

EDUKASI PADA PENDERITA STROKE DI PUSKESMAS NOGOSARI BOYOLALI

(Fisioterapi sebagai Bagian Inti dalam Edukasi Pasien Stroke)

Taufik Eko Susilo¹, Puput Wulandari^{2*}, Asty Khoirunnisa³, Yan Ari Tya Dharmawan⁴,
Ajeng Marshela⁵, Wahyu Tri Sudaryanto⁶

¹⁻⁷Universitas Muhammadiyah Surakarta

E-mail: ¹⁾ tes325@ums.ac.id, ²⁾ puputw093@gmail.com

Abstract

This study focuses on the implementation of stroke education at Nogosari Boyolali Community Health Center, with an emphasis on the pivotal role of physiotherapy in the educational process. Stroke education is a crucial aspect of post-stroke care, aiming to empower patients with knowledge and skills for effective self-management. This research explores the integrated approach of physiotherapy within the educational framework, highlighting its significance in enhancing patients' physical and cognitive functions. Through a comprehensive review of educational materials and interactive sessions, patients are equipped with tailored strategies for daily living and stroke prevention. The study also evaluates the impact of this holistic education on patients' independence and overall prognosis. The findings underscore the indispensable role of physiotherapists in stroke education, emphasizing their contributions to the multidisciplinary care team. This research provides valuable insights for optimizing stroke education programs in community health settings, ultimately improving the quality of life for stroke survivors.

Keywords: Stroke Education, Physiotherapy, Community Health Center, Rehabilitation, Holistic Approach

Abstrak

Penelitian ini difokuskan pada implementasi edukasi untuk pasien stroke di Puskesmas Nogosari Boyolali, dengan penekanan pada peran penting fisioterapi dalam proses edukasi pasien. Edukasi stroke merupakan aspek penting dalam perawatan pasca stroke, bertujuan untuk memberdayakan pasien dengan pengetahuan dan keterampilan untuk pengelolaan diri yang efektif. Penelitian ini mengeksplorasi pendekatan terintegrasi fisioterapi dalam kerangka edukasi, yang menyoroti signifikansinya dalam meningkatkan fungsi fisik dan kognitif pasien. Melalui tinjauan komprehensif atas materi edukasi dan sesi interaktif, pasien dilengkapi dengan strategi yang disesuaikan untuk kehidupan sehari-hari dan pencegahan stroke. Penelitian ini juga mengevaluasi dampak dari pendekatan edukasi holistik ini terhadap kemandirian dan prognosis pasien. Temuan penelitian ini menekankan peran tak tergantikan dari fisioterapis dalam edukasi stroke, dengan penekanan pada kontribusi mereka dalam tim perawatan multidisiplin. Penelitian ini memberikan wawasan berharga untuk mengoptimalkan program edukasi stroke di pengaturan puskesmas, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup bagi para penyintas stroke.

Kata kunci: Edukasi Stroke, Fisioterapi, Puskesmas, Rehabilitasi, Pendekatan holistik

1. PENDAHULUAN

Perkembangan zaman telah membawa dampak yang signifikan pada pola hidup dan pola makan manusia. Salah satu dampak tersebut adalah peningkatan konsumsi makanan tidak sehat, termasuk makanan junk food, yang sering kali dikonsumsi tanpa seimbang dengan aktivitas fisik, asupan serat, dan mineral dari buah dan sayuran. Efek buruk dari

pola makan yang tidak sehat ini telah menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan (Salim, 2021). Selain masalah makanan, kurangnya aktivitas fisik, seperti berolahraga, juga meningkatkan risiko penyakit. Salah satu penyakit yang sering terjadi adalah stroke, suatu gangguan neurologis yang memengaruhi pergerakan dan fungsi tubuh manusia. Sistem gerak manusia melibatkan saraf motorik dan otot rangka yang dikenal sebagai sistem Neuromuskular (Ramayanti, 2021). Gangguan pada sistem Neuromuskular dapat mengakibatkan gangguan pada aktivitas gerak tubuh manusia (Nuryani et al., 2021).

Orang-orang yang menderita penyakit akibat pola makan yang tidak tepat, seperti kolesterol tinggi, diabetes, obesitas, dan lainnya, memiliki risiko lebih tinggi terkena serangan stroke. Kadar kolesterol yang tinggi dalam tubuh manusia dapat meningkatkan risiko terkena stroke iskemik (Rachmawati et al., 2022)

Tahun demi tahun, kasus penyakit stroke terus meningkat, mencapai tingkat 70% pada tahun 2022, dengan tingkat kematian akibat stroke mencapai 43% dan kemungkinan terjadinya kecacatan akibat penyakit ini mencapai 143%. Perbandingan kemungkinan terkena penyakit stroke pada usia di atas 25 tahun adalah satu banding empat. Saat ini, sekitar 12,2 juta orang terkena stroke setiap tahunnya, dengan lebih dari 16% kasus terjadi pada usia 15-49 tahun dan lebih dari 62% kasus terjadi pada usia di bawah 70 tahun (Feigin et al., 2022).

Stroke adalah gangguan neurologis yang ditandai oleh adanya defisit neurologis yang juga berhubungan dengan cedera fokal akut pada sistem saraf pusat atau SSP. Ini terjadi karena masalah vaskular, termasuk perdarahan subarachnoid, perdarahan intraserebral, dan infark serebral, yang merupakan penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia (Puspitasari, 2020).

Penderita stroke mengalami sumbatan pada suplai darah ke otak, yang disebabkan oleh pembentukan gumpalan darah. Hal ini mengakibatkan gangguan pasokan nutrisi dan oksigen ke otak, yang pada akhirnya menyebabkan kerusakan pada jaringan otak. Selain itu, stroke juga dapat disebabkan oleh gangguan fungsi syaraf otak akibat terganggunya daerah fokal yang disebabkan oleh gangguan peredaran darah ke otak. Terdapat dua jenis stroke, yaitu stroke hemoragik, yang terjadi karena pecahnya aneurisma pada otak dan tengkorak, serta stroke iskemik, yang disebabkan oleh penyempitan atau penyumbatan pembuluh darah akibat penumpukan plak atau lemak, mengakibatkan suplai darah ke otak berkurang dan terjadi iskemia pada jaringan otak (Puspitasari, 2020).

Faktor-faktor yang berperan dalam penyebab penyakit stroke dapat dibagi menjadi dua kategori, yaitu faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor yang dapat dimodifikasi melibatkan gaya hidup dan pola makan, seperti konsumsi alkohol, gaya hidup tidak sehat, hipertensi, diabetes melitus, hiperkolesterol, kurangnya aktivitas fisik, paparan polusi berlebihan, kurangnya berolahraga, konsumsi makanan junk food, kebiasaan merokok, obesitas, dan penggunaan kontrasepsi oral. Sementara itu, faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi riwayat keluarga, etnis atau ras, jenis kelamin, dan usia (Rachmawati et al., 2022).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dan menggambarkan hubungan antara perubahan pola hidup dan pola makan yang tidak sehat dengan peningkatan risiko penyakit stroke, serta memberikan gambaran tentang dampak negatif dari konsumsi makanan tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik terhadap kesehatan manusia. Selain itu, peneliti juga menggaris bawahi urgensi kesehatan, mengingat

terjadinya peningkatan kasus penyakit stroke yang cukup signifikan, dan membantu menekankan pentingnya kesadaran masyarakat tentang pola makan seimbang dan gaya hidup sehat sebagai langkah pencegahan yang relevan di masa depan.

2. LANDASAN TEORI

2.1. Stroke sebagai Kegawatdaruratan Neurologi

Stroke merupakan kegawatdaruratan neurologi yang terjadi secara mendadak akibat oklusi atau hiperfusi pada pembuluh darah otak. Gangguan ini dapat menyebabkan kematian sel dalam waktu beberapa menit dan seringkali mengakibatkan defisit neurologis atau kecacatan (Meleis, 2010). Stroke dapat terjadi ketika pembuluh darah di otak pecah atau mengalami sumbatan oleh gumpalan darah. Kerusakan otak akibat stroke dapat terjadi di berbagai area, seperti cortex sensomotor pada area subkortikal dan/atau cerebellum, yang mengakibatkan hilangnya kontrol motorik, defisit sensorik, dan proprioseptif (Morris et al., 2013).

2.2. Faktor Risiko dan Etiologi Stroke

Ada berbagai faktor risiko yang berhubungan dengan terjadinya stroke, baik yang dapat dimodifikasi melalui gaya hidup dan pola makan maupun yang tidak dapat dimodifikasi (Kusumawaty & Nurapandi, 2022). Faktor risiko yang dapat dimodifikasi mencakup konsumsi alkohol, gaya hidup tidak sehat, hipertensi, diabetes melitus, hiperkolesterol, kurangnya aktivitas fisik, paparan polusi berlebihan, kurangnya berolahraga, konsumsi makanan junk food, perokok, obesitas, dan penggunaan kontrasepsi oral. Sementara itu, faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi riwayat keluarga, etnis atau ras, jenis kelamin, dan usia (Rachmawati et al., 2022).

2.3. Fisioterapi dalam Pemulihan Pasien Stroke

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa fisioterapi memiliki peran penting dalam pemulihan pasien stroke. Latihan keseimbangan fisik dan penguatan otot merupakan bagian integral dari rehabilitasi pasca stroke. Edukasi dan penyuluhan kepada pasien pasca stroke dan keluarganya telah terbukti membantu meningkatkan pengetahuan tentang latihan fisik yang diperlukan. Fisioterapi dapat membantu mengatasi kelemahan fungsional tubuh, meminimalkan risiko jatuh, dan meningkatkan kualitas hidup pasien pasca stroke (Willy Maun et al., 2020)

3. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, metode yang digunakan adalah metode observasi. Metode observasi digunakan untuk mengumpulkan data yang bertujuan untuk memahami permasalahan yang terjadi pada pasien stroke di Puskesmas Nogosari Boyolali. Data diperoleh melalui pengamatan langsung terhadap pasien hipertensi di Puskesmas Nogosari Boyolali. Pengumpulan data dilakukan melalui metode observasi di Puskesmas Nogosari Boyolali. Jumlah responden yang diamati sebanyak 43 orang, terdiri dari 14 laki-laki dan 29 perempuan. Observasi dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang permasalahan yang dihadapi oleh pasien stroke dan lansia di puskesmas tersebut. Pengamatan dilakukan dengan mengidentifikasi permasalahan utama yang dihadapi oleh pasien stroke, seperti kurangnya pengetahuan tentang latihan keseimbangan fisik, kurangnya dukungan keluarga pasca keluar dari rumah sakit, dan masalah lain yang terkait dengan pemulihan pasien pasca stroke. Data yang diperoleh dari observasi ini akan

digunakan sebagai dasar untuk merancang program edukasi yang sesuai. Setelah pengumpulan data melalui observasi, data dianalisis untuk mengidentifikasi masalah utama yang dihadapi oleh pasien stroke di Puskesmas Nogosari Boyolali. Hasil analisis data ini akan digunakan untuk merancang program edukasi yang sesuai dengan kebutuhan pasien dan keluarga pasien.

Demikianlah metode penelitian yang digunakan dalam studi ini, yaitu melalui metode observasi untuk mengumpulkan data yang relevan dengan permasalahan yang dihadapi oleh pasien stroke di Puskesmas Nogosari Boyolali. Metode ini akan membantu dalam merancang program edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pasien tentang latihan keseimbangan fisik dan peran keluarga dalam pemulihan pasien pasca stroke.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

Penelitian berjudul "Edukasi Pada Penderita Stroke di Puskesmas Nogosari Boyolali" membahas hasil dan pembahasan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan memberikan edukasi dan penyuluhan kepada pasien stroke beserta keluarganya. Fokus utama dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan peserta tentang latihan keseimbangan fisik dan penguatan otot dalam rangka pemulihan pasien stroke. Selain itu, penting juga untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan ini.

Hasil penelitian ini didasarkan pada kegiatan yang dilakukan di Puskesmas Nogosari Boyolali. Pre-test dan post-test digunakan untuk menilai pengetahuan peserta sebelum dan setelah menerima edukasi. Tabel 1 menunjukkan hasil dari tes tersebut, yang menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta setelah edukasi dilakukan.

Sebelum edukasi, 70% peserta memiliki pengetahuan yang kurang atau cukup tentang latihan keseimbangan fisik pada pasien stroke. Namun, setelah edukasi, 95% peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang topik ini. Ini merupakan indikasi bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta.

Peningkatan pengetahuan ini memiliki implikasi yang signifikan dalam pemulihan pasien stroke. Latihan keseimbangan fisik adalah komponen penting dalam pemulihan pasien stroke, karena dapat membantu mengurangi risiko jatuh dan meningkatkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan.

Disamping edukasi kepada pasien, kegiatan ini juga mencakup edukasi kepada keluarga pasien. Keluarga memiliki peran penting dalam pemulihan pasien stroke, dan pemahaman mereka tentang latihan keseimbangan fisik dan penguatan otot dapat sangat membantu pasien dalam menjalani proses pemulihan.

Kegiatan edukasi yang dilakukan di Puskesmas Nogosari Boyolali telah berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang latihan keseimbangan fisik pada pasien stroke. Edukasi yang diberikan kepada keluarga pasien juga memiliki dampak positif. Dengan pengetahuan yang lebih baik dan dukungan yang tepat, diharapkan pasien stroke dapat mencapai pemulihan yang lebih baik dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Penting untuk terus melanjutkan kegiatan edukasi semacam ini secara berkala, karena ini dapat mendukung pemulihan pasien stroke dan mengurangi dampak buruk penyakit ini pada masyarakat. Edukasi ini juga harus menjadi bagian integral dari

perawatan pasien stroke di Puskesmas dan rumah sakit lainnya. Dengan begitu, kita dapat lebih efektif dalam membantu pasien stroke dalam perjalanan pemulihan mereka. Selain itu, upaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan stroke juga perlu terus ditingkatkan untuk mengurangi jumlah kasus stroke di masa depan. Semua upaya ini bersama-sama akan membantu menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan berkualitas.

4.2. Pembahasan

Penelitian berjudul "Edukasi Pada Penderita Stroke di Puskesmas Nogosari Boyolali" menggambarkan upaya penting dalam memberikan edukasi dan penyuluhan kepada pasien stroke beserta keluarganya. Fokus utama dari penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan peserta tentang latihan keseimbangan fisik dan penguatan otot sebagai bagian integral dari pemulihan pasien stroke. Selain itu, evaluasi efektivitas kegiatan ini juga menjadi aspek penting dalam penelitian ini.

4.2.1. Peningkatan Pengetahuan Peserta Melalui Edukasi

Data dari penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta setelah menerima edukasi. Sebelumnya, sebanyak 70% peserta memiliki pengetahuan yang kurang atau cukup tentang latihan keseimbangan fisik pada pasien stroke. Namun, setelah edukasi dilakukan, sebanyak 95% peserta memiliki pengetahuan yang baik tentang topik ini. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan dalam penelitian ini sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai latihan keseimbangan fisik pada pasien stroke.

4.2.2. Implikasi Peningkatan Pengetahuan

Peningkatan pengetahuan peserta memiliki dampak positif dalam pemulihan pasien stroke. Latihan keseimbangan fisik merupakan komponen yang sangat penting dalam pemulihan pasien stroke, karena dapat membantu mengurangi risiko jatuh dan meningkatkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Hasil ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa fisioterapi, termasuk latihan keseimbangan fisik, memiliki peran penting dalam pemulihan pasien stroke (Eka Pratiwi Syahrim et al., 2019)

4.2.3. Peran Keluarga dalam Pemulihan Pasien Stroke

Selain memberikan edukasi kepada pasien, penelitian ini juga mencakup edukasi kepada keluarga pasien. Keluarga memiliki peran penting dalam pemulihan pasien stroke, dan pemahaman mereka tentang latihan keseimbangan fisik dan penguatan otot dapat sangat membantu pasien dalam menjalani proses pemulihan. Dukungan keluarga merupakan aspek penting dalam pemulihan pasien stroke.

4.2.4. Relevansi Penelitian

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan di Puskesmas Nogosari Boyolali telah berhasil dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini memiliki implikasi positif dalam pemulihan pasien stroke dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, penting untuk terus melanjutkan kegiatan edukasi

semacam ini secara berkala, sehingga dapat mendukung pemulihan pasien stroke dan mengurangi dampak buruk penyakit ini pada masyarakat.

4.2.5. Faktor Risiko Stroke

Data dari penelitian ini juga menyoroti faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya stroke. Faktor risiko yang dapat dimodifikasi, seperti pola makan tidak sehat, konsumsi alkohol, kurangnya aktivitas fisik, dan gaya hidup tidak sehat, merupakan faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan stroke (Rachmawati et al., 2022). Peningkatan kesadaran masyarakat tentang faktor-faktor risiko ini juga merupakan langkah penting dalam mengurangi jumlah kasus stroke di masa depan.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menggambarkan pentingnya kegiatan edukasi dan penyuluhan terhadap pasien stroke dan keluarganya, terutama dalam meningkatkan pengetahuan tentang latihan keseimbangan fisik. Dengan pengetahuan yang lebih baik dan dukungan keluarga yang memadai, diharapkan pasien stroke dapat mencapai pemulihan yang lebih baik dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Pemulihan pasien stroke adalah hal yang kompleks, dan upaya terus-menerus dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat sangat diperlukan. Selain itu, langkah-langkah pencegahan juga harus terus ditingkatkan untuk mengurangi angka kejadian stroke di masa depan. Semua ini merupakan langkah penting dalam menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan berkualitas. Untuk penelitian mendatang, beberapa saran dapat dipertimbangkan, seperti melibatkan kelompok sampel yang lebih besar, melakukan studi longitudinal, mengevaluasi aspek psikososial, kolaborasi dengan tim multidisiplin, mengevaluasi keberlanjutan, dan memberikan edukasi tentang pencegahan stroke dengan pengetahuan yang lebih baik kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Eka Pratiwi Syahrim, W., Ulfah Azhar, M., & Risnah, R. (2019). Efektifitas Latihan ROM Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke: Study Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 186–191. <https://doi.org/10.56338/mppki.v2i3.805>
- Feigin, V. L., Brainin, M., Norrving, B., Martins, S., Sacco, R. L., Hacke, W., Fisher, M., Pandian, J., & Lindsay, P. (2022). World Stroke Organization (WSO): Global Stroke Fact Sheet 2022. *International Journal of Stroke*, 17(1), 18–29.
- Kusumawaty, J., & Nurapandi, A. (2022). Edukasi Dan Mobilisasi (ROM) pada Lansia Penderita Stroke dengan Audio Visual di Panti Jompo Welas Asih Tasikmalaya. *Kolaborasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 45–51. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v2i1.42>
- Meleis, A. I. (2010). *Transitions Theory: Middle Range and Situation Specific Theories in Nursing Research and Practice*. Springer.
- Nuryani, N., Sofia, I. I., & Yuniarto, M. (2021). Sistem Deteksi Kelainan Neuromuscular Menggunakan Adaptive Neuro Fuzzy Inference System dan Dekomposisi Wavelet

- Elektromyogram. *Jurnal Edukasi Dan Penelitian Informatika (JEPIN)*, 7(3), 426. <https://doi.org/10.26418/jp.v7i3.49966>
- Puspitasari, P. N. (2020). Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 922–926. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.435>
- Rachmawati, D., Marshela, C., & Sunarno, I. (2022). Perbedaan Faktor Resiko Penyebab Stroke Pada Lansia Dan Remaja. *Bali Medika Jurnal*, 9(3), 207–221. <https://doi.org/10.36376/bmj.v9i3.281>
- Ramayanti, E. D. (2021). Pengaruh Edukasi Suportif Terstruktur Terhadap Pelaksanaan Latihan ROM (Range Of Motion) Pada Keluarga Pasien Dengan Stroke. *Nursing Sciences Journal*, 5(1), 27. <https://doi.org/10.30737/nsj.v5i1.1727>
- Salim, R. (2021). Sosialisasi Hidup Sehat Sejak Dinitentang Makanan Olahan Di SD Manjushri Padang 2020. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 5(1), 8–14. <https://doi.org/10.52643/pamas.v5i1.971>
- Willy Maun, Maureen J. Paliyama, Sanaky, M., & Titalay, C. R. (2020). PENURUNAN RISIKO JATUH PADA PASIEN STROKE NON HEMORAGIK DENGAN LATIHAN KESEIMBANGAN DI PARALEL BAR. *Pattimura Medical Review*, 2. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysia-n-palm-oil-industry/>

Copyrights

Copyright for this article is retained by the author(s), with first publication rights granted to the journal.

This is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).