

## ORIGINAL ARTICLE

# EDUKASI KESEHATAN DALAM UPAYA MENURUNKAN KEJADIAN STROKE BERULANG PADA PASIEN HIPERTENSI

Dimas Hadi Prayoga <sup>a\*</sup> Retno Twistiandayani <sup>a</sup>, Abdul Manan <sup>a</sup>, Lilik Wijayati <sup>a</sup>

<sup>a</sup> Nursing study program, Faculty of Health Sciences. Gresik University

\* Corresponding Author: [gaya.sulthan@gmail.com](mailto:gaya.sulthan@gmail.com)

ARTICLE INFORMATION	ABSTRACT
<p><b>Article history</b> Received (July 23<sup>rd</sup>, 2024) Revised (July 30<sup>rd</sup>, 2024) Accepted (August 25<sup>th</sup>, 2024)</p> <p><b>Keywords</b> Education; Hypertension, Knowledge; Stroke</p>	<p><i>Hypertension is a disease that initiates various degenerative diseases which is generally a condition without symptoms, where high blood pressure in the arteries can cause the risk of developing cardiovascular-related diseases such as stroke, kidney failure, heart attack and kidney damage. To increase patient understanding in carrying out independent care at home, health education is needed that discusses caring for stroke patients at home. The aim of this community service is to provide health education to increase patient knowledge in an effort to reduce the incidence of recurrent stroke. The method used in this community service is to provide intervention in the form of health education. Evaluation of community service uses pre-test and post-test knowledge methods. Number of participants 20 people. The Results of community service is related to providing education to increasing knowledge of stroke patients. The application of education can be carried out as a preventive and promotive effort for stroke patients so that patients can carry out treatment independently at home and reduce the incidence of recurrent strokes.</i></p>

Jurnal Abdimas jatibara is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan RS Dr. Seotomo (STIKES YRSD Seotomo).

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Website: <https://jurnal.stikes-yrsds.ac.id/index.php/JAJ>

E-mail: [jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id](mailto:jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id)

## PENDAHULUAN

Hipertensi atau penyakit darah tinggi adalah gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Hipertensi merupakan penyakit yang mengawali berbagai penyakit degenerative yang secara umum merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan darah yang tinggi di dalam arteri dapat menyebabkan resiko timbulnya penyakit yang berhubungan dengan kardiovaskuler seperti stroke, gagal ginjal, serangan jantung, dan kerusakan ginjal. Risiko hipertensi juga akan meningkat dengan bertambahnya usia. Kondisi yang berkaitan dengan usia ini adalah produk samping dari keausan arteriosklerosis dari arteri-arteri utama, terutama aorta, dan akibat dari kurangnya kelenturan. Dengan mengerasnya arteri-arteri ini dan menjadi semakin kaku, arteri dan aorta itu kehilangan daya penyesuaian diri. Dinding yang kini tidak elastis, tidak dapat lagi mengubah darah yang keluar dari jantung menjadi aliran yang lancar.

Hipertensi merupakan salah satu faktor terbesar penyebab morbiditas dan mortalitas pada penyakit kardiovaskular yang merupakan faktor utama untuk penyakit stroke, gagal jantung penyakit koroner, dimana peranannya diperkirakan lebih besar dibandingkan pada orang yang lebih muda >45 tahun. (Kuswardhani, 2007). Angka kematian akibat Hipertensi meningkat sebanyak 17,1% dengan angka kematian akibat komplikasi Hipertensi mencapai 9,4 juta/tahunnya (WHO, 2013). Hipertensi menyebabkan kematian pada 45% penderita penyakit jantung dan 51% kematian pada penderita penyakit stroke pada tahun 2008 (WHO, 2013). Data Kemenkes (2012) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 25,8% pada populasi diatas usia 18 tahun. Dari jumlah tersebut, sebanyak 7% penderita hipertensi akhirnya menderita *stroke*, sisanya berkembang menjadi penyakit jantung (1,5%), gagal jantung (0,13%), dan gagal ginjal (0,2%).

Hipertensi juga merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah *stroke* dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Berdasarkan data Hipertensi di Provinsi Jawa Timur 2010 terjadi 4,89% kasus Hipertensi esensial dan 1,08% kasus Hipertensi sekunder. Menurut STP (Surveilans Terpadu Penyakit) puskesmas di Jawa Timur total penderita Hipertensi tahun 2011 sebanyak 285.724 pasien (Dinkes Jawa Timur, 2011).

Prevalensi Hipertensi di Kota Gresik sebesar 25,7% dengan jumlah penderita 689 orang (Profil Kesehatan Gresik, 2013). Data yang didapatkan dari Poskesdes Desa Setrohadi Kecamatan Duduk Sampeyan Kabupaten Gresik jumlah penderita hipertensi pada tahun 2013 sebanyak 51 orang, tahun 2014 sebanyak 59 orang, pada tahun 2015 selama 8 bulan terakhir terjadi peningkatan sebanyak 68 orang yaitu prehipertensi sebanyak 15 orang, hipertensi derajat I sebanyak 15 orang, dan hipertensi derajat II sebanyak 38 orang. Dari data rekam medik di Poskesdes Desa Setrohadi selama 3 bulan terakhir didapatkan penderita prehipertensi sebanyak 11 orang, hipertensi derajat I sebanyak 13 orang, hipertensi derajat II sebanyak 16 orang, sedangkan yang menderita prehipertensi dan hipertensi derajat I tidak pernah kontrol ke poskesdes sebanyak 20 orang.

Peningkatan intensitas pelaksanaan Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) yang merupakan salah satu program dari Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) membuat perhatian terhadap kalangan usia dewasa dan usia lanjut menjadi meningkat pula (Puskesmas Duduk Sampeyan, 2011). Penderita hipertensi diberi terapi obat anti-hipertensi dengan dosis sesuai dengan tingkatan penyakitnya. Jika dosis yang diberikan telah sampai batas maksimal namun tekanan darah belum menurun, maka dilakukan kombinasi terapi dengan beberapa jenis obat. Hal tersebut yang dapat menyebabkan penderita hipertensi tidak menginginkan untuk mengonsumsi obat hipertensi (Karina, 2014). Oleh karena itu, perlu ada *food based therapy* (terapi berbasis pangan) yang dapat menjadi salah satu alternatif untuk meredakan gejala, bahkan menyembuhkan penyakit.

Berdasarkan fenomena yang terjadi bahwa tingginya angka kejadian *stroke* yang disebabkan karena hipertensi di Desa Setrohadi Kecamatan Duduk Sampeyan Kabupaten Gresik setiap tahun mengalami peningkatan dan pengetahuan masyarakat tentang gaya hidup, penggunaan obat dan makanan tambahan untuk menurunkan hipertensi pada pasien *stroke* untuk mencegah terjadi *stroke* berulang.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini melakukan edukasi kesehatan untuk menurunkan kejadian *stroke* berulang pada pasien *stroke* karena hipertensi. Peserta pengabdian masyarakat 20 pasien hipertensi. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan Desa Setrohadi Kecamatan Duduk Sampeyan Kabupaten Gresik ini pada tanggal 13 Januari 2024. Edukasi yang diberikan adalah definisi *stroke*, penyebab *stroke*, pencegahan *stroke*, terapi yang dapat dilakukan dirumah untuk pasien paska *stroke*. Waktu pemberian edukasi adalah selama 120 menit dengan pembagian durasi selama 30 menit dilakukan pemeriksaan, pengenalan selama 10 menit, pemberian edukasi selama 70 menit dan evaluasi selama 10 menit. Evaluasi yang diberikan berupa pertanyaan singkat terkait materi yang disampaikan pada saat pelaksanaan edukasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 13 Januari 2024 mulai pukul 08.00 – 10.00 WIB. Sasaran pengabdian masyarakat adalah hipertensi post *stroke* di Desa Setrohadi Kecamatan Duduk Sampeyan Kabupaten Gresik. Kegiatan ini dimulai dengan melakukan pemeriksaan kesehatan kemudian melakukan edukasi kesehatan. Berikut adalah susunan acara pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.

Tabel 1 Susunan acara pengabdian masyarakat

Waktu	Kegiatan
08.00 – 08.30 WIB	Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan meliputi berat badan, tinggi badan, tekanan darah, pemeriksaan glukosa darah
08.30 – 08.40 WIB	Pembukaan dan Evaluasi pre test
08.40 – 09.50 WIB	Penyuluhan kesehatan
09.50 – 10.00 WIB	Penutup dan Evaluasi pre test

Proses terencana untuk mengubah perilaku seseorang, kelompok, atau masyarakat untuk menjadi lebih sehat dan hidup lebih sehat adalah pendidikan kesehatan. Perawat harus memilih metode pendidikan kesehatan yang tepat agar pasien dan keluarga mereka mendapatkan informasi dengan benar. Dalam penelitian ini, pendidikan kesehatan diberikan melalui metode penyuluhan. Metode penyuluhan perorangan sangat efektif karena sasaran dapat langsung memecahkan masalah mereka dengan bantuan penyuluh. Pendidikan edukasi secara mandiri diberikan oleh masing-masing unit kerja sendiri tanpa terlibat dengan pekerjaan lain. Pendidikan kolaboratif diberikan oleh pekerjaan lain sebagai contoh pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh perawat yang dilakukan secara mandiri sebagai upaya preventif dalam mencegah sebuah penyakit.

Menurut beberapa penelitian, edukasi kepada masyarakat secara kolaboratif memiliki kelebihan dibandingkan belajar secara mandiri. Namun, efektivitas metode penyampaian pesan juga sangat bergantung pada kondisi penerima pesan dan apa yang mereka lakukan. Dalam penelitian ini, beberapa informan merasa sulit untuk memahami informasi yang diberikan secara langsung oleh berbagai profesi secara bersamaan. Mereka menganggap informasi yang diberikan secara terpisah oleh masing-masing profesi lebih nyaman dan lebih mudah dipahami. Sehingga pemberian edukasi kesehatan pada pasien stroke untuk mencegah stroke berulang lebih baik dilakukan secara mandiri oleh perawat.

Pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan hipertensi harus ditingkatkan untuk mencegah stroke. Rekomendasi ini didasarkan pada temuan berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi membantu masyarakat memahami hipertensi dan komplikasinya. Hasil penelitian Nelwan Jeni Ester menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan responden sebesar 0,000 ( $<0,05$ ). Menurut penelitian dari Machado et al (2017) di Brazil, intervensi pendidikan—atau promosi kesehatan—terhadap masyarakat, terutama orang tua, telah menunjukkan strategi yang tepat untuk mendorong mereka untuk belajar tentang hipertensi dan berpartisipasi dalam pengobatannya. Hasil penelitian Ester Jeni Nelwan yang dilakukan pada tahun 2018 di Manado menunjukkan bahwa pengetahuan tentang respon den meningkat setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan, dengan nilai  $p=0.000$  ( $<0.05$ ). upaya untuk memerangi masalah kesehatan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui edukasi kesehatan.

Tabel 2 Pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	0	0	17	85
Cukup	3	15	2	10
Kurang	17	85	1	5
Total	20	100	20	100

Tabel 2 menunjukkan hampir seluruh responden memiliki pengetahuan kurang sebelum diberikan edukasi sedangkan didapatkan hampir seluruh responden memiliki pengetahuan baik setelah diberikan edukasi terkait stroke dan hipertensi.

Proses edukasi yang diberikan kepada peserta menggunakan PowerPoint, slide, dan video, yang berarti menggunakan lebih dari satu indra, yaitu audio dan visual. Teknik ini sangat membantu peserta meningkatkan pengetahuan mereka. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2010) bahwa banyaknya indera penerimaan yang terlibat menentukan efektivitas media

penyuluhan. Menurut Batubara (2021), multimedia, yang melibatkan lebih dari satu pancaindra, membuat belajar lebih efektif karena informasi yang diterima akan diingat lebih lama.

Untuk mencegah stroke, masyarakat harus lebih tahu tentang hipertensi. Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi membantu masyarakat memahami hipertensi dan komplikasinya. Hasil penelitian Nelwan Jeni Ester menunjukkan bahwa ada pengaruh sebesar 0,000 ( $<0,05$ ) antara penyuluhan kesehatan dan pengetahuan responden. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Machadoetal (2017) di Brazil, intervensi pendidikan—atau promosi kesehatan—terhadap masyarakat, khususnya orang tua, telah menunjukkan strategi yang tepat untuk mendorong mereka untuk belajar tentang hipertensi dan berpartisipasi dalam pengobatannya. Hasil penelitian EsterJeni Nelwan yang dilakukan pada tahun 2018 di Manado menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang respon den sebagai hasil dari penyuluhan kesehatan, dengan nilai  $p=0.000$  ( $<0.05$ ). upaya untuk memerangi masalah kesehatan masyarakat dengan mengedukasi masyarakat tentang kesehatan

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Pemberian intervensi edukasi dapat meningkatkan pengetahuan sehingga mempengaruhi sikap dan perilaku untuk melakukan perawatan secara mandiri dirumah sebagai upaya menurunkan kejadian stroke berulang. Edukasi yang dilakukan secara mandiri oleh perawat lebih mudah diterima oleh pasien sehingga pasien lebih mudah menyerap informasi yang diberikan oleh perawat.

### Saran

Perlu adanya pendekatan kepada masyarakat yang dilakukan oleh tenaga kesehatan sebagai upaya meningkatkan kemampuan dalam merawat diri sendiri. .

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Gresik yang telah memberi dukungan terhadap pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aisyah, N., & Imamah, I. N. (2023). Penerapan Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai Pada Lansia Hipertensi di Desa Kaliwungu Kabupaten Semarang Ida Nur Imamah. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(3), 281–192.
2. Arafah, S. (2019). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pattalassang Kab. Takalar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 10(2), 78. <https://doi.org/10.32382/jmk.v10i2.1336>
3. Augin, A. I., & Soesanto, E. (2022). Penurunan tekanan darah pasien hipertensi menggunakan terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam dan serai. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8240>
4. Basuki, S. P. H., & Barnawi, S. R. (2021). Pengaruh Senam Hipertensi terhadap Tekanan Darah pada The Effect of Exercise on Blood Pressure in the Elderly Community in Petir Village, Kalibagor District, Banyumas. *Sainteks*, 18(1), 87–93.
5. Elviana, N., Astuti, Y., Fandizal, M., Sani, D. N., Safari, U., Riani, N., & Irsan, I. (2021). Pelatihan Senam Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*, 2(01), 1–4. <https://doi.org/10.33221/jpmim.v2i01.1029>
6. Faizah, S. N. I., & Supratman, S. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lanjut Usia di Desa Luwang Wilayah Puskesmas Gatak. *Malahayati Nursing Journal*, 5(11), 4012–4022. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i11.10048>

7. Fitrina, Y., Anggraini, D., & Anggraini, L. (2021). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Garam dan Serai terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 1–10. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/726>
8. Ge, B., Chen, H., & Liao, X. (2021). The effect of mind-body exercise on blood pressure in middle-aged and elderly patients with hypertension: A protocol for a systematic review and meta-analysis. *Medicine (United States)*, 100(25), E26452. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000026452>
9. Handono, N. P. (2021). Efektifitas Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Dusun Krisak Wetan Selogiri. *Jurnal KEPERAWATAN GSH*, 10(1), 56–61. <http://www.journal.akpergshwng.ac.id/index.php/gsh/article/view/202109>
10. Irawan, D., Asmuji, & Yulis, Z. E. (2022). Pengaruh Rendam Kaki Air Garam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 9(2), 119–125.
11. Laurent, S., & Boutouyrie, P. (2020). Arterial Stiffness and Hypertension in the Elderly. *Frontiers in Cardiovascular Medicine*, 7(October), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fcvm.2020.544302>
12. Monica, T., & Ulia, A. (2025). *Pelaksanaan Kegiatan Senam Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Depati Tujuh*. 33–37.
13. Nurhayati, N. E. (2023). Hubungan Tingkat Stres, Asupan Natrium dan Asupan Lemak dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Sidomoro, Kabupaten Gresik. *Jurnal Gizi Unesa*, 03, 427–434. <file:///Users/alfia/Downloads/56723-Article Text-126745-1-10-20240108.pdf>
14. Pratiwi, D., & Susilo, R. (2020). Perbedaan Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Dan Senam Jantung Sehat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Desa Sumbang. *Human Care Journal*, 5(4), 943. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i4.838>
15. Solihin, S., Ningsih, N. S., Sholikhah, S., & ... (2020). Reduction of Blood Pressure Throught Exercises Among Elderly with Hipertension. *Jurnal Ilmiah ...*, 10(3), 319–326. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/784>
16. WHO. (2023). Hypertension. *World Health Organization*.
17. Widyaswara, C. D., Hardjanti CB, T. M., & Mahayanti, A. (2022). Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Dusun Kembangan, Candibinangun, Pakem, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas (Clinical and Community Nursing Journal)*, 6(3), 145. <https://doi.org/10.22146/jkkk.75264>
18. Wijayanti, H. N., & Khadijah, S. (2021). Pengaruh Senam Lansia terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 8(1), 18–23. <http://akbidhipekalongan.ac.id/e-journal/index.php/jurbidhip/article/view/117/123>
19. Yuniartika, W., & Bima Murti, T. (2020). Hubungan Jenis Kelamin dan Lama Sakit dengan Kejadian Depresi Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Journal of Holistic Nursing Science*, 7(2), 99–105. <https://doi.org/10.31603/nursing.v7i2.3076>