

Edukasi tentang Stroke dan Hipertensi pada Usia Muda di Desa Simasom Dusun 3 (Batu Lanja)

Mustika Dewi Pane¹, Muhammad Arsyad Elfiqah Rambe²

^{1,2}Universitas Aufa Royhan
mustikadewipane@gmail.com

ABSTRAK

Usia muda merupakan usia dalam kategori 26-45 tahun. Usia dalam kategori ini sudah beresiko untuk terkena penyakit apabila individu tidak menjaga pola makan dan kesehatannya. Beberapa penyakit yang bisa menyerang individu dalam kategori usia ini adalah stroke dan hipertensi. Tujuan kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stroke dan hipertensi. Kegiatan ini dilakukan pada remaja yang berusia 26-45 tahun. Metode yang digunakan yaitu ceramah dengan menggunakan alat bantu *slide power point* yang berisi materi dan juga brosur. Materi yang diberikan yaitu pengertian stroke, tanda gejala stroke, penanganan stroke, pengertian hipertensi, tanda gejala hipertensi, dan penanganan hipertensi. Hasil yang didapatkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan bahwa mayoritas masyarakat paham pengertian stroke, tanda gejala stroke, penanganan stroke, pengertian hipertensi, tanda gejala hipertensi, dan penanganan hipertensi. Mayoritas masyarakat mampu untuk menjelaskan ulang, dan hanya sebagian masyarakat yang masih kesulitan untuk menjelaskan kembali materi yang sudah diberikan. Saran untuk kegiatan selanjutnya yaitu melakukan pendidikan kesehatan tentang narkoba, rokok, kesehatan reproduksi, kesehatan mental, dan KB. Bagi petugas kesehatan untuk lebih memperhatikan masalah yang sering mengenai masyarakat, dan lebih meningkatkan pendidikan kesehatan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

Kata Kunci : Usia Muda, stroke, hipertensi

ABSTRACT

Young age is the age in the 26-45 year category. Age in this category is already at risk for disease if individuals do not maintain their diet and health. Some diseases that can attack individuals in this age category are stroke and hypertension. The purpose of this activity is expected to increase public knowledge about stroke and hypertension. This activity is carried out on adolescents aged 26-45 years. The method used is lectures using power point slides that contain material and also brochures. The material provided is the definition of stroke, signs of stroke symptoms, stroke management, definition of hypertension, signs of symptoms of hypertension, and treatment of hypertension. The results obtained after conducting health education showed that the majority of people understood the definition of stroke, signs of stroke symptoms, stroke management, definition of hypertension, signs of symptoms of hypertension, and treatment of hypertension. which has been given. Suggestions for further activities are conducting health education about drugs, cigarettes, reproductive health, mental health, and family planning. For health workers to pay more attention to problems that often affect the community, and improve health education with the aim of increasing public knowledge and awareness.

Keywords : Young age, stroke, hypertension

1. PENDAHULUAN

Usia muda merupakan usia dalam kategori 26-45 tahun. Usia dalam kategori ini sudah beresiko untuk terkena penyakit apabila individu tidak menjaga pola makan dan kesehatannya. Beberapa penyakit yang bisa menyerang individu dalam kategori usia ini adalah stroke dan hipertensi.

Stroke merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab kematian terbesar di seluruh dunia. Stroke termasuk dalam cerebrovaskuler disease yaitu gangguan fungsi otak yang berhubungan dengan penyakit pembuluh darah yang mensuplai darah ke otak. Stroke disebut juga brain attack atau serangan otak yang selalu terjadi secara tiba-tiba dengan gejala yang beragam. Namun sebagian besar gejala yang sering ditemukan adalah kondisi badan yang lumpuh separo dan/atau disertai dengan penurunan kesadaran (Mulyatsih dan Ahmad, 2010).

Hipertensi adalah meningkatnya tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan atau diastolik lebih besar dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu 5 menit dalam keadaan cukup istirahat (tenang). Hipertensi didefinisikan oleh Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure sebagai tekanan yang lebih tinggi dari 140 / 90 mmHg (Andrea, 2013).

Ditemukan bahwa dari tahun 2013 hingga 2015, kategori penyakit sistem pembuluh darah menempati peringkat pertama, kategori penyakit sistem muskuloskeletal dan jaringan ikat menempati peringkat kedua, dan kategori penyakit kulit dan jaringan subkutan menempati peringkat ketiga. Kategori penyakit sistem pembuluh darah meliputi penyakit hipertensi, angina pektoris, infark miokard akut, penyakit jantung iskemik lainnya, emboli paru, penyakit gagal jantung, infark serebral, stroke, penyakit pembuluh darah lain non infeksi, hemoroid, hipotensi spesifik, dan penyakit serebrovaskular tidak spesifik (Adhania, 2018). Adapun prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% dan Provinsi Lampung sebesar 29,94% (Risesdas, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi dilakukan sebagai upaya pengurangan resiko naiknya tekanan darah dan pengobatannya. Dalam

penatalaksanaan hipertensi upaya yang dilakukan berupa upaya nonfarmakologis (memodifikasi gaya hidup melalui pendidikan kesehatan) dan farmakologis (obat-obatan). Beberapa pola hidup sehat yang dianjurkan oleh banyak guidelines (pedoman) adalah dengan penurunan berat badan, mengurangi asupan garam, olah raga yang dilakukan secara teratur, mengurangi konsumsi alkohol dan berhenti merokok (Damayantie, dkk, 2018).

Hasil pengkajian yang dilakukan di Desa Simasom Dusun 3 didapatkan bahwa mayoritas masyarakat berusia 26-35 tahun (24,47%), dan sebagian masyarakat menderita stroke sebanyak 5,32%, dan mayoritas masyarakat mengeluhkan nyeri pada otot tetapi tidak pernah memeriksakan kondisi kesehatan ke pusat kesehatan.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilakukan pada masyarakat yang berusia 26-45 tahun, karena usia ini dianggap mampu untuk menerima informasi kesehatan yang berhubungan dengan dirinya sendiri. Metode yang digunakan yaitu ceramah dengan menggunakan alat bantu *slide power point* yang berisi materi dan juga brosur. Kegiatan dilakukan pada tanggal 18 Agustus 2023. Kegiatan ini dilakukan pada masyarakat Desa Simasom dengan jumlah sebanyak 100 orang. Kegiatan pendidikan kesehatan berlangsung selama 2 jam, dengan rangkaian acara pembukaan, pemaparan materi tentang pengetahuan stroke, tanda gejala stroke, penanganan stroke, pengertian hipertensi, tanda gejala hiperetensi, dan penanganan hipertensi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendidikan kesehatan dimulai dengan menanyakan pendapat masyarakat tentang stroke dan hiperetensi. Hal ini dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan awal masyarakat sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Hasil yang ditemukan mayoritas masyarakat hanya mengetahui tentang faktor penyebab stroke dan hipertensi, yaitu pola makan dan pengaruh lingkungan. Hasil untuk tanda dan gejala stroke dan hiperetensi mayoritas masyarakat menjawab tidak tepat dan tidak tahu. Masyarakat menjelaskan mendapatkan informasi tentang kesehatan melalui media sosial, seperti

youtube dan tiktok. Hal ini seharusnya lebih ditegaskan lagi bahwa informasi melalui media sosial tidak sepenuhnya benar. Seharusnya masyarakat lebih meningkatkan pencarian informasi melalui jurnal yang sudah terbukti kebenarannya.

Hasil yang didapatkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan didapatkan bahwa mayoritas masyarakat paham pengetahuan stroke, tanda gejala stroke, penanganan stroke, pengertian hipertensi, tanda gejala hiperetensi, dan penanganan hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan menanyakan ulang tentang materi yang sudah diberikan. Mayoritas masyarakat mampu untuk menjelaskan ulang, dan hanya sebagian masyarakat yang masih kesulitan untuk menjelaskan kembali materi yang sudah diberikan.

Berdasarkan hasil kegiatan ini diharapkan pendidikan kesehatan untuk lebih ditingkatkan lagi, terutama berhubungan dengan masalah yang sering menyangkut kesehatan masyarakat, hal ini seperti narkoba, rokok, kesehatan reproduksi, kesehatan mental, dan KB.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil akhir dari kegiatan ini terlihat bahwa tujuan yang diharapkan dari kegiatan ini berhasil dilakukan. Pendidikan kesehatan yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stroke dan hipertensi, didapatkan bahwa mayoritas masyarakat mampu untuk menjelaskan kembali tentang materi yang sudah dijelaskan.

Saran untuk kegiatan selanjutnya yaitu melakukan pendidikan kesehatan tentang narkoba, rokok, kesehatan reproduksi, kesehatan mental, dan KB. Bagi petugas kesehatan untuk lebih memperhatikan masalah yang sering mengenai masyarakat, dan lebih meningkatkan pendidikan kesehatan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat.

5. REFERENSI

- Andrea GY, 2013 Korelasi Derajat Hipertensi dengan Stadium Penyakit Ginjal Kronik di RSUP. Dr. Kariadi Semarang periode 2008-2012. Semarang.
- Damayantie N, Heryani E, Muazir, 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Puskesmas Sekernan Ilir Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2018. Jambi.
- Heniawati, Thabrany H. 2016. Perbandingan Klaim Penyakit Katastropik Peserta Jaminan Kesehatan Nasional di Provinsi DKI Jakarta dan Nusa Tenggara Timur Tahun 2014. Jakarta
- Adhania CC, Wiwaha G, Fianza PI. 2018. Prevalensi Penyakit Tidak Menular pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama di Kota Bandung Tahun 2013-2015. Bandung
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta.
- Muhadi, 2018. JNC 8: Evidence-based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa. Jakarta.
- Saputra, A. U., Mulyadi, B., & Banowo, B. S. (2021). Systematic Review: Efektivitas Beberapa Metode Pendidikan Kesehatan Program Pencegahan Kanker Payudara terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Remaja tentang Sadari. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(2), 365–380.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/7316>