

EDUKASI PENINGKATAN PERAN KELOMPOK CERDIK DALAM PENCEGAHAN STROKE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEBUN SIKOLOS PADANG PANJANG

Lilisa Murni¹, Ida Suryati², Moidaliza³

¹ Universitas Perintis Indonesia, Padang, Indonesia

^{2,3} Universitas Perintis Indonesia, Padang, Indonesia

lilisamurni64@yahoo.com

Abstrak : Awal tahun 2018, UPTD Puskesmas Kebun Sikolos membuat inovasi dengan mendirikan Kelompok Cerdik, yaitu pengembangan Kelompok Prolanis Serambi. Pengelolaan kelompok ini dimodifikasi sehingga kegiatan tidak hanya berfokus pada konsultasi medis, *home visit*, *reminder*, aktifitas kelompok dan pemantauan status kesehatan, juga dikembangkan menjadi agen pemberi informasi, promosi dan edukasi kesehatan di lingkungan tempat tinggal. Tujuannya mendorong peserta penyandang penyakit *stroke* mencapai kualitas hidup optimal. Kelompok Cerdik ini beranggotakan 200 orang dan belum semua lansia disini mempunyai perilaku yang baik dalam pencegahan *stroke* diantaranya adalah masih merokok dan mengkonsumsi makanan yang berlemak. Kelompok Cerdik ini sudah mengikuti pelatihan yang dilakukan oleh perawat komunitas pada *aggregate* lansia *stroke* untuk membantu kelompok masyarakat mempelajari pengetahuan dan keterampilan baru berkaitan dengan perawatan *stroke* dan memberikan dorongan kepada anggota kelompok. Tujuan pengabdian pada masyarakat adalah meningkatkan peran kelompok Cerdik berkaitan dengan motivasi, promosi kesehatan dan upaya pencegahan *stroke* melalui pemberian edukasi yang dilakukan secara komprehensif. Hasil *pre* dan *post test* tentang pengetahuan anggota kelompok cerdas berkaitan dengan perannya dalam pencegahan *stroke* terjadi peningkatan yang sangat baik. Kesimpulan dan saran perilaku baik dalam pencegahan *stroke* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang dapat diwujudkan melalui edukasi peningkatan peran kelompok cerdas tentang pemahaman dan penerapan yang baik dari motivasi, komunikasi, berperan sebagai *role model*, mengutamakan sasaran edukasi keluarga, tetangga dan masyarakat di lingkungan tempat tinggal dan masyarakat umum serta cara pencegahan *stroke*.

Kata Kunci : kelompok cerdas, peran serta, perilaku pencegahan stroke

Abstract : *In early 2018, the UPTD of Kebun Sikolos Health Center made an innovation by establishing a Smart Group, namely the development of the Serambi Prolanis Group. The management of this group was modified so that the activities did not only focus on medical consultations, home visits, reminders, group activities and monitoring of health status, but were also developed into agents providing information, promotion and health education in the neighborhood. The goal is to encourage participants with stroke to achieve optimal quality of life. This ingenious group consists of 200 people and not all of the elderly here have good behavior in preventing stroke, including smoking and consuming fatty foods. This Smart Group has attended training conducted by community nurses on stroke elderly aggregates to help community groups learn new knowledge and skills related to stroke care and provide encouragement to group members. The purpose of community service is to increase the role of the Smart group in terms of motivation, health promotion and stroke prevention efforts through the provision of comprehensive education. The results of pre and post tests regarding the knowledge of members of the smart group related to their role in stroke prevention were very good. Conclusions and suggestions for good behavior in stroke prevention in the UPTD Working Area of Kebun Sikolos Health Center Padang Panjang can be realized through education to increase the role of smart groups about understanding and good application of motivation, communication, acting as role models, prioritizing educational goals for families, neighbors and communities in residential environment and the general public as well as ways to prevent stroke.*

Keywords: *smart group, participation, stroke prevention behavior*

Pendahuluan

Salah satu penyakit tidak menular yang belakangan ini menjadi kekhawatiran banyak orang termasuk pada lansia adalah penyakit *stroke*. Penyakit *Stroke* ini tergolong dalam *Cerebrovascular Disease* (CVD) yang merupakan kelainan fungsi otak yang timbul mendadak

yang disebabkan karena terjadinya gangguan peredaran darah otak dan bisa terjadi pada siapa saja dan kapan saja (Mutaqqin, 2008). *Stroke* merupakan salah satu penyakit yang dapat dicegah baik *stroke* pertama kali dan *stroke* yang berulang. Peningkatan angka prevalensi *stroke* sejalan dengan meningkatnya faktor risiko yang meliputi meningkatnya tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh atau obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan merokok serta alkohol. Dengan bertambahnya usia maka seseorang yang menderita penyakit hipertensi, kardiovaskuler akan berpotensi untuk terserang penyakit *stroke* karena terjadinya degeneratif pada usia lanjut (Potter & Perry, 2009).

Awal tahun 2018, UPTD Puskesmas Kebun Sikolos membuat inovasi dengan mendirikan Kelompok Cerdik, yaitu pengembangan dari Kelompok Prolanis Serambi. Pengelolaan kelompok ini dimodifikasi sedemikian rupa sehingga kegiatan selain konsultasi medis, *Home Visit*, *Reminder*, aktifitas klub dan pemantauan status kesehatan, juga dikembangkan kegiatan pemberdayaan anggota kelompok menjadi agen pemberi informasi, promosi dan edukasi kesehatan di lingkungan sekitar tempat tinggal. Tujuannya adalah mendorong peserta mencapai kualitas hidup optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang berkunjung ke fasilitas kesehatan tingkat pertama memiliki hasil baik pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit DM Tipe 2, Hipertensi, *stroke*. Kelompok Cerdik ini sudah beranggotakan sebanyak 200 orang dan belum semua lansia disini mempunyai perilaku yang baik dalam pencegahan *stroke* diantaranya adalah masih merokok dan mengonsumsi makanan yang berlemak. Dari permasalahan yang muncul bahwa belum semua lansia yang tergabung ke dalam kelompok cerdas mengalami perubahan perilaku yang baik dalam pencegahan *stroke*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Utomo, A.S (2018) tentang pemberdayaan lansia dalam menumbuhkan perilaku cerdas mencegah *stroke* didapatkan bahwa hasil evaluasi pelatihan pada lansia cerdas terjadi perubahan pengetahuan sebanyak 80 %, 100 % sikap dan 100 % psikomotor. Motivasi adalah persyaratan masyarakat untuk berpartisipasi, Masyarakat akan sulit untuk berpartisipasi di semua program tanpa adanya motivasi. Timbulnya motivasi harus dari masyarakat itu sendiri dan pihak luar hanya memberikan dukungan dan motivasi saja. Maka dari itu pendidikan kesehatan sangat dibutuhkan untuk meningkatkan tumbuhnya motivasi masyarakat. (Notoatmodjo, 2007).

Komunikasi merupakan suatu proses penyampaian dan penerimaan pesan yang dapat menyampaikan ide dan penerimaan informasi kepada Peningkatan Peran Serta. Sebagian dari informasi tersebut sangat efektif untuk menyampaikan pesan yang nantinya dapat menimbulkan suatu partisipasi. (Notoatmodjo, 2007). Dalam pencegahan primer, pasien belum pernah mengalami TIA ataupun *stroke* dianjurkan untuk melakukan 3 M (Junaidi, 2004) : menghindari : rokok, *stress* mental, minum kopi dan alkohol, kegemukan, dan golongan obat-obatan yang dapat mempengaruhi *serebrovaskuler* (*amfetamin*, *kokain*, dan sejenisnya) ; mengurangi : asupan lemak, kalori, garam, dan kolesterol berlebih ; mengotrol dan mengendalikan :

Hipertensi, *diabetes mellitus*, penyakit jantung dan *aterosklerosis*, kadar lemak darah, dan konsumsi makan seimbang serta olahraga teratur 3-4 kali seminggu

Berdasarkan hal tersebut diperlukan edukasi dalam bentuk peningkatan peran kelompok lansia cerdas dalam pencegahan *stroke* di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang. Dari materi yang disajikan diharapkan dapat meningkatkan peran Kelompok Lansia Cerdik dalam pencegahan *stroke*. Adapun ruang lingkup edukasi yang akan disampaikan kepada kelompok Lansia cerdas adalah sebagai berikut : motivasi untuk memaksimalkan peran sebagai anggota kelompok cerdas dalam menginformasikan dan melaksanakan promosi kesehatan pencegahan *stroke*; upaya Pencegahan *stroke*. Dengan diberikannya edukasi tersebut diharapkan Lansia yang tergabung ke dalam wadah Cerdik di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang dapat termotivasi maksimal dalam melaksanakan perannya sebagai anggota kelompok lansia cerdas memberikan informasi dan melakukan promosi dan edukasi di lingkungan sekitar tempat tinggal berkaitan dengan pencegahan *stroke*.

Metode

Tahap awal dilakukan survey lapangan, berkoordinasi dengan Pimpinan Puskesmas dan Penanggung Jawab Kelompok Cerdik . Hasil kordinasi diperoleh informasi bahwa selama pandemic Covid 19, kelompok lansia tidak aktif menjalankan perannya dan belum aktif berkumpul baik diantara sesama anggota maupun berkumpul di Puskesmas.

Seiring dengan telah menurunnya angka kejadian Covid 19 dan pengumuman resmi dari Pemerintah bahwa masker sudah boleh dilepas, kondisi ini menjadi momentum untuk menggerakkan kembali kelompok Cerdik ini dalam menjalankan perannya yang diawali dengan pertemuan di aula Puskesmas dan pengarahan oleh Pimpinan Puskesmas serta Penanggung Jawab Kelompok Cerdik, selanjutnya secara komprehensif dilakukan pre test, dilanjutkan dengan pelaksanaan edukasi dan terakhir dilakukan post test serta pengukuran tanda-tanda vital kepada semua anggota kelompok cerdas. Hasil pre test dan post test diolah dengan menggunakan prosentase dan data disajikan dalam bentuk grafik.

Hasil dan Pembahasan

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini yang menjadi sasaran adalah anggota kelompok cerdas baik laki-laki maupun perempuan. Diawali dengan memberikan kuesioner *pre test* untuk mengevaluasi pengetahuan anggota kelompok cerdas tentang pentingnya motivasi dan komunikasi, berperan sebagai *role model*, sasaran edukasi adalah keluarga, tetangga dan masyarakat di lingkungan tempat tinggal dan masyarakat umum serta cara pencegahan *stroke*. Selanjutnya dilakukan edukasi peningkatan peran kelompok cerdas dalam pencegahan *stroke* di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang yang

diikuti oleh 41 orang. Setelah edukasi dilakukan evaluasi dalam bentuk *post test* untuk mengevaluasi pengetahuan yang sudah dijelaskan dapat diketahui, diingat dan dipahami.

Beberapa poin penting menjadi temuan adalah bahwa 56% dari responden belum menjawab dengan benar pentingnya motivasi (1) dalam menjalankan peran sebagai anggota kelompok cerdas dalam edukasi pencegahan *stroke*. Sejalan dengan hasil penelitian Utomo (2019) mengemukakan bahwa upaya dalam meningkatkan sikap dan psikomotor lansia dalam berperilaku cerdas mencegah *stroke* maka perlu dilakukan upaya promotif dan preventif secara terus menerus dan berkesinambungan. Adapun bentuk upaya tersebut berupa pemberian motivasi yang dikemas dalam program posyandu lansia. Berbeda dengan *pre test* pada *post test* ditemukan perubahan yang signifikan ke arah yang positif dari pengetahuan tentang pentingnya motivasi yang dimiliki oleh anggota kelompok cerdas dalam menjalankan perannya pada pencegahan *stroke*. Sebagian besar responden sebesar 78% sudah menjawab dengan benar, hal ini berarti bahwa terjadi perubahan pengetahuan anggota kelompok cerdas setelah diberikan edukasi.

Hasil *post test* berkaitan dengan ketrampilan komunikasi (2) yang mesti dimiliki oleh anggota kelompok cerdas sebagian besar responden 83% sudah menjawab dengan benar dan hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan dari 49% pada *pre test*. Menurut Nasir (2009) Komunikasi merupakan penyampaian informasi dalam sebuah interaksi tatap muka yang berisi ide, perhatian, perasaan, makna serta pikiran yang diberikan kepada penerima pesan dengan harapan penerima pesan menggunakan informasi tersebut untuk mengubah sikap dan perilaku. Komunikasi kesehatan adalah usaha yang sistematis untuk mempengaruhi secara positif perilaku kesehatan masyarakat, dengan menggunakan berbagai prinsip dan metode komunikasi, baik menggunakan komunikasi interpersonal, maupun komunikasi massa. Tujuan utama komunikasi kesehatan adalah perubahan perilaku kesehatan masyarakat yang akan berpengaruh kepada meningkatnya derajat kesehatan masyarakat.

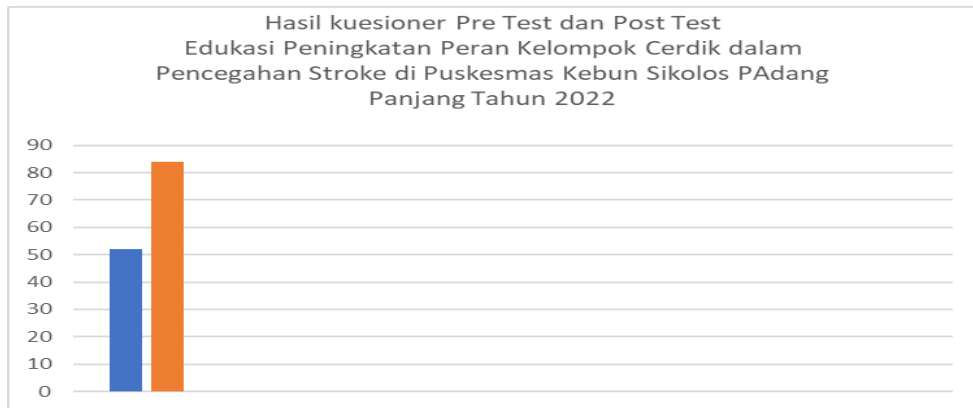
Hasil *post test* tentang hal yang perlu dilakukan kelompok cerdas dengan tim work seperti tenaga Kesehatan yang ada di Puskesmas adalah koordinasi, menunjukkan peningkatan dari hasil *pre test* sebesar 54% meningkat menjadi 88%. Selaras dengan hal tersebut Koordinasi adalah Kerjasama dengan instansi-instansi di luar kesehatan masyarakat dan instansi kesehatan sendiri adalah mutlak diperlukan. Terjelmannya *team work* antara mereka ini akan membantu menumbuhkan partisipasi. Suatu usaha kerjasama antara badan, instansi, unit dalam pelaksanaan tugas-tugas tertentu, sehingga terdapat saling mengisi, saling membantu dan saling melengkapi. Koordinasi juga merupakan suatu usaha yang sinkron / teratur untuk menyediakan jumlah dan waktu yang tepat dan mengarahkan pelaksanaan untuk menghasilkan suatu tindakan yang seragam dan harmonis pada sasaran yang telah ditentukan (Nasir, 2009). Terjadi peningkatan pengetahuan responden secara signifikan dari 45% menjadi 73% setelah diberikan edukasi tentang peran anggota kelompok cerdas sebagai agen pemberi informasi dan edukasi

kesehatan di lingkungan tempat tinggal kearah yang positif. (4) Awal tahun 2018, UPTD Puskesmas Kebun Sikolos membuat suatu inovasi dengan mendirikan Kelompok Cerdik, yaitu pengembangan dari Kelompok Prolanis Serambi. Pengelolaan kelompok ini dimodifikasi sedemikian rupa sehingga kegiatan tidak hanya berfokus pada konsultasi medis, *Home Visit*, *Reminder*, aktifitas klub dan pemantauan status kesehatan, tetapi dikembangkan dengan penambahan beberapa kegiatan seperti pemberian promosi dan edukasi kesehatan dengan metode yang lebih efektif dan berkelanjutan, aktivitas sosial, pemeriksaan kebugaran, program wisata islami, dan pemberdayaan anggota klub untuk menjadi agen pemberi informasi, promosi dan edukasi kesehatan di lingkungan sekitar tempat tinggal mereka di dalam wilayah kerja UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang (Data Puskesmas Kebun Sikolos, 2018).

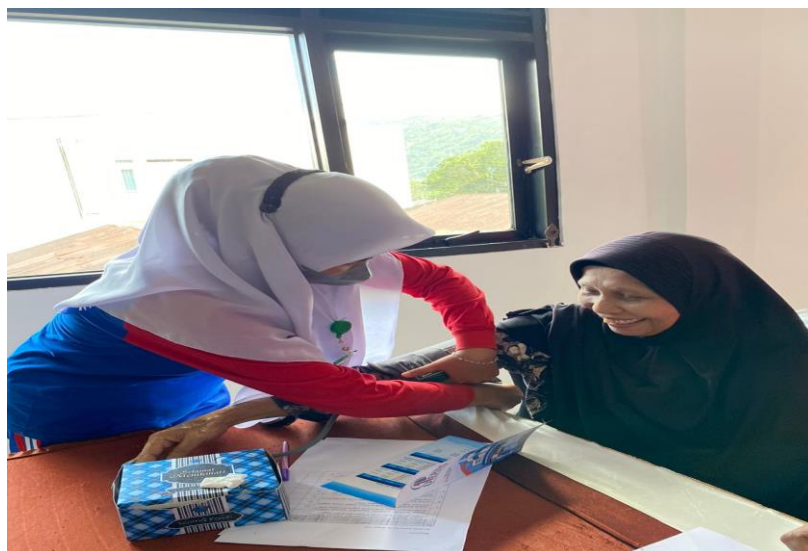
Terjadi perubahan pengetahuan dari anggota kelompok cerdas pada pencegahan stroke kearah yang baik. Lebih dari separuh responden (73%) sudah menjawab dengan benar bahwa pencegahan primer *stroke* adalah mengurangi rokok, minum kopi dan minuman beralkohol. (5) Pengetahuan pencegahan stroke dengan mengurangi garam, menghindari makanan berlemak dan makanan mengandung kolesterol mengalami peningkatan setelah dilakukan edukasi dan responden sudah menjawab dengan benar sebesar 88%(6) juga diperoleh peningkatan pengetahuan dari 13% menjadi 76% secara berarti dari pengetahuan pencegahan *stroke* melalui Olah raga teratur 3-4 x seminggu (7). Hasil penelitian juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Utomo, A.S, (2018), hasil penelitian menunjukkan 80% perubahan yang lebih baik pada pengetahuan, 100% pada sikap lansia dalam mencegah stroke dan 100% terjadi perubahan yang lebih baik pada psikomotor lansia. Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Wijaya, A (2009) yang menyatakan bahwa pemberian intervensi berupa ceramah dan edukasi secara personal memberikan manfaat terhadap perubahan tindakan lansia, hasil penelitian menunjukkan bahwa 17 lansia akan menjaga pola makan yang sehat, 7 lansia mengurangi kebiasaan merokok, 4 lansia berolah raga secara rutin dan 2 lansia melakukan pemeriksaan secara rutin. Tujuan utama pencegahan stroke adalah menurunkan kecacatan dini, kematian, serta memperpanjang hidup dengan kualitas yang baik. Dikenal dua dua macam pencegahan pada penyakit *stroke*, yaitu pencegahan primer dan pencegahan sekunder. Dalam pencegahan primer, dimana pasien belum pernah mengalami TIA ataupun *stroke* dianjurkan untuk melakukan 3 M (Junaidi, 2004) : menghindari : rokok, stress mental, minum kopi dan alcohol, kegemukan, dan golongan obat-obatan yang dapat mempengaruhi *serebrovaskuler* (*amfetamin*, *kokain*, dan sejenisnya); mengurangi : asupan lemak, kalori, garam, dan kolesterol berlebih ; mengontrol dan mengendalikan : hipertensi, *diabetes mellitus*, penyakit jantung dan *aterosklerosis*, kadar lemak darah, dan konsumsi makan seimbang serta olahraga teratur 3-4 kali seminggu.

Peningkatan pengetahuan tentang upaya yang dilakukan untuk pencegahan *stroke* adalah melakukan pemeriksaan rutin kesehatan ke fasilitas kesehatan setiap bulan juga signifikan 81%

setelah dilakukan edukasi. Sesuai dengan tugas dan fungsi Puskesmas sebagai penyelenggara upaya kesehatan masyarakat dan perseorangan di wilayah kerjanya. Dalam menyelenggarakan fungsinya sebagai penyelenggara upaya kesehatan masyarakat, puskesmas memiliki antara lain : melaksanakan perencanaan berdasarkan analisis masalah kesehatan masyarakat dan analisis kebutuhan pelayanan yang diperlukan, melaksanakan advokasi dan sosialisasi kebijakan kesehatan dan seterusnya (Permenkes Nomor 75 Tahun 2014).



Gambar 1. Pemberian edukasi oleh narasumber



Gambar 2. Pemeriksaan tanda-tanda vital anggota kelompok cerdas

Kesimpulan

Perilaku yang baik dalam pencegahan *stroke* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang dapat diwujudkan melalui edukasi peningkatan peran kelompok cerdas tentang motivasi dan komunikasi, berperan sebagai *role model*, sasaran edukasi keluarga, tetangga dan masyarakat di lingkungan tempat tinggal dan masyarakat umum serta cara pencegahan *stroke*

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih pada LPPM Universitas Perintis Indonesia yang telah memfasilitasi kegiatan ini , Dekan FIKes Upertis, Para Nara Sumber Universitas Perintis Indonesia, Kepala Puskesmas Kebun Sikolos Padang Panjang, Pembina Kelompok Lansia Cerdik serta alumni dan Mahasiswa Universitas Perintis Indonesia yang telah mendukung dan berperan aktif dalam kegiatan ini.

Referensi

- Arnia. (2017). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Keaktifan Lansia dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu di Puskesmas Samata. *UIN Alaudin*.
- Abdul Nasir, dkk. (2009). Komunikasi dalam keperawatan teori dan aplikasi. Jakarta :Penerbit Salemba Medika
- Muttaqin, Arif. 2008. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Imunologi. Jakarta: Salemba Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). Pendidikan dan Promosi Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Potter, Perry. (2010). Fundamental Keperawatan Buku 1 Edisi 7. Jakarta: Salemba Medik
- Tjahjani dan Yusniawati. (2017). *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53 (9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Utomo, A. S. (2018). Pemberdayaan Lansia Dalam Menumbuhkan Perilaku Cerdik Mencegah Stroke. *Idaman*, 2 (1), 1–6.