanyaan kepada peserta dan peserta pun mampu menjawabnya dengan baik.

Stroke adalah putusnya aliran darah ke otak, umumnya terjadi akibat pecahnya pembuluh darah ke otak atau tersumbatnya pembuluh darah sehingga pasokan nutrisi dan oksigen ke otak berkurang. Stroke menyebabkan gangguan fisik atau disabilitas. Faktor yang dapat menimbulkan stroke dibedakan menjadi faktor risiko yang tidak dapat diubah atau tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat diubah atau dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang tidak dapat diubah diantaranya peningkatan usia, genetik dan jenis kelamin laki-laki. Faktor risiko yang dapat diubah antara lain hipertensi, diabetes melitus, dan dislipidemia (Amila, Janno Sinaga, 2019)

Penyuluhan kesehatan diperlukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran, di samping pengetahuan sikap dan perbuatan. Oleh karena itu, tentu diperlukan upaya penyediaan dan penyampaian informasi, yang merupakan bidang garapan penyuluhan kesehatan. Makna asli penyuluhan adalah pemberian penerangan dan informasi (Dewi, 2013)

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan pada suatu objek melalui pancaindera manusia. Tingkat pengetahuan responden dalam penelitian ini adalah pada tingkat tahu (Know) dan memahami (Comprehension). Tahu adalah ingatan yang sudah ada sebelumnya setelah mengamati suatu objek namun masih kurang diinterpretasikan dalam kehidupan sehari-hari. Memahami merupakan suatu sikap yang tidak hanya tahu namun juga mampu menginterpretasikan suatu objek dengan benar (Listiana, Sasmita and Satria, 2021).



Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan guru tentang konsep dasar stroke, tanda dan gejala, faktor risiko terjadinya stroke dan upaya pencegahan penyakit stroke. Semakin banyak informasi yang diberikan baik secara lisan, maupun menggunakan media, maka semakin baik pengetahuan seseorang. Semakin banyak pengetahuan yang didapat masyarakat ataupun guru tentang penyakit stroke, tanda gejala, faktor risiko dan upaya pencegahan penyakit stroke, maka semakin baik pula cara pencegahan penyakit stroke.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan kesimpulan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan guru tentang upaya pencegahan penyakit stroke, baik dari pengertian, tanda gejala, faktor risiko dan upaya pencegahan penyakit stroke. Harapan dengan semakin bertambahnya pengetahuan yang di dapat, penyakit stroke dapat dicegah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga kegiatan ini terlaksana dengan baik dan sesuai dengan rencana yang telah disusun.

DAFTAR PUSTAKA

- Amila, Janno Sinaga, E. S. (2019) 'Pencegahan Stroke Berulang Melalui Pemberdayaan Keluarga Dan Modifikasi Gaya Hidup', *Jurnal Abdimas*, 22(2), pp. 143–150.
- Ana, K. D. and Sulianto, B. (2018) 'Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Keluarga Tentang Self Care Pada Penderita Stroke', *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, pp. 21–25.
- Aryati, D. (2021) 'Penerapan Mirror Therapy Untuk Kekuatan Otot Lansia Dengan Stroke Non Hemoragik Di Keluarga Karya', 10(2), pp. 701–709.
- Dewi, S. (2013) 'Hubungan pengetahuan dan personal hgiene remaja putri dengan kejadian flour albus di Gampong Paloh Naleueng Kecamatan Titeu Kabupaten Pid'.
- Dindha Amelia (2020) 'Hubungan Antara Waktu Rujukan Dengan Tingkat Defisit Neurologis Pada Pasien Stroke Di RSUD Sultan Imanuddin Pangkalan Bun Tahun 2020', 21(1), pp. 1–9. Available at: <http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>.
- Firmansyah, A. *et al.* (2021) 'Virtual Reality (VR) Media Distraction Relieve Anxiety Level of the Children During Circumcision', *Proceedings of the 1st Paris Van Java International Seminar on Health, Economics, Social Science and Humanities (PVJ-ISHESSH 2020)*, 535, pp. 611–614. doi: 10.2991/assehr.k.210304.137.



- Handayani, F. (2019) 'Pengetahuan tentang Stroke, Faktor Risiko, Tanda Peringatan Stroke, dan Respon Mencari Bantuan pada Pasien Stroke Iskemik', *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 2(2), p. 12. doi: 10.32584/jikmb.v2i2.406.
- Hanum, P. and Lubis, R. (2017) 'Hubungan Karakteristik Dan Dukungan Keluarga Lansia Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan Support from the Elderly Families, Stroke in the Elderly with Hypertension', *Jumantik*, 3(1), pp. 72–88.
- Kulshrestha, M. and Vidyanand (2013) 'An analysis of the risk factors and the outcomes of cerebrovascular diseases in Northern India', *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 7(1). doi: 10.7860/JCDR/2012/4918.2686.
- Listiana, D., Sasmita, F. and Satria, A. (2021) 'Relationship of Knowledge and Attitude With Health Center Officers' Preparedness in Facing Earthquake Disasters Health', *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 4(2), pp. 369–383. doi: 10.33369/jvk.v4i2.19317.
- Muthia, F., Fitriangga, A. and R.S.A, S. N. Y. (2015) 'Perbedaan Efektifitas Penyuluhan Kesehatan menggunakan Metode Ceramah dan Media Audiovisual (Film) terhadap Pengetahuan Santri Madrasah Aliyah Pesantren Khulafaur Rasyidin tentang TB Paru T', *Jurnal Cerebellum*, 2(4).
- Setiawan, H. *et al.* (2020) 'Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Pondok Pesantren', *Madaniya*, 1(3).
- Simbolon, P., Simbolon, N. and Siringo-ringo, M. (2018) 'Faktor Merokok Dengan Kejadian Stroke', *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4(1), pp. 18–25.
- Srinayanti, Y. *et al.* (2021) 'International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS) Range of Motion Exercise to Improve Muscle Strength among Stroke Patients: A Literature Review', 3(2), pp. 332–343.
- Srinayanti, Y., Abdul Malik, A. and Diaz Lutfi Sandi, Y. (2021) 'Cold Compress Therapy Against Muscle Stiffness in Patients with Hypokalemia', *Genius Journal*, 2(1), pp. 16–21. doi: 10.56359/gj.v2i1.15.
- SULAIMAN, S. and ANGGRIANI, A. (2018) 'Sosialisasi Pencegahan Kasus Stroke Pada Lanjut Usia Di Desa Hamparan Perak Kecamatan', *Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), pp. 70–74. doi: 10.32696/ajpkm.v1i2.193.
- Tang, Z. *et al.* (2014) 'Risk factors for cerebrovascular disease mortality among the elderly in Beijing: A competing risk analysis', *PLoS ONE*, 9(2). doi: 10.1371/journal.pone.0087884.
- Wayunah, W. and Saefulloh, M. (2017) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stroke Di Rsud Indramayu', *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 2(2), p. 65. doi: 10.17509/jpki.v2i2.4741.
- Widyasari, N. (2017) 'Hubungan Karakteristik Responden Dengan Risiko Diabetes Melitus Dan Dislipidemia Kelurahan Tanah Kalikedinding', *Jurnal Unair*, 5(1), pp. 131–141. doi: 10.20473/jbe.v5i1.