

INFORMASI ARTIKEL

Received: Juli, 05, 2022

Revised: Juli, 06, 2022

Available online: Juli, 07, 2022

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Penyuluhan kesehatan tentang stroke

Eka Yudha Chrisanto*, Chelda Ernita, Febi Erlianti, Umsani, Eva Listiyo Putri

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korepondensi Penulis: Eka Yudha Chrisanto. *Email: yudhachrisanto88@gmail.com

Abstract

Health education on stroke

Background: Stroke is a disease or functional brain disorder in the form of nerve paralysis (neurological deficit) due to obstruction of blood flow to the brain. Stroke is a syndrome consisting of signs and/or symptoms of focal (or global) loss of function of the central nervous system that develops rapidly (within seconds or minutes). These symptoms last more than 24 hours or cause death, in addition to causing death, a stroke will also have an impact on life.

Purpose: Respondents can know and understand about stroke.

Methods: The implementation of the method used in community service is carried out in 2 stages, namely, firstly, the nursing profession student explains about stroke and secondly, after being given counseling, respondents are given questions and answers about stroke.

Result: Respondents know about stroke

Conclusion: Respondents can understand about stroke.

Keywords: Health Counseling; stroke

Abstrak

Pendahuluan: Stroke merupakan penyakit atau gangguan fungsional otak berupa kelumpuhan saraf (deficit neurologic) akibat terhambatnya aliran darah ke otak. Stroke adalah sindrom yang terdiri dari tanda dan/atau gejala hilangnya fungsi sistem saraf pusat fokal (atau global) yang berkembang cepat (dalam detik atau menit). Gejala-gejala ini berlangsung lebih dari 24 jam atau menyebabkan kematian, selain menyebabkan kematian stroke juga akan mengakibatkan dampak untuk kehidupan.

Tujuan: Responden dapat mengetahui dan memahami tentang stroke.

Metode: Pelaksanaan metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 2 tahap, yaitu pertama mahasiswa profesi ners menjelaskan tentang stroke dan ke dua setelah diberikan penyuluhan, responden diberikan tanya jawab tentang stroke

Hasil: Responden mengetahui tentang stroke

Simpulan: Responden dapat memahami tentang stroke.

Kata Kunci: Penyuluhan Kesehatan; Stroke

PENDAHULUAN

Stroke merupakan penyakit atau gangguan fungsional otak berupa kelumpuhan saraf (deficit neurologic) akibat terhambatnya aliran darah ke otak. Stroke adalah sindrom yang terdiri dari tanda dan/atau gejala hilangnya fungsi sistem saraf pusat fokal (atau global) yang berkembang cepat (dalam detik atau menit). Gejala-gejala ini berlangsung lebih dari 24 jam atau menyebabkan kematian, selain menyebabkan kematian stroke juga akan mengakibatkan dampak untuk kehidupan. Dampak stroke diantaranya, ingatan jadi terganggu dan terjadi penurunan daya ingat, menurunkan kualitas hidup penderita juga kehidupan keluarga dan orang-orang di

Penyuluhan kesehatan tentang stroke

sekelilingnya, mengalami penurunan kualitas hidup yang lebih drastis, kecacatan fisik maupun mental pada usia produktif dan usia lanjut dan kematian dalam waktu singkat (Junaidi, 2011).

Stroke masih menjadi masalah kesehatan yang utama karena merupakan penyebab kematian kedua di dunia. Sementara itu, di Amerika Serikat stroke sebagai penyebab kematian ketiga terbanyak setelah penyakit kardiovaskuler dan kanker. Sekitar 795.000 orang di Amerika Serikat mengalami stroke setiap tahunnya, sekitar 610.000 mengalami serangan stroke yang pertama. Stroke juga merupakan penyebab 134.000 kematian pertahun (Goldstein dkk., 2011).

Penyakit stroke juga menjadi penyebab kematian utama hampir seluruh Rumah Sakit di Indonesia dengan angka kematian sekitar 15,4%. Tahun 2007 prevalensinya berkisar pada angka 8,3% sementara pada tahun 2013 meningkat menjadi 12,1%. Jadi, sebanyak 57,9% penyakit stroke telah terdiagnosis oleh tenaga kesehatan (nakes). Prevalensi penyakit stroke meningkat seiring bertambahnya umur, terlihat dari kasus stroke tertinggi yang terdiagnosis tenaga kesehatan adalah usia 75 tahun keatas (43,1%) dan terendah pada kelompok usia 15-24 tahun yaitu sebesar 0,2% (Riskesdas, 2013).

Data dari Kementerian Kesehatan RI (2014) mencatat bahwa jumlah penderita stroke di Indonesia tahun 2013 berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) diperkirakan 1.236.825 orang. Setiap tahunnya di Indonesia diperkirakan 500.000 penduduk terkena serangan stroke, ada sekitar 2,5% atau 125.000 orang meninggal, dan sisanya cacat ringan maupun berat (Yayasan Stroke Indonesia, 2012).

Penyakit stroke sering dianggap sebagai penyakit yang didominasi oleh orang tua. Dulu, stroke hanya terjadi pada usia tua mulai 60 tahun, namun sekarang mulai usia 40 tahun seseorang sudah memiliki risiko stroke, meningkatnya penderita stroke usia muda lebih disebabkan pola hidup, terutama pola makan tinggi kolesterol. Berdasarkan pengamatan di berbagai rumah sakit, justru stroke di usia produktif sering terjadi akibat kesibukan kerja yang menyebabkan seseorang jarang olahraga, kurang tidur, dan stres berat yang juga jadi faktor penyebab (Dourman, 2013).

Selain faktor tersebut ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang terkena stroke yaitu masih kurangnya pengetahuan dan sikap mengenai stroke. Pengetahuan bisa didapatkan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan tentang stroke pada anggota keluarga dapat memberikan informasi yang dibutuhkan keluarga yang dapat meningkatkan pengetahuan keluarga sehingga keluarga dapat menentukan sikap yang lebih baik dalam merawat anggota keluarga. Penyuluhan kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan perilaku klien stroke, akan meningkatkan pola hidup.

Stroke adalah sindrom klinis yang timbulnya mendadak, progresi cepat, berupa defisit neurologis fokal dan/atau global, yang berlangsung 24 jam atau lebih, atau langsung menimbulkan kematian, dan semata-mata disebabkan oleh gangguan peredaran darah non-traumatik.

Penyakit Stroke adalah gangguan fungsi saraf yang terjadi mendadak akibat pasokan darah ke suatu bagian otak sehingga peredaran darah ke otak terganggu. Kurangnya aliran darah dan oksigen menyebabkan serangkaian reaksi biokimia, yang dapat merusakkan atau mematikan sel-sel saraf di otak sehingga menyebabkan kelumpuhan anggota gerak, gangguan bicara, penurunan kesadaran.

Stroke adalah gangguan peredaran darah otak yang menyebabkan defisit neurologis mendadak sebagai akibat iskemik atau hemoragi sirkulasi saraf otak. Jenis Stroke dibagi menjadi dua, antara lain:

1. Stroke karena perdarahan. Stroke ini terjadi karena satu atau beberapa pembuluh darah di otak pecah.
2. Stroke karena penyumbatan. Stroke ini terjadi karena pembuluh darah di otak mengalami penyumbatan oleh kolesterol atau lemak lain sehingga suplai oksigen ke otak terhambat. Otak tidak dapat bernapas sehingga fungsi jaringannya terganggu.

Penyebab Stroke

Faktor yang menyebabkan stroke

1. Faktor yang tidak dapat diubah
 - a. Jenis kelamin
 - b. Usia : Makin tinggi usia makin tinggi pula terkena stroke
 - c. Keturunan : Adanya riwayat keluarga terkena stroke, faktor genetik yang sangat berperan antara lain adalah Hipertensi, Penyakit jantung, Diabetes Militus, dan cacat bentuk pembuluh darah.

Eka Yudha Chrisanto*, Chelda Ernita, Febi Erlianti, Umsani, Eva Listiyo Putri

Penyuluhan kesehatan tentang stroke

2. Faktor yang dapat diubah
 - a. Hipertensi
 - b. Penyakit jantung
 - c. Kolesterol tinggi
 - d. Obesitas
 - e. Diabetes mellitus
 - f. Stress
 - g. Merokok
 - h. Peminum Alkohol
 - i. Obat-obatan terlarang
 - j. Aktivitas yang tidak sehat : kurang olahraga, makanan berkolesterol

Tanda dan Gejala Stroke

Gejala stroke tergantung luas dan area otak yang mengalami gangguan stroke. Gejala Stroke secara umum sebagai berikut:

1. Kelumpuhan wajah atau anggota badan (biasanya satu sisi saja) yang timbul mendadak.
2. Gangguan kepekaan pada satu atau lebih anggota badan
3. Perubahan mendadak status mental (bingung, mengigau, koma)
4. Afasia (bicara tidak lancar, ucapan kurang, atau sulit memahami ucapan)
5. Disartria (bicara pelo atau cadel)
6. Gangguan penglihatan atau diplopia (penglihatan dobel)
7. Ataksia (kesulitan gerakan)
8. Vertigo, mual, dan muntah, atau nyeri kepala.

Makanan Yang Tepat Penderita Stroke

1. Pasien stroke dianjurkan untuk makan:
 - a. Sumber karbohidrat: beras, kentang, ubi, singkong, tapioca, biskuit, bihun
 - b. Sumber protein hewani: daging sapi dan ayam tanpa kulit, ikan, telur ayam, susu skim
 - c. Sumber protein nabati: semua kacang-kacangan dan produk olahannya (tahu & tempe)
 - d. Sayuran: bayam, wortel, kangkung, kacang panjang, labu siam, tomat, toge. e. Buah: buah segar, dijus ataupun diolah dengan cara disetup, seperti pisang, papaya, manga, jambu biji, melon, semangka.
 - f. Sumber lemak: minyak jagung dan minyak kedelai, margarin dan mentega dalam jumlah terbatas, dan santan encer.
2. Makanan yang tidak dianjurkan untuk penderita stroke:
 - a. Sumber karbohidrat: mie, soda (baking powder), kue-kue yang terlalu manis
 - b. Sumber protein hewani: daging sapi dan ayam yang berlemak, jeroan, keju, protein hewani yang diawetkan
 - c. Sumber protein nabati: pindakas, produk kacang-kacangan olahan yang diawetkan.
 - d. Sayuran: Sayuran yang mengandung gas seperti kol, sawi, kembang kol, dan lobak
 - e. Buah-buahan: buah-buahan yang mengandung gas seperti durian, nangka, dan buah-buahan yang diawetkan (buah kaleng)
 - f. Sumber lemak: santan kental dan produk goreng-gorengan.

Pencegahan Stroke

1. Menghindari stress
2. Menghentikan kebiasaan merokok
3. Diet rendah garam dan lemak, memperbanyak makan sayur dan buah
4. Olah raga teratur
5. Mengontrol tekanan darah dan gula darah serta check up kesehatan secara teratur
6. Kontrol teratur bila mengidap penyakit kronis seperti darah tinggi (Hipertensi), kencing manis (Diabetes Mellitus), kolesterol tinggi, penyakit jantung dll
7. Minum obat secara teratur sesuai petunjuk dokter

Eka Yudha Chrisanto*, Chelda Ernita, Febi Erlianti, Umsani, Eva Listiyo Putri

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati
Korepondensi Penulis: Eka Yudha Chrisanto. *Email: yudhachrisanto88@gmail.com

METODE PELAKSANAAN

Persiapan

Ada persiapan, menyiapkan materi dan SAP penyuluhan kesehatan stroke dan materii narasumber stroke pada pasien dan keluarga di ruang rawat inap penyakit dalam dan menyiapkan lokasi untuk melakukan penyuluhan.

Pelaksanaan

Kegiatan penyuluhan kesehatan di lakukan pada pasien dan keluarga di ruang rawat inap penyakit dalam. Persiapan yang dilakukan berupa survey lokasi, koordinasi dengan Kepala ruangan rawat inap penyakit dalam mengenai kegiatan yang akan dilakukan, penyusunan materi penyuluhan, persiapan sarana dan prasarana, serta penyusunan jadwal kegiatan. Kegiatan penyuluhan dan ceramah teori disampaikan oleh mahasiswa keperawatan yang didampingi oleh dosen pembimbing. Pelaksanaan penyuluhan dilakukan Jum'at, 15 April 2022, penyuluhan akan di sampaikan dari mahasiswa Ners selama 20 menit memberi penyuluhan melalui leaflet dan lembar bolak balik. Setelah itu sesi tanya jawab antara mahasiswa profesi ners dengan pasien dan keluarga di ruang rawat inap penyakit dalam yang di damping oleh fasilitator .

Evaluasi

Setelah dilakukan evaluasi, pasien dan keluarga di ruang rawat inap penyakit dalam mampu dan antusias dalam memahami tentang stroke, pasien dan keluarga di ruang rawat inap penyakit dalam mampu berdiskusi dengan mahasiswa Ners mengenai stroke. Keberhasilan kegiatan ini dapat dilihat dari pemahaman pasien dan keluarga di ruang rawat inap penyakit dalam tentang stroke. Kegiatan penyuluhan ini diikuti dengan total sebanyak 15 orang.

SIMPULAN

Adapun kesimpulan dari pendidikan kesehatan mengenai stroke yang dilakukan di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin khususnya di Ruang penyakit dalam, peserta mampu memahami tentang stroke. Peserta mengetahui tujuan dilakukannya stroke.

SARAN

Diharapkan bagi pembaca untuk dapat memberikan informasi mengenai stroke kepada keluarga, teman sebaya ataupun masyarakat lainnya, yang berguna untuk meningkatkan pegetahuan masyarakat mengenai stroke

DAFTAR PUSTAKA

Mansjoer, A dkk. 2007. Kapita Selekta Kedokteran, Jilid Kedua. Jakarta: Media Aesculapius FKUI

Muttaqin, Arif. 2008. Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan. Jakarta: Salemba Medika

Smeltzer, dkk. 2002. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth Edisi 8 Vol 2. alih bahasa H. Y. Kuncara, Andry Hartono, Monica Ester, Yasmin asih. Jakarta: EGC.

Eka Yudha Chrisanto*, Chelda Ernita, Febi Erlianti, Umsani, Eva Listiyo Putri

Program Studi Profesi Ners, Universitas Malahayati

Korepondensi Penulis: Eka Yudha Chrisanto. *Email: yudhachrisanto88@gmail.com