



Kenali Stroke, Gejala, serta Pencegahan Stroke

Feda Anisah Makkiyah^{1,2*}

¹Departemen Bedah Saraf, Program Studi S1 Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

²Departemen Bedah Saraf, RSUD Cileungsi, Jawa Barat, Indonesia

*e-mail: fedaanisah@upnvj.ac.id

Nomor Handphone *corresponding author* : 0811 9844 156

Riwayat Artikel:

Diterima pada 27 Desember 2023

Revisi 1 pada 02 Januari 2024

Revisi 2 Pada 09 Januari 2024

Disetujui pada 09 Januari 2024

Kata Kunci:

Edukasi,
Kabupaten Bogor,
Stroke,
Radio

Keywords:

Bogor District,
Education, ,
Stroke,
Radio

Abstrak

Stroke adalah penyakit dengan angka kematian dan kecacatan tertinggi di Asia dan di Indonesia. Pemahaman mengenai stroke dan bagaimana cara mencegahnya belum masif dilakukan. Edukasi jarak jauh dengan menggunakan media siaran radio mampu menjangkau Masyarakat yang di pelosok. Metode. Siaran langsung di radio FM 95.3 dengan tema tentang kenali stroke, gejala dan pencegahannya. Hasil. Pemahaman mengenai stroke, gejala dan cara mencegah meningkat pada reporter di radio tersebut. Beberapa pertanyaan juga berasal dari pendengar di pelosok Jawa Barat. Kesimpulan. Kegiatan edukasi pada Masyarakat ini berhasil memkampanyekan Gerakan pencegahan stroke dan mendeteksi stroke dengan meningkatkan pemahaman tentang stroke, cara mengenali dan mencegah stroke.

Abstract

Stroke is a disease with the highest death and disability rates in Asia and Indonesia. Understanding of stroke and how to prevent it is not yet widespread. Long distance education using radio broadcast media is able to reach people in remote areas. Method. Live broadcast on FM 95.3 radio with the theme about recognizing stroke, symptoms and prevention. Results. Understanding of stroke, symptoms and how to prevent it increases among reporters on the radio. Several questions also came from listeners in remote areas of West Java. Conclusion. This educational activity in the community succeeded in campaigning for stroke prevention and stroke detection by increasing understanding about stroke, how to recognize and prevent stroke.

1. PENDAHULUAN

Stroke adalah penyakit kardiovaskuler dan saraf yang paling sering di Asia (Kim & Johnston, 2011). Hal yang sama juga terjadi di Indonesia, stroke merupakan penyebab kematian dan penyebab kecacatan tertinggi, dan prevalensi stroke di Indonesia 10.9% dan tetap stabil pada ratio dari 120 per 100,000 orang per tahun sejak 2013(Hasil Utama Riskesdas 2018, n.d.). Stroke menyebabkan beban ekonomi pada rumah tangga di Indonesia, dan menyebabkan biaya yang lebih tinggi dari penyakit yang lain dengan prediksi beban 10.7% dari pendapatan rumah tangga (Riyadina et al., 2020).

Stroke adalah penyakit yang bisa dicegah. Data dari negara-negara maju menyatakan bahwa diperlukan penekanan yang kuat pada aspek pencegahan untuk menurunkan beban dari stroke. Di negara berkembang, terutama di Indonesia, belum masif dilakukan usaha-usaha pencegahan stroke.

Daerah Jawa Barat sendiri dengan populasi 1.2 milyar, dengan angka penderita stroke di kota Bogor tahun 2020 sebanyak 2034 kasus, dan menjadi peringkat angka

kematian pertama akibat penyakit tidak menular sebesar 164 orang. Kasus ini meningkat dari tahun 2019 yaitu 1026 kasus dan tahun 2018 sebanyak 822 kasus(“Infografis Hari Stroke Sedunia,” n.d.).

Kegiatan pemberian edukasi kali ini dilakukan melalui metode audio, yaitu melalui siaran radio kemeninfo kabupaten bogor di Cibinong. Harapannya, langkah edukasi ini dapat membantu memberikan informasi kepada Masyarakat kabupaten bogor dan memberikan solusi melalui tanya jawab langsung kepada ahlinya.

2. METODE

Metode pengabdian yang digunakan adalah metode edukasi langsung jarak jauh dan melakukan interview kepada reporter yang merupakan bagian dari peserta edukasi. Pengabdian dimulai dengan briefing 30 menit dan persiapan terlebih dahulu. Siaran radio ini berlangsung dari jam 9 sampai jam 11 pagi. Reporter dan narasumber melakukan diskusi singkat persiapan, dan tes suara terlebih dahulu. Narasumber telah menyiapkan bahan presentasi yang diperlukan untuk sesi edukasi ini.

Edukasi ini dibagi tiga bagian yaitu (1) membicarakan berapa banyak penderita stroke dan betapa bahayanya stroke bagi penderita dan keluarga (2) membicarakan apa saja gejala dan tatalaksananya (3) membicarakan bagaimana mencegahnya, apa saja yang perlu dilakukan dan perlu diadakan di rumah.

Setelah siaran selesai, dilakukan wawancara kepada reporter yang hadir pada saat siaran. Alat ukur yang dipakai adalah semi struktur interview dan kemudian direkam di handphone dan kemudian dilakukan transkripsi dengan bantuan youtube transkripsi text.

Keberhasilan kegiatan pengabdian dilihat dari tingkat pemahaman para reporter mengenai stroke, bahaya dan bagaimana mencegah stroke, secara subyektif, dari interview yang dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan di diskominfo kabupaten Bogor, tanggal 7 november 2023. Kampanye yang diberikan yaitu menekankan slogan dari Kemenkes yaitu slogan **SEGARA Ke RS**, berupa pengenalan gejala dan tanda-tanda Stroke harus digencarkan, yaitu :

- Senyum tidak simetris.
- Gerak separuh anggota tubuh melemah tiba-tiba.
- Bicara pelo/ tiba-tiba tidak dapat berbicara.
- Kebas atau baal atau kesemutan separuh tubuh.
- Rabun pandangan satu mata kabur secara tiba-tiba.
- Sakit kepala hebat yang muncul tiba-tiba atau gangguan fungsi keseimbangan.

Himbauan kepada masyarakat untuk mencegah terjadinya Stroke adalah melakukan yang dikenal dengan istilah **CERDIK**, yaitu :

- Check Kesehatan Secara Berkala
- Enyahkan Asap Rokok.
- Rajin Aktivitas Fisik.
- Diet seimbang.
- Istirahat yang cukup.
- Kelola Stress dengan baik.

Pada saat tiga kali sesi pertanyaan, ada enam pertanyaan total, yaitu (1) Bagaimana jika ada pasien di rumah, dan kemana harus berobat? (2) Apa saja hal yang bisa mencegah penyakit stroke (3) Jika usia muda, apakah mungkin menderita stroke? (4) Bagaimana makanan yang seharusnya diberikan pada penderita stroke? (5) Bagaimana supaya tidak stress? (6) Berapa lama istirahat yang seharusnya per hari? Diskusi berlangsung sangat interaktif dan diakhiri dengan pernyataan terakhir, berupa penekanan jika stroke dapat dicegah, dan kemana harus berobat. Siaran diakhiri dengan foto Bersama (Gambar 3).



Gambar 1. Flyer tentang siaran di radio mengenai edukasi stroke.



Gambar 2. On Air Radio 95.3 FM



Gambar 3. Foto bersama dengan Penyiar Radio 95.3 FM

Interview singkat dengan para reporter yang hadir pada saat siaran (Gambar2) memberikan hasil demikian:

..” Penyuluhan lewat siaran radio ini cukup efektif untuk menjangkau para masyarakat menengah ke bawah (yang masih suka mendengarkan radio), menengah ke atas (pendengar yang sedang di dalam mobil). Karena terbukti ada penanya yang berasal dari daerah Jonggol ke arah Puncak.”

“..Kampanye pencegahan stroke sebaiknya masif dilakukan, karena masih banyak penderita yang terkena stroke kadang berakhir cacat dan banyak juga yang langsung meninggal. Ibu saya sendiri sekarang susah bicara akibat stroke, dan ternyata stroke bisa dicegah. Informasi ini harus seluas-luasnya diterima masyarakat”.

”..Saya baru kali ini lebih memahami faktor resiko stroke, ternyata, stroke juga dapat terjadi pada usia muda, dan banyak hal pencegahan yang bisa dilakukan di rumah.”

”..Faktor resiko yang paling sulit saya hindari adalah makanan yang lezat dan tidak sehat, dan saya juga tidak suka bergerak. Informasi faktor resiko dan bagaimana mencegahnya, akan kami sampaikan ke pendengar kami.”

Peranan radio dalam menyebarluaskan informasi dan perubahan sikap dan tingkahlaku masyarakat juga ditulis dalam paper yang menulis tentang peranan radio terhadap generasi muda untuk mengajak keterlibatan dan kepedulian di bidang politik di Ghana, Afrika. Hal ini dirasakan karena radio juga merupakan sumber hiburan bagi generasi muda (Attuh & Kankam, 2022; Kankam & Attuh, 2022).

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pada Masyarakat ini berhasil memkampanyekan Gerakan pencegahan stroke dan mendeteksi stroke dengan meningkatkan pemahaman tentang stroke, cara mengenali dan mencegah stroke. Kesimpulan dari interview singkat adalah penyuluhan yang efektif lewat media radio karena dapat menjangkau masyarakat di pelosok. Implikasi pada masyarakat, dengan pencegahan yang masif, maka biaya pengobatan dapat dikurangi.

Saran penyuluhan ini sebaiknya dilakukan secara berkala, karena mendidik manusia atau mengubah paradigma manusia tentang pencegahan tidak mudah, perlu upaya yang konsisten dan berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Radio FM 95.3 diskominfo kabupaten bogor dan direktur RSUD cileungsi yang sudah mengizinkan untuk melakukan kampanye Kesehatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Attuh, S., & Kankam, P. K. (2022). Community radio as information dissemination tool for sustainable rural development in Ghana. *Journal of Radio & Audio Media*, 1–23.
- Hasil Utama Riskesdas 2018. (n.d.). https://kesmas.kes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Infografis Hari Stroke Sedunia. (n.d.). Infografis Hari Stroke Sedunia. Retrieved December 20, 2023, from <https://web-dinkes.kotabogor.go.id/index.php/detailpost/hari-stroke-sedunia-2021>
- Kankam, P. K., & Attuh, S. (2022). The role of community radio in information dissemination towards youth development in Ghana. *Global Knowledge, Memory and Communication*.
- Kim, A. S., & Johnston, S. C. (2011). Global variation in the relative burden of stroke and ischemic heart disease. *Circulation*, 124(3), 314–323.
- Riyadina, W., Pradono, J., Kristanti, D., & Turana, Y. (2020). Stroke in Indonesia: Risk factors and predispositions in young adults. *J Cardiovasc Dis Res*, 11(2), 178–183.