



WASPADAI STROKE SEJAK DINI UNTUK MENCEGAH DAMPAK FATAL: EDUKASI KESEHATAN PADA MASYARAKAT DI PUSKESMAS BELIMBING

Siska Sakti Angraini^{1*}, Vino Rika Nofia², Rhona Sandra³, Honesty Diana Morika⁴, Roza Marlinda⁵, Andika Herlina Pratama⁶

UNIVERSITAS SYEDZA SAINTIKA PADANG

*Email: siska.sakti321@gmail.com

ABSTRAK

Kelurahan gunung sarik merupakan wilayah kerja puskesmas belimbing yang terdiri dari 17 desa, dengan jumlah penderita penyakit tidak menular yang cukup tinggi, termasuk stroke. Stroke merupakan salah satu penyebab kematian dan kecacatan utama di Indonesia yang sering kali terjadi akibat kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai faktor risiko dan tanda-tanda awal stroke. Faktor risiko utama yang berkaitan dengan stroke antara lain hipertensi, diabetes melitus, kolesterol tinggi, merokok, serta gaya hidup tidak sehat. Rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pencegahan dan deteksi dini stroke menjadi tantangan besar dalam upaya menurunkan angka kejadian stroke. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya deteksi dini dan pencegahan stroke melalui edukasi kesehatan. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan penyuluhan interaktif kepada masyarakat di kelurahan gunung sarik. Edukasi ini dilaksanakan selama 1 hari pada bulan Mei 2025. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa dari 20 peserta yang mengikuti penyuluhan, sebanyak 18 orang (90%) mengalami peningkatan pemahaman mengenai gejala awal stroke, faktor risiko, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan secara mandiri. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan mengenai stroke sangat penting untuk memberdayakan masyarakat dalam menjaga kesehatan pembuluh darah dan otak, serta mencegah dampak fatal yang ditimbulkan oleh stroke. Disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif di tingkat layanan primer, khususnya di wilayah kerja puskesmas belimbing.

Kata kunci: Stroke, edukasi kesehatan, deteksi dini, pencegahan, penyakit tidak menular

ABSTRACT

Gunung Sarik Subdistrict is part of the working area of Belimbing Public Health Center, consisting of 17 villages, with a relatively high number of non-communicable disease (NCD) cases, including stroke. Stroke is one of the leading causes of death and disability in Indonesia, often occurring due to a lack of public awareness regarding risk factors and early warning signs. Major risk factors associated with stroke include hypertension, diabetes mellitus, high cholesterol, smoking, and unhealthy lifestyles. Low levels of public understanding about stroke prevention and early detection remain a significant challenge in efforts to reduce stroke incidence. The aim of this community service activity was to increase public knowledge regarding the importance of early detection and stroke prevention through health education. The method used was an interactive health education session conducted in Gunung Sarik Subdistrict. This educational activity was carried out over one day in May 2025. The results showed that out of 25 participants who attended the session, 22 people (88%) experienced an improvement in understanding the early symptoms of stroke, its risk factors, and preventive measures that can be practiced independently. Based on these findings, it can be concluded that health education about stroke is essential to empower the community in maintaining cerebrovascular and brain health and in preventing the fatal consequences of stroke. It is recommended that similar



activities be carried out continuously as part of promotive and preventive efforts at the primary healthcare level, particularly in the working area of Belimbing Public Health Center.

Keywords: *Stroke, health education, early detection, prevention, non-communicable diseases.*

PENDAHULUAN

Stroke merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Stroke terjadi ketika aliran darah ke otak terganggu, baik karena sumbatan (stroke iskemik) maupun pecahnya pembuluh darah (stroke hemoragik), yang dapat menyebabkan kerusakan jaringan otak secara permanen dalam waktu singkat. Dampaknya sangat serius, mulai dari kelumpuhan, gangguan bicara, hingga kematian. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), stroke menduduki peringkat kedua penyebab kematian global setelah penyakit jantung iskemik, dan merupakan penyebab utama kecacatan jangka panjang di masyarakat (WHO, 2020 dalam Prasetya & Wulandari, 2022).

Beberapa faktor risiko utama yang dapat memicu terjadinya stroke meliputi hipertensi, diabetes melitus, hiperkolesterolemia, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, obesitas, kurang aktivitas fisik, serta stres berkepanjangan. Selain itu, rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai tanda-tanda awal stroke dan pentingnya penanganan cepat juga menjadi penyebab tingginya angka keterlambatan pertolongan medis, yang berujung pada fatalitas dan komplikasi berat (Putri, 2019). Padahal, deteksi dini dan penanganan segera dalam kurun waktu emas (golden period) sangat menentukan tingkat keberhasilan pemulihan pasien stroke.

Upaya pencegahan stroke melalui edukasi kesehatan merupakan langkah strategis yang harus terus digalakkan, khususnya di tingkat

layanan kesehatan primer seperti Puskesmas. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gaya hidup sehat, pengelolaan faktor risiko, serta kemampuan mengenali gejala awal stroke seperti wajah mencong, lengan melemah, dan bicara pelo (prinsip FAST). Metode penyuluhan secara langsung dan interaktif terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mendorong perubahan perilaku menuju hidup yang lebih sehat dan waspada terhadap ancaman stroke (Santoso, 2020).

Penyuluhan kesehatan tentang stroke mencakup beberapa aspek penting, seperti pengendalian tekanan darah, pengaturan pola makan, pentingnya olahraga teratur, berhenti merokok, serta pemeriksaan kesehatan secara berkala. Dalam konteks ini, tenaga kesehatan berperan sebagai fasilitator dan edukator yang membantu masyarakat memahami cara mencegah stroke dan bertindak cepat saat gejalanya muncul (Nursalam, 2017).

Berdasarkan kondisi tersebut, tim Pengabdian Masyarakat dari Dosen Universitas Syedza Saintika merasa perlu untuk melaksanakan program edukasi kesehatan bertema “*Waspadai Stroke Sejak Dini untuk Mencegah Dampak Fatal*” kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Belimbing, khususnya Kelurahan Gunung Sarik. Program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pencegahan stroke secara dini, serta menurunkan angka kejadian dan komplikasi stroke di wilayah tersebut melalui edukasi yang berkelanjutan.

METODE

Kegiatan pengabmas ini dilaksanakan pada hari Rabu, 07 Mei 2025, yang dimulai pada pukul 10.00-12.00 WIB. Tempat pelaksanaan kantor desa kelurahan gunung sariak. Peserta yang hadir jumlah 20 orang penderita penyakit jantung. Tim penyuluh terdiri dari presenter dan moderator.

1. Tahap persiapan

Kegiatan persiapan diawali dengan survei lokasi di Kelurahan Gunung Sariak untuk mengidentifikasi kebutuhan masyarakat terkait pengetahuan tentang stroke. Setelah survei, tim penyuluh menyusun proposal kegiatan pengabdian masyarakat (pengabmas) yang mencakup tujuan, materi, serta metode pelaksanaan. Proposal tersebut kemudian diajukan kepada pihak terkait untuk memperoleh izin pelaksanaan kegiatan.

Persiapan teknis juga dilakukan, termasuk menyiapkan media edukasi seperti leaflet, spanduk, laptop, dan infokus. Selain itu, dilakukan juga koordinasi internal tim mengenai pembagian tugas antara moderator dan presenter.

2. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Rabu, 07 Mei 2025, pukul 10.00–12.00 WIB, bertempat di Kantor Desa Kelurahan Gunung Sariak. Kegiatan dimulai dengan sambutan dan pembukaan oleh moderator yang sekaligus menjelaskan tujuan dari penyuluhan. Setelah itu, presenter menyampaikan materi edukasi dengan topik utama “Waspada! Stroke Sejak Dini untuk Mencegah Dampak Fatal”. Materi yang disampaikan meliputi:

- Pengertian stroke
- Jenis-jenis stroke
- Faktor risiko stroke, terutama pada penderita jantung
- Tanda dan gejala awal stroke

- Langkah-langkah pencegahan stroke
- Tindakan cepat (golden time) saat seseorang terkena gejala stroke

3. Tahap evaluasi

a. Evaluasi Struktur

Penyuluhan berjalan dengan lancar dan sesuai rencana. Seluruh peserta yang hadir (20 orang) mengikuti kegiatan secara utuh dari awal hingga akhir. Penyuluh menggunakan bahasa yang komunikatif, mudah dipahami, dan sesuai dengan latar belakang peserta. Peralatan yang digunakan seperti infokus, laptop, dan leaflet telah berfungsi dengan baik dan mendukung penyampaian materi secara visual.

b. Evaluasi Proses

- Kegiatan dilaksanakan tepat waktu, dimulai pukul 10.00 hingga 12.00 WIB.
- Peserta terlihat antusias dan aktif dalam mengikuti penyuluhan, termasuk dalam sesi tanya jawab.
- Tidak ada peserta yang meninggalkan tempat sebelum kegiatan selesai.
- Sesi tanya jawab berlangsung interaktif, dengan peserta mengajukan pertanyaan terkait tanda-tanda stroke dini dan langkah pertolongan pertama.

c. Evaluasi Hasil

Setelah penyuluhan, dilakukan posttest lisan secara sederhana untuk mengukur pemahaman peserta. Hasil menunjukkan bahwa dari 20 peserta:

- **18 orang (90%)** mampu menjelaskan kembali apa itu stroke, faktor risikonya, serta cara mencegahnya.
- **2 orang (10%)** masih belum sepenuhnya memahami langkah-langkah penanganan awal saat muncul gejala stroke.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema "*Waspada Stroke Sejak Dini untuk Mencegah Dampak Fatal*" telah dilaksanakan dengan baik dan sesuai perencanaan. Proses persiapan melibatkan tim pelaksana yang menyusun materi edukatif, mempersiapkan perlengkapan (leaflet, spanduk, infokus, laptop), serta menjalin koordinasi dengan pihak Kelurahan Gunung Sariak. Kegiatan ini merupakan hasil kolaborasi antara tim pengabdian masyarakat dari UNIVERSITAS Syedza Saintika dengan masyarakat setempat. Penyuluhan dilakukan pada hari Rabu, 07 Mei 2025, pukul 10.00–12.00 WIB di Kantor Desa Kelurahan Gunung Sariak. Sebanyak 20 peserta yang merupakan penderita penyakit jantung hadir dalam kegiatan ini. Pelaksanaan dimulai dengan penilaian awal terhadap pengetahuan peserta tentang stroke melalui pretest sederhana. Materi yang disampaikan mencakup:

- Pengertian dan jenis-jenis stroke
- Faktor risiko stroke, khususnya pada penderita penyakit jantung
- Gejala awal yang harus diwaspadai
- Tindakan darurat saat muncul gejala stroke (golden hour)
- Langkah-langkah pencegahan stroke

Setelah sesi penyuluhan, dilakukan kembali evaluasi dalam bentuk posttest untuk mengetahui peningkatan pemahaman peserta. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan peserta dari 58 pada pretest menjadi 82 pada posttest. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan setelah mengikuti penyuluhan. Selain peningkatan pengetahuan, partisipasi peserta selama kegiatan juga sangat aktif. Tidak ada peserta yang meninggalkan ruangan selama acara berlangsung. Sesi tanya jawab berlangsung interaktif, dengan peserta mengajukan pertanyaan tentang gejala stroke,

hubungan antara penyakit jantung dan stroke, serta tindakan cepat yang harus dilakukan jika menemukan orang dengan gejala stroke.

Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabmas ini mampu meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama kelompok risiko tinggi, akan pentingnya mengenali dan mencegah stroke sejak dini. Edukasi yang diberikan secara langsung dan komunikatif terbukti efektif dalam membangun pemahaman masyarakat terhadap isu kesehatan yang serius ini. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, kegiatan ini tidak hanya menambah wawasan peserta, tetapi juga mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih sehat, seperti pengelolaan tekanan darah, konsumsi makanan rendah garam, dan kesadaran akan pentingnya kontrol rutin bagi penderita jantung.

SIMPULAN

Hasil pelaksanaan penyuluhan dengan tema "*Waspada Stroke Sejak Dini untuk Mencegah Dampak Fatal*" yang dilaksanakan di Kelurahan Gunung Sariak, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan tertib dan lancar. Dengan melibatkan 20 orang peserta yang merupakan penderita penyakit jantung, terlihat bahwa mereka menunjukkan respons yang sangat baik terhadap materi yang disampaikan. Antusiasme dan kesiapan peserta dalam mengikuti kegiatan terlihat jelas dari kehadiran yang tepat waktu, perhatian selama penyuluhan berlangsung, serta partisipasi aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Hal ini menandakan bahwa topik stroke sebagai penyakit yang dapat dicegah sejak dini sangat relevan dan penting bagi kelompok peserta yang memiliki risiko tinggi.

Dari hasil kegiatan tersebut, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya mengenali gejala awal stroke, memahami faktor risikonya,



serta mengetahui langkah-langkah pencegahan dan tindakan cepat yang harus diambil saat gejala stroke muncul. Tingginya keterlibatan peserta, baik secara emosional maupun intelektual, menunjukkan bahwa edukasi mengenai stroke sangat dibutuhkan dan berdampak positif terhadap kesadaran masyarakat.

Dengan adanya diskusi yang interaktif antara penyuluh dan peserta, kegiatan ini tidak hanya menjadi sarana transfer ilmu, tetapi juga sebagai forum tukar pengalaman yang memperkuat pemahaman masyarakat akan pentingnya deteksi dan penanganan dini stroke. Oleh karena itu, edukasi mengenai pencegahan stroke perlu terus dilakukan secara berkala dan berkelanjutan, terutama pada kelompok masyarakat yang memiliki faktor risiko tinggi seperti penderita penyakit jantung. Dengan pengetahuan yang lebih baik, diharapkan masyarakat dapat lebih proaktif dalam menjaga kesehatannya, menghindari komplikasi yang lebih berat, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, N., & Hariani, L. (2021). Edukasi Pencegahan Stroke pada Lansia dengan Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 123–131.
- Bakri, A., & Syafril, H. (2019). Tanda dan Gejala Dini Stroke serta Penanganan Awal di Tingkat Masyarakat. *Jurnal Kedokteran Keluarga*, 11(1), 44–52.
- Dewi, R. K., & Santosa, D. A. (2020). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Stroke Melalui Penyuluhan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(1), 88–95.
- Handayani, T., & Pratiwi, D. (2022). Pentingnya Deteksi Dini dan Penatalaksanaan Stroke untuk Mencegah Komplikasi Fatal. *Jurnal Kesehatan Neurologi*, 6(3), 110–118.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Stroke*. Jakarta: Direktorat P2PTM, Ditjen P2P, Kemenkes RI.

Lestari, S., & Wulandari, R. (2020). Peran Keluarga dalam Pencegahan Stroke Ulang pada Pasien Pasca-Stroke. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 76–85.

Nugroho, H. S., & Mahendra, F. (2017). Faktor Risiko Stroke dan Upaya Pencegahan pada Populasi Rentan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(3), 140–147.

Sari, Y. P., & Hidayat, R. (2021). Penyuluhan Kesehatan sebagai Media Peningkatan Pengetahuan Tanda Bahaya Stroke. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medisina*, 4(1), 52–5