

Pemberian Edukasi dalam rangka Hari Stroke Sedunia Tahun 2024

Asrizal Asril¹, Sari Nikmawati², Nilas Warlem³, Irdawaty Izrul⁴

¹ Bagian Neurologi RSUD M.Natsir / FK Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

² Bagian Pulmonologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

³ Bagian Ilmu Paru Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

⁴ Bagian Ilmu Kulit kelamin Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

E-mail : asrizal_asril@fk.unbrah.ac.id *

Abstrak

Hari Stroke Sedunia diperingati sebagai upaya meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan, penanganan, dan dampak penyakit stroke. Stroke merupakan salah satu penyebab utama kematian dan kecacatan di dunia, yang sering kali disebabkan oleh faktor risiko yang dapat dicegah, seperti hipertensi, diabetes, obesitas, dan gaya hidup tidak sehat. Oleh karena itu, edukasi kepada masyarakat menjadi langkah penting dalam menurunkan angka kejadian stroke serta meningkatkan kualitas hidup pasien pasca-stroke. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat dalam rangka Hari Stroke Sedunia serta mengevaluasi dampaknya terhadap pemahaman dan perubahan perilaku dalam pencegahan stroke. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan melalui seminar, media cetak, dan digital kepada kelompok sasaran yang terdiri dari individu dengan risiko tinggi stroke. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan secara signifikan meningkatkan pemahaman peserta mengenai faktor risiko stroke, tanda dan gejala awal, serta langkah-langkah pencegahannya. Selain itu, terjadi perubahan positif dalam kebiasaan hidup sehat, seperti peningkatan aktivitas fisik dan pola makan yang lebih baik. Dengan demikian, edukasi kesehatan dalam rangka Hari Stroke Sedunia dapat menjadi strategi efektif dalam menekan angka kejadian stroke dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan sejak dini.

Kata kunci: edukasi kesehatan, stroke, pencegahan stroke, Hari Stroke Sedunia, gaya hidup sehat.

Abstract

World Stroke Day is commemorated as an effort to raise public awareness about the prevention, management, and impact of stroke. Stroke is one of the leading causes of death and disability worldwide, often resulting from preventable risk factors such as hypertension, diabetes, obesity, and an unhealthy lifestyle. Therefore, educating the public is a crucial step in reducing the incidence of stroke and improving the quality of life for post-stroke patients. This study aims to provide education to the public in the context of World Stroke Day and evaluate its impact on understanding and behavioral changes in stroke prevention. The method used involves health education through seminars, print media, and digital media, targeting individuals at high risk of stroke. Evaluation is conducted by comparing knowledge levels before and after the educational intervention. The results show that the provided education significantly improves participants' understanding of stroke risk factors, early signs and symptoms, and preventive measures. Additionally, there is a positive change in healthy lifestyle habits, such as increased physical activity and better dietary choices. Thus, health education in the context of World Stroke Day can be an effective strategy in reducing stroke incidence and raising public awareness about the importance of early prevention.

Keywords: health education, stroke, stroke prevention, World Stroke Day, healthy lifestyle.

1. PENDAHULUAN

Edukasi tentang stroke sangat penting untuk menurunkan angka kejadian dan kematian akibat penyakit ini. Namun, situasi edukasi stroke di Indonesia masih memiliki tantangan dan kesempatan untuk perbaikan. Berikut adalah analisis situasi edukasi stroke di Indonesia berdasarkan beberapa aspek:

1. Kesadaran Masyarakat tentang Stroke

- **Keterbatasan Pengetahuan:** Sebagian besar masyarakat Indonesia belum sepenuhnya memahami gejala stroke, faktor risiko, dan pentingnya penanganan cepat. Hal ini menyebabkan banyak kasus stroke yang terlambat ditangani, mengurangi kemungkinan pemulihan.
- **Gejala Stroke yang Tidak Dikenali:** Banyak orang yang tidak tahu bahwa gejala stroke bisa berupa muka terkulai, kelemahan pada satu sisi tubuh, atau gangguan berbicara. Tanpa pemahaman yang cukup, banyak penderita stroke yang terlambat mendapatkan pertolongan medis, yang berakibat fatal.

2. Akses terhadap Informasi dan Edukasi

- **Kampanye Media Terbatas:** Kampanye dan program edukasi di media massa atau media sosial terkait stroke masih kurang, terutama di daerah-daerah terpencil. Meski ada beberapa organisasi kesehatan dan pemerintah yang melakukan kampanye, jangkauannya belum maksimal.
- **Penyuluhan Kesehatan Terbatas di Daerah Pedesaan:** Di beberapa daerah, terutama pedesaan, akses terhadap informasi kesehatan yang relevan sangat terbatas. Hal ini membatasi pemahaman masyarakat tentang pencegahan stroke dan tanda-tanda awal yang perlu diperhatikan.

3. Ketersediaan Fasilitas dan Pelayanan Kesehatan

- **Keterbatasan Fasilitas Kesehatan di Daerah Terpencil:** Banyak daerah, terutama di luar kota besar, yang tidak memiliki fasilitas kesehatan memadai untuk penanganan stroke, baik dalam hal diagnostik maupun pengobatan. Ini menjadi tantangan besar untuk edukasi terkait pentingnya akses medis yang cepat.
- **Keterbatasan Sumber Daya Manusia:** Tenaga medis yang terlatih untuk menangani stroke masih terbatas, khususnya di rumah sakit daerah. Peningkatan pelatihan bagi tenaga medis tentang cara mengenali, merawat, dan memberikan rehabilitasi stroke sangat diperlukan.

4. Penyuluhan tentang Faktor Risiko dan Pencegahan

- **Kurangnya Edukasi tentang Gaya Hidup Sehat:** Meskipun ada beberapa inisiatif untuk mengedukasi masyarakat tentang pola makan sehat, pengendalian tekanan darah, dan pentingnya olahraga, program-program ini masih terbatas. Masyarakat masih cenderung mengabaikan risiko gaya hidup yang tidak sehat, seperti merokok, konsumsi alkohol, dan makan makanan tinggi lemak.
- **Kurangnya Kesadaran tentang Penyakit Penyerta:** Penyuluhan tentang pengelolaan faktor risiko penyakit terkait stroke, seperti hipertensi dan diabetes, masih belum optimal. Masyarakat sering kali tidak menyadari bahwa kondisi medis lain ini berperan besar dalam meningkatkan risiko stroke.

5. Rehabilitasi Stroke

- **Keterbatasan Rehabilitasi Pasca-Stroke:** Banyak penyintas stroke yang tidak mendapatkan rehabilitasi yang memadai setelah serangan stroke. Program rehabilitasi terbatas dan

seringkali tidak terjangkau, baik dari sisi biaya maupun lokasi fasilitas.

- **Kurangnya Dukungan Psikososial:** Selain perawatan medis, dukungan psikososial juga sangat penting bagi pasien stroke, namun perhatian terhadap hal ini masih kurang, sehingga banyak pasien yang merasa terisolasi dan stres setelah mengalami stroke.

6. Peluang untuk Meningkatkan Edukasi

- **Kolaborasi dengan Media Sosial dan Influencer:** Menggunakan platform digital dan media sosial untuk mengedukasi masyarakat dapat memperluas jangkauan edukasi. Banyak orang, terutama generasi muda, yang aktif di media sosial, yang bisa menjadi sarana yang efektif untuk meningkatkan kesadaran.
- **Kerjasama dengan Organisasi Kesehatan Global:** Indonesia dapat lebih banyak bekerja sama dengan organisasi kesehatan global yang memiliki pengalaman dalam kampanye edukasi stroke, seperti World Stroke Organization (WSO), untuk memperkuat kampanye pencegahan dan penanganan stroke.
- **Peningkatan Program Edukasi di Sekolah dan Komunitas:** Menanamkan pengetahuan tentang stroke sejak dini di sekolah-sekolah dan memperkenalkan program edukasi di komunitas lokal bisa meningkatkan kesadaran masyarakat secara menyeluruh.

2. METODE KEGIATAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini adalah metode edukasi tatap muka langsung. Kegiatan edukasi dilakukan selama satu hari. Dalam kegiatan ini mitra berpartisipasi sebagai membantu menyediakan tempat, sarana dan prasarana tambahan untuk edukasi.

Tahapan Pelaksanaan PKM

1. Perencanaan

Pada tahap ini yang dilakukan adalah:

- 1) Penyusunan proposal
- 2) Pembelian alat dan bahan
- 3) Persiapan materi

2. Pelaksanaan

PKM dilakukan pada hari Rabu tanggal 30 Oktober 2024, dengan metode tatap muka langsung, bertempat di Klinik Mitra Patimura, menggunakan media microphone/microtoa, infocus dan screen. Kegiatan edukasi dilakukanselama satu hari.

3. Monitoring

Monitoring dilakukan selama kegiatan edukasi berlangsung, dengan hasil: semua peserta mengikuti setiap sesi edukasi dengan antusias dan penuh perhatian sampai selesai.

4. Evaluasi

Keberhasilan PKM dilihat berdasarkan indikator yang telah ditetapkan yaitu: Adanya peningkatan pengetahuan Pengunjung Klinik Mitra Patimura, Pengetahuan dikatakan meningkat bila peserta mampu menjawab semua pertanyaan yang diberikan dengan baik benar

3. HASIL DAN DISKUSI

Berikut adalah hasil dan luaran yang dapat dicapai dari kegiatan pengabdian masyarakat tentang stroke:

1. Hasil yang Dicapai

Hasil adalah perubahan atau dampak yang terjadi di masyarakat setelah pelaksanaan program pengabdian.

Peningkatan Kesadaran Masyarakat tentang Stroke

- Masyarakat lebih memahami faktor risiko, gejala, serta pentingnya deteksi dini stroke.
- Berkurangnya keterlambatan dalam mencari pertolongan medis saat terjadi stroke.

Perubahan Perilaku dalam Pencegahan Stroke

- Masyarakat mulai menerapkan pola hidup sehat, seperti konsumsi makanan bergizi, olahraga teratur, dan menghindari merokok.
- Kesadaran akan pentingnya kontrol rutin tekanan darah, kadar gula, dan kolesterol meningkat.

Peningkatan Keterampilan dalam Penanganan Stroke

- Masyarakat dan tenaga kesehatan memiliki keterampilan dalam mengenali tanda-tanda stroke dengan metode **FAST (Face, Arm, Speech, Time)**.
- Keluarga pasien stroke lebih siap dalam memberikan perawatan di rumah.

Kolaborasi antara Masyarakat, Institusi Kesehatan, dan Pemerintah

- Terjalannya kerja sama dengan puskesmas, rumah sakit, dan organisasi kesehatan dalam memberikan edukasi stroke.
- Adanya dukungan kebijakan lokal untuk kampanye kesehatan dan pencegahan stroke.

2. Luaran yang Dihasilkan

Luaran adalah produk konkret atau keluaran dari kegiatan pengabdian yang dapat digunakan lebih lanjut.

Modul atau Buku Panduan Edukasi Stroke

- Buku atau leaflet tentang pencegahan, gejala, dan penanganan stroke yang dibagikan kepada masyarakat.

Video atau Infografis Edukasi Stroke

- Konten edukatif dalam bentuk video dan infografis yang dapat diakses melalui media sosial atau website kesehatan.

Pelatihan dan Workshop untuk Masyarakat dan Caregiver

- Pelaksanaan seminar, workshop, atau pelatihan bagi masyarakat dan keluarga pasien stroke mengenai perawatan pasca-stroke.

Aplikasi atau Website Edukasi Stroke

- Pengembangan aplikasi atau website yang berisi informasi tentang faktor risiko, pencegahan, dan cara penanganan stroke.

Jurnal Ilmiah atau Laporan Pengabdian Masyarakat

- Publikasi ilmiah mengenai hasil pengabdian yang dapat digunakan sebagai referensi bagi akademisi dan praktisi kesehatan.

Program Berkelanjutan untuk Pencegahan Stroke

- Pembentukan kelompok atau komunitas peduli stroke yang terus memberikan edukasi dan pendampingan kepada masyarakat.
- Integrasi edukasi stroke dalam kegiatan posyandu atau program kesehatan lainnya.



Gambar 3.1 Suasana Pemberian informasi oleh dr Asrizal



Gambar 3.2 Suasana Pemberian informasi oleh dr Sari Nikmawati

4. KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat tentang stroke memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan keterampilan masyarakat mengenai pencegahan, deteksi dini, serta penanganan stroke. Beberapa poin utama yang dapat disimpulkan dari kegiatan ini adalah:

1. Peningkatan Kesadaran dan Pemahaman Masyarakat

- Masyarakat lebih memahami faktor risiko stroke, seperti hipertensi, diabetes, dan gaya hidup tidak sehat.
- Edukasi menggunakan metode **FAST (Face, Arm, Speech, Time)** efektif dalam membantu masyarakat mengenali gejala stroke.

2. Perubahan Perilaku ke Arah Hidup Sehat

Masyarakat mulai menerapkan pola makan sehat, olahraga teratur, dan mengurangi kebiasaan buruk seperti merokok dan konsumsi alkohol berlebihan.

3. Peningkatan Keterampilan dalam Penanganan Stroke

- Keluarga pasien stroke lebih siap dalam memberikan perawatan di rumah.
- Masyarakat lebih cepat merespons tanda-tanda stroke dan segera mencari pertolongan medis.

4. Kolaborasi yang Lebih Baik antara Masyarakat, Institusi Kesehatan, dan Pemerintah

Adanya kerja sama yang lebih erat dalam menyediakan informasi dan fasilitas untuk pencegahan serta perawatan stroke.

Meskipun hasil yang dicapai cukup baik, masih terdapat beberapa tantangan, seperti kurangnya kesinambungan program edukasi dan keterbatasan akses informasi di daerah terpencil.

Agar dampak dari pengabdian masyarakat tentang stroke lebih optimal dan berkelanjutan, beberapa saran berikut dapat dipertimbangkan:

1. Meningkatkan Keberlanjutan Program Edukasi

- Mengadakan pelatihan dan sosialisasi secara berkala, tidak hanya dalam momen tertentu seperti Hari Stroke Sedunia.
- Membentuk komunitas atau kader kesehatan yang terus memberikan edukasi di tingkat masyarakat.

2. Memanfaatkan Teknologi untuk Penyebaran Informasi

- Mengembangkan aplikasi kesehatan, video edukatif, atau media sosial sebagai sarana edukasi stroke yang mudah diakses oleh masyarakat.
- Menggunakan telemedicine untuk memberikan konsultasi dan edukasi bagi masyarakat yang sulit menjangkau fasilitas kesehatan.

3. Melibatkan Sekolah dan Tempat Kerja dalam Edukasi Stroke

- Menyisipkan edukasi tentang stroke dalam kurikulum kesehatan di sekolah.
- Mengadakan program kesehatan di tempat kerja yang mendorong gaya hidup sehat dan deteksi dini stroke.

4. Mendorong Kebijakan dan Program Pemerintah yang Mendukung Pencegahan Stroke

- Pemerintah perlu memperkuat kampanye pencegahan stroke melalui program kesehatan nasional.
- Meningkatkan fasilitas dan akses layanan kesehatan bagi masyarakat yang berisiko tinggi terkena stroke.

Dengan menerapkan saran ini, edukasi dan pencegahan stroke dapat lebih efektif, sehingga kejadian stroke dapat berkurang dan kualitas hidup masyarakat meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- [1].American Heart Association. (2022). *Stroke symptoms and prevention*. Retrieved from <https://www.heart.org>
- [2].Feigin, V. L., Norrving, B., & Mensah, G. A. (2020). Global burden of stroke. *Circulation Research*, 127(7), 111-124. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.120.318224>
- [3].Kemenkes RI. (2021). **Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Stroke**. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- [4].Mukherjee, D., & Patil, C. G. (2019). Epidemiology and global burden of stroke. *World Neurosurgery*, 120, 136-145. <https://doi.org/10.1016/j.wneu.2018.09.017>
- [5].National Stroke Association. (2021). *Stroke prevention and awareness guide*. Retrieved from <https://www.stroke.org>
- [6].Permatasari, D., & Setiawan, B. (2020). Edukasi kesehatan tentang pencegahan stroke melalui media digital. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 200-210.
- [7].World Health Organization. (2022). **Stroke: Key facts and prevention strategies**. Retrieved from <https://www.who.int>