PROSIDING
Seminar Kesehatan Nasional, Vol 1, Desember 2022
https://prosiding.stikba.ac.id/

Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stroke pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Legok Kota Jambi

Hasyim Kadri*
Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim,
Jl. Prof. DR. Moh. Yamin No.30, Lb. Bandung, Kec. Jelutung, Kota Jambi, 36135 Jambi
**Email* Korespondensi*: h451mkadri87@gmail.com*

Abstract

To be able to reduce the incidence of stroke in Indonesia, it can be done by increasing the knowledge of individuals, groups or communities about hypertension. Health education will affect knowledge as a medium-term outcome of health education. Furthermore, health knowledge will have an effect on increasing public health indicators as health education outputs. Objective To increase knowledge about stroke prevention, management and control of blood pressure. This series of activities was carried out in March - August 2022, in the Legok Village, Jambi City. The solution from this community service is to provide health education and stroke prevention simulations to change or increase public knowledge about stroke prevention including understanding, causes, signs and symptoms, prevention and management of stroke. To achieve this goal, the methods that will be used in these activities are discussions, counselling, simulations, role plays and literature studies. Health education is an effort to assist the community in overcoming their health problems through learning activities, thereby increasing knowledge and behaviour to prevent stroke. The results obtained A total of 15 people with hypertension took part in PKM activities. The participants were able to understand the material properly. Activity participants are able to simulate the material properly. And the participants of the activity were able to correctly answer questions related to the evaluation of the material

Keywords: *heath education, hypertension patient, stroke prevention*

Abstrak

Untuk dapat mengurangi angka kejadian stroke di Indonesia dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat mengenai hipertensi. Pendidikan kesehatan akan berpengaruh kepada pengetahuan sebagai hasil jangka menengah dari pendidikan kesehatan. Selanjutnya pengetahuan kesehataan akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran pendidikan kesehatan. Tujuan Meningkatkan pengetahuan tentang Pencegahan Stroke, Penatalaksanaan dan pengontrolan tekanan darah. Rangkaian kegiatan ini dilakukan pada Maret - Agustus 2022, di Kelurahan Legok Kota Jambi. Solusi dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pendidikan kesehatan dan simulasi pencegahan stroke untuk mengubah atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stroke meliputi pengertian, penyebab, tanda dan gelaja, pencegahan, penatalaksanaan stroke. Untuk mencapai tujuan tersebut maka metode yang akan digunakan dalam kegiatan tersebut adalah diskusi, penyuluhan, simulasi, role play dan studi literatur. Hasil yang didapatkan Sebanyak 15 orang penderita hipertensi mengikuti kegiatan PKM, Peserta kegiatan mampu memahami materi dengan baik dengan benar. Peserta kegiatan mampu mensimulasikan materi dengan baik dengan benar. Peserta kegiatan mampu menjawab dengan benar pertanyaan terkait dengan evaluasi materi.

Kata Kunci: pasien hypertensi, pendidikan Kesehatan, pencegahan stroke

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak disebabkan oleh infeksi mikroorganisme seperti protozoa, bakteri, jamur, maupun virus. Penyakit jenis ini bertanggung jawab terhadap sedikitnya 70% kematian di dunia. Meskipun tidak dapat

ditularkan dari orang ke orang maupun dari binatang ke orang, lemahnya pengendalian faktor risiko dapat berpengaruh terhadap peningkatan kasus setiap tahun. Hal ini sejalan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007, 2013, dan 2018 yang menunjukkan kecenderungan peningkatan prevalensi PTM seperti diabetes, hipertensi, stroke, dan penyakit sendi/rematik/encok. (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg (Kemenkes RI, 2016). Hipertensi merupakan penyakit yang menyebabkan masalah-masalah baru, seperti stroke, gagal jantung, ginjal dan pastinya semua berdampak pada terjadinya kematian.

Di Indonesia Provinsi yang memiliki prevelensi tertinggi hipertensi adalah provinsi Kalimantan Selatan yang memiliki sebesar 44,13% ,Provinsi Papua memiliki prevelensi hipertensi terendah sebesar 22,2% sedangkan Provinsi Jambi terdapat pada urutan ke 24 yang memiliki prevelensi sebesar 28,99%. (Kemenkes RI, 2019). Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Jambi 2020, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2020 di Kota Jambi sebanyak 17.289 orang. Dari 20 puskesmas di Kota Jambi, jumlah penderita hipertensi paling banyak terjadi di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi yaitu dengan jumlah 3.312 Orang dengen persentase 19,1%. Penderita hipertensi tertinggi adalah Kelurahan Legok sebanyak 96 orang dan terendah adalah Kelurahan Selamat sebanyak 10 orang. Usia yang paling dominan adalah usia lansia awal yaitu umur 46-55 tahun merupakan masih usia produktif yang berisiko terkena stroke sehingga dapat menyebabkan kelumpuhan yang mengakibatkan lansia awal menjadi tidak prodiktif padahal masih usia produktif.

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian yang utama melalui proses terjadinya stroke. Hipertensi adalah keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg.(Muttaqin,2019). Menurut (Asikin dan Susaldi, 2016) Apabila Hipertensi tidak segera di atasi maka akan menimbulkan berbagai komplikasi seperti, Stroke,Kebutaan,Serangan jantung dan gagal jantung,Arteriosklerosis (kerusakan pembuluh darah),dan Gagal ginjal

World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 15 juta orang terserang stroke setiap tahunnya. Stroke menjadi penyebab kematian utama urutan kedua pada usia di atas 60 tahun, dan urutan kelima penyebab kematian pada usia 15-59 tahun (Wahyu, 2009). Stroke merupakan penyakit gangguan pembuluh darah dimana hal ini terjadi karena adanya penyumbatan atau pecahnya pembuluh darah di otak (Prabawati, 2014).

Penyakit stroke adalah penyakit cerebrovaskuler (cerebrum=otak, vas= pembuluh) dan merupakan masalah di seluruh dunia. Stroke adalah terjadinya suatu gangguan fisik yang timbul secara mendadak yang disebabkan gangguan peredaran darah ke otak. Penanggulangan masalah stroke bukan hanya terdiri dari penanganan pasien dalam fase akut, melainkan juga rehabilitasi fisik maupun sosial. Bahkan yang lebih tinggi lagi yakni pencegahan atau pengobatan penyakit yang memiliki factor risiko terhadap terjadinya stroke (Mahdiana, 2010).

Menurut Wijaya dan Putri (2013) upaya pencegahan stroke yaitu,mengurangi kegemukan,berhenti merokok,berhenti minum kopi,batasi makan garam/ lemak,tingkatkan masukan kalium, rajin berolahraga,mengubah gaya hidup dan menghindari obat-obat yang dapat meningkatkan tekanan darah. Menurut Sustrani (2006) apabila stroke tidak segera diatasi maka akan berdampak serius seperti lumpuh, perubahan mental, gangguan komunikasi, gangguan emosional, kehilangan indera rasa bahkan kematian. Untuk dapat mengurangi angka kejadian stroke di Indonesia dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat mengenai hipertensi. Pendidikan kesehatan akan berpengaruh kepada pengetahuan sebagai hasil jangka menengah dari pendidikan kesehatan. Selanjutnya pengetahuan kesehataan akan berpengaruh pada

meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2007).

Seharusnya program kesehatan lebih ditujukan pada perubahan pengetahuan (promotive dan preventif). Karena perubahan pengetahuan berkonstribusi 50% dalam menyehatkan masyarakat, sedangkan program pengobatan (kuratif dan rehabilitative) hanya berkonstribusi sekitar 10% untuk menyehatkan masyarakat khususnya dalam mencegah stroke. Strategi yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kejadian stroke yaitu dengan pendidikan kesehatan. Menurut Notoadmojo (2017) pendidikan kesehatan efektif digunakan untuk merubah pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat. Pendidikan kesehatan memiliki berbagai metode jika dilihat dari jumlah peserta ada yang menggunakan metode ceramah, role play, forum grup discusiion, seminar, audio visual dll.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di Kelurahan Legok Kota Jambi mengenai pengetahuan pencegahan stroke pada penderita hipertensi, Menunjukkan penderita hipertensi tidak mengetahui cara pencegahan stroke seperti mengurangi kegemukan, berhenti merokok, berhenti minum kopi, batasi asupan garam / lemak, tingkatkan asupan kalium, rajin berolahraga dan mengubah gaya hidup, dan bahaya stroke seperti menyebabkan lumpuh dan kematian.

METODE

Rangkaian kegiatan ini dilakukan pada tanggal 07 Maret – 27 Agustus 2022, di RT 08 Keluraha Legok Kota Jambi.

1. Tujuan Kegiatan
   a. Meningkatkan pengetahuan tentang Pencegahan Stroke
   b. Mampu mempraktikan Penatalaksanaan dan pengontrolan tekanan darah
   c. Mampu mengaplikasikan Penatalaksanaan dan pengontrolan tekanan darah.
2. Sasaran Kegiatan
   Sasaran kegiatan PkM ini adalah Mayarakat yang menderita hipertensi di Kelurahan Legok Kota Jambi.
3. Pelaksanaan Kegiatan
   Kegiatan ini dilakukan dengan metode edukasi, praktek dan simulasi perindividu di Kelurahan Legok Kota Jambi dengan menggunakan Leaflet, ppt dll. Kegiatan dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan bagi peserta dan tim PKM. Materi diberikan melalui ceramah, diskusi, praktek, simulasi dan tanya jawab.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegitan Pengabdian kepada masyarakat dimulai dari mengkaji dan menganalisis data yang didapatkan Di Kelurahan Logok Kota Jambi dilanjutkan dengan mengidentifikasi masalah untuk menentukan kegiatan yang akan diberikan edukasi, kemudian menyusun draft usulan yang direview dan diseminarkan dihadapan reviewer internal yang kemudian dilakukan revisi atas masukan dari reviewer kemudian usulan mendapat pengesahan dari ketua prodi dan ketua PPPM untuk diteruskan ketahapan selanjutnya.

Tim mengurus perijinan ke PPPM dan meneruskan surat ijin tersebut ke mitra PKM yakni Kelurahan Legok Kota Jambi dan Kelurahan mengizinkan pelaksanaan kegiatan. Tim menyiapkan media dan alat-alat kegitan berupa PPT dan leaflet dan Kegiatan PKM dilaksanakan di Rumah Ketua RT 08 Kelurahan Legok. Acara dibuka dengan perkenalan dan penyampaian tujuan kegiatan pengabdian, pemberian edukasi, tanya jawab/diskusi. Kegiatan berjalan lancar dan cukup meriah ditandai dengan antusiasme peserta untuk simulasi dan bertanya seputar materi yang disampaikan bahkan diluar topik yang masih

berkaitan dengan kesehatan.Setelah kegiatan PKM dilakukan penyusunan laporan kegiatan dan publikasi jurnal ilmiah.

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian yang utama melalui proses terjadinya stroke. Hipertensi adalah keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg. (Muttaqin,2019). Menurut (Asikin dan Susaldi, 2016) Apabila Hipertensi tidak segera di atasi maka akan menimbulkan berbagai komplikasi seperti, Stroke, Kebutaan, Serangan jantung dan gagal jantung,Arteriosklerosis (kerusakan pembuluh darah),dan Gagal ginjal.

Penyakit stroke adalah penyakit cerebrovaskuler (cerebrum=otak, vas= pembuluh) dan merupakan masalah di seluruh dunia. Stroke adalah terjadinya suatu gangguan fisik yang timbul secara mendadak yang disebabkan gangguan peredaran darah ke otak. Penanggulangan masalah stroke bukan hanya terdiri dari penanganan pasien dalam fase akut, melainkan juga rehabilitasi fisik maupun sosial. Bahkan yang lebih tinggi lagi yakni pencegahan atau pengobatan penyakit yang memiliki factor risiko terhadap terjadinya stroke (Mahdiana, 2015).

Menurut Wijaya dan Putri (2013) upaya pencegahan stroke yaitu,mengurangi kegemukan,berhenti merokok,berhenti minum kopi,batasi makan garam/ lemak,tingkatkan masukan kalium, rajin berolahraga,mengubah gaya hidup dan menghindari obat-obat yang dapat meningkatkan tekanan darah. Apabila stroke tidak segera diatasi maka akan berdampak serius seperti lumpuh, perubahan mental, gangguan komunikasi, gangguan emosional, kehilangan indera rasa bahkan kematian. Untuk dapat mengurangi angka kejadian stroke di Indonesia dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat mengenai hipertensi. Pendidikan akan berpengaruh kepada pengetahuan sebagai hasil jangka menengah dari pendidikan kesehatan. Selanjutnya pengetahuan tentang kesehataan akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai luaran dari pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2007).

Seharusnya program kesehatan lebih ditujukan pada perubahan pengetahuan (promotive dan preventif). Karena perubahan pengetahuan berkonstribusi 50% dalam menyehatkan masyarakat, sedangkan program pengobatan (kuratif dan rehabilitative) hanya berkonstribusi sekitar 10% untuk menyehatkan masyarakat khususnya dalam mencegah stroke. Strategi yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kejadian stroke yaitu dengan pendidikan kesehatan. Menurut Notoadmojo (2017) pendidikan kesehatan efektif digunakan untuk merubah pengetahuan individu, kelompok atau masyarakat. Pendidikan kesehatan memiliki berbagai metode jika dilihat dari jumlah peserta ada yang menggunakan metode ceramah, role play, forum grup discusiion, seminar, audio visual dll

Gambar.1 Foto Bersama Setelah Kegiatan PKM

Gambar. 2: Penyampaian Materi

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan di Kelurahan Legok Kota Jambi, maka dapat disimpulkan bahwa: Sebanyak 15 orang penderita hipertensi mengikuti kegiatan PKM, Peserta kegiatan mampu memahami materi dengan baik dengan benar, Peserta kegiatan mampu mensimulasikan materi dengan baik dengan benar, dan Peserta kegiatan mampu menjawab dengan benar pertanyaan terkait dengan evaluasi materi

DAFTAR PUSTAKA

American Health Assosiation. (2012). Stroke Risk Factors. https://www.stroke.org/STROKEORG/AboutStroke/UnderstandingRisk/Understanding_Stroke_%20Risk_UCM_308539_SubHomePage.jsp. Diakses 30 November, 2021

Asikin, M., M, N, Dan Susaldi. (2016). *Keperawatan Medikal Bedah Sistem Kardiovaskuler*. Parepare: Erlangga

Batticaca, Fransisca B. (2008). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta: Salemba Medika

Machfoedz, I dan Suryani, E (2007). *Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan Cetakan ke 5*.Yogyakarta : Penerbit Fitramaya

Mahdiana,R. (2010). *Mencegah Penyakit Kronis Sejak Dini Cetakan I*. Yogyakarta : Tora Book

Maulana, Heri D.J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC

Mubarak, W.I. (2007). *Promosi Kesehatan: Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Jakarta: Graha Ilmu

Muttaqin, A. (2009). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika

National Stroke Association. (2014). Lifestyle Risk Factors. *https://www.stroke.org/understand-stroke/preventing-%20stroke/lifestyle-risk-factors*. Diakses 30 November, 2021.

National Stroke Association. (2015). What is Stroke. *https://www.stroke.org/understand-stroke/what-stroke*. Diakses 30, November 2021

National Stroke Assosiation. (2015). Signs and Symptoms of Stroke. *https://www.stroke.org/understand-stroke/recognizing-stroke/signs-and-symptoms-stroke*. Diakses 30, November 2021

Notoadmojo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Cetakan I.* Jakarta: PT. Rineka Cipta

Notoadmojo, S. (2010). *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi Cetakan ke 2*. Jakarta:PT. Rineka Cipta

Notoatmodjo S.(2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.