



Volume 6, Nomor 1, Desember 2025

JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

<https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JPKM>

E-ISSN: 2774-3055

Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Stroke Pada Lansia di Posyandu Menur

Dita Mirawati¹, Norman Wijaya Gati², Asita Rohmah Mutnawasitoh³

^{1,2,3} Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

Email: dita@aiska-university.ac.id

ABSTRAK INDONESIA

Stroke merupakan salah satu penyebab utama kematian dan kecacatan, khususnya pada kelompok lanjut usia. Rendahnya pengetahuan lansia tentang faktor risiko dan gejala awal stroke dapat memperburuk dampaknya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan stroke melalui edukasi langsung di Posyandu Menur XXI, Desa Gulon. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, pre-test dan post-test, serta pemeriksaan tekanan darah. Sebanyak 35 peserta lansia mengikuti kegiatan ini. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 52% pada pre-test menjadi 88% pada post-test, menunjukkan peningkatan sebesar 36%. Selain itu, sekitar 40% peserta memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, yang mengindikasikan perlunya pemantauan lebih lanjut. Edukasi yang interaktif dan partisipatif terbukti efektif meningkatkan pemahaman lansia mengenai pencegahan stroke. Kegiatan ini juga memperkuat peran posyandu sebagai pusat edukasi kesehatan berbasis komunitas.

Kata Kunci: Lansia; Edukasi Kesehatan; Pencegahan Stroke; Posyandu; Pengetahuan

ABSTRACT ENGLISH

Stroke is a leading cause of death and disability, particularly among the elderly. Poor knowledge of stroke risk factors and early symptoms can exacerbate its impact. This community service activity aims to improve the elderly's knowledge of stroke prevention through direct education at the Menur XXI Integrated Health Post (Posyandu) in Gulon Village. The methods used included counseling, pre- and post-tests, and blood pressure checks. A total of 35 elderly participants participated in this activity. Evaluation results showed an increase in knowledge scores from an average of 52% in the pre-test to 88% in the post-test, representing a 36% increase. Furthermore, approximately 40% of participants had blood pressure $\geq 140/90$ mmHg, indicating the need for further monitoring. Interactive and participatory education has proven effective in improving the elderly's understanding of stroke prevention. This activity also strengthens the role of Posyandu as a community-based health education center.

Keywords: Elderly; Health Education; Stroke Prevention; Integrated Health Posts; Knowledge

PENDAHULUAN

Gangguan peredaran darah di otak dapat berupa tersumbatnya pembuluh darah otak atau pecahnya pembuluh darah di otak, otak yang seharusnya mendapatkan

pasokan oksigen dan zat nutrisi menjadi terganggu sehingga menimbulkan kematian pada sel saraf (neuron). Gangguan fungsi otak ini akan memunculkan gejala stroke berupa kelemahan anggota gerak sampai kelumpuhan, hilangnya sensasi di wajah, bibir tidak simetris, kesulitan bicara atau pelo (afasia), kesulitan menelan, penurunan kesadaran, nyeri kepala (vertigo) mual muntah dan hilangnya penglihatan di satu sisi atau terjadinya kebutaan (Primantika & Noorratri, 2023).

Aliran darah yang berhenti membuat suplai oksigen dan zat makanan ke otak berhenti, sehingga sebagian otak tidak bisa berfungsi sebagaimana mestinya. Hipertensi sejauh ini merupakan faktor risiko stroke yang paling kuat, yaitu sekitar 54% dari semua stroke (Sangam et al., 2015) Menurut data WHO (world health organization) tahun 2018 kematian yang disebabkan oleh stroke mencapai angka 51% diseluruh penjuru dunia dan disebabkan oleh tekan darah yang tinggi, tidak hanya itu kematian akibat stroke juga diperkirakan sebesar 16% diakibatkan tingginya kadar glukosa darah yang ada pada tubuh (Salsabilla et al., 2024).

Prevalensi penyakit stroke di Indonesia yaitu 10,9 per 1.000 penduduk angka ini menurun dari lima tahun sebelumnya yaitu 12,1 per 1.000 penduduk dan meningkat dibandingkan tahun 2007, yakni 8,3 per 1.000 penduduk. jumlah kasus stroke tertinggi di tahun Sumatra Barat menempati urutan ke 15 dari 33 provinsi dengan jumlah persentase 10,8 % (Khairunnisa, 2019).

Kejadian stroke dapat disebabkan oleh beberapa faktor, faktor risiko stroke yang tidak dapat dikontrol terdiri atas usia, ras, jenis kelamin, kebiasaan merokok, dan faktor resiko yang dapat dikontrol terdiri atas riwayat hipertensi, riwayat diabetes mellitus, obesitas, kolesterol (Paul & Candelario-Jalil, 2021). Pasca terserang stroke akan membuat tingkat ketergantungan seseorang terhadap orang lain menjadi semakin meningkat, sehingga orang tidak mandiri dalam melakukan aktivitas kemandirian sehari-hari. Ketergantungan orang lain dapat menyebabkan iritabilitas, rasa marah, rasa bersalah dan ketidakpuasan terhadap ketidakmampuan aktivitas sebelumnya (Amalia & Rahman, 2022).

Stroke dibagi menjadi dua jenis yaitu penderita stroke iskemik dan stroke hemoragik. Stroke iskemik sebagian besar merupakan komplikasi dari beberapa penyakit vaskuler yang ditandai dengan gejala penurunan tekanan darah yang mendadak, takikardia, pucat, dan pernapasan yang tidak teratur, sementara stroke hemoragic umumnya disebabkan oleh adanya perdarahan intracranial dengan gejala

peningkatan tekanan darah systole >200 mmHg pada hipertoniik dan 180 mmHg pada nonmotoniik, bradikardi, wajah keunguan, sianosis, dan pernapasan mengorok (Salsabilla et al., 2024).

Terdapat beberapa faktor resiko terjadinya stroke non hemoragik, antara lain: usia lanjut, hipertensi, diabetes melitus, penyakit jantung, hiperkolesterolemia, merokok dan kelainan pembuluh darah otak (Antika, 2024). Pada tahun 2011 WHO memperkirakan sebanyak 20,5 juta jiwa di dunia menderita stroke, dari jumlah tersebut 5,5 juta jiwa telah meninggal dunia. Penyakit darah tinggi atau hipertensi menyumbangkan 17,5 juta kasus stroke di dunia (Naibaho, 2022).

Kejadian stroke dapat disebabkan oleh beberapa faktor, faktor risiko stroke yang tidak dapat dikontrol terdiri atas usia, ras, jenis kelamin, kebiasaan merokok, dan faktor risiko yang dapat dikontrol terdiri atas riwayat hipertensi, riwayat diabetes mellitus, obesitas, kolesterol (Permatasari, 2020).

Faktor resiko lain berupa fibrilasi atrium, hipertensi, hiperlipidemia, hiperhomosisteinemia, diabetes, merokok, kurang aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, obesitas perut, dan konsumsi alkohol (Permatasari, 2020). beberapa penyebab kejadian stroke di Indonesia yang semakin tinggi disebabkan karena pola hidup masyarakat yang tidak sehat, seperti kurang bergerak (*sedentary style*), kebiasaan merokok dan mengkonsumsi alkohol, serta konsumsi makanan berlemak dan kolesterol tinggi yang dapat menjadi pemicu timbulnya serangan stroke (Saputra & Mardiono, 2022).

METODE

Melihat fenomena tingginya risiko kasus neuromuskuler yang telah dilakukan sebelumnya dan untuk menjawab permasalahan-permasalahan dibidang kesehatan yang dihadapi oleh mitra kelompok lansia Posyandu MENUR XX1 di desa Gulon 03/21, maka solusi yang ditawarkan pada kegiatan PKM ini, meliputi:

1. Pemberian informasi dan edukasi bagi anggota posyandu MENUR XX1 di desa Gulon 03/21
2. Pre-test dan post-test tingkat pengetahuan lansia yang berkaitan dengan permasalahan stroke
3. Evaluasi dan monitoring kegiatan
4. Keberlanjutan program.

Strategi promosi kesehatan pada lansia secara umum mempunyai tiga tujuan dasar yaitu menjaga dan meningkatkan kapasitas fungsional, menjaga atau meningkatkan kemandirian (self-care) dan meningkatkan dukungan sosial. Gagasan dibalik strategi ini adalah agar dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dan mengurangi biaya kesehatan berkaitan dengan perawatan lansia yang sakit. Promosi kesehatan pada lansia sebaiknya berfokus pada keterlibatan dan pemberdayaan komunitas (Golinowska et al., 2016). Program edukasi kesehatan dapat digunakan sebagai intervensi untuk meningkatkan kesadaran terkait kesehatan dan perilaku hidup sehat pada lansia. Program edukasi kesehatan dapat diberikan dengan memanfaatkan kegiatan komunitas melalui penyuluhan, pelatihan dan program khusus untuk lansia (Chang et al., 2017).

1. Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan merupakan kegiatan penyuluhan secara langsung kepada ketua ibu-ibu posyandu di Posyandu Balita "MENUR XXI" Desa Gulon 03/21 untuk meminta izin melakukan pengabdian masyarakat mengenai PENINGKATAN PENGETAHUAN PENCEGAHAN STROKE PADA LANSIA DI POSYANDU "MENUR XXI". Kemudian merencanakan untuk memaparkan materi tentang pencegahan stroke melalui pemaparan langsung dengan media poster serta melakukan sesi tanya jawab mengenai topik pencegahan stroke maupun diluar topik dari materi.

2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan pembuatan surat pengabdian dan juga materi, serta persiapan pengabdian. Kemudian kegiatan tersebut dilaksanakan secara langsung, sebelum pengabdian dan kegiatan dilaksanakan kami meminta izin kepada pihak yang bersangkutan mengenai hari dan waktu pelaksanaan.

3. Tahap Pelaksanaan

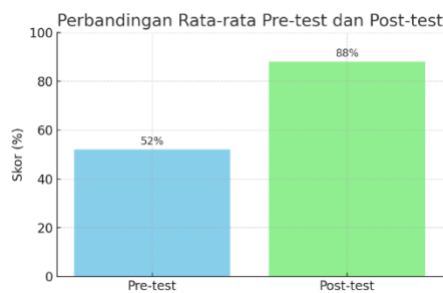
Tahap pelaksanaan yang perlu dilakukan pada kegiatan ini yaitu:

- a. Tahap pertama pembukaan oleh ketua posyandu "MENUR XXI"
- b. Tahap kedua pengisian pre quisioner mengenai penyakit stroke sebelum penyampaian materi
- c. Tahap ketiga pemaparan materi penyakit stroke
- d. Tahap kelima pengisian post quisioner mengenai penyakit stroke setelah penyampaian materi
- e. Tahap keenam pengecekan tekanan darah
- f. Tahap ketujuh pembagian BMT dari pihak posyandu

- g. Tahap kedelapan pembagian souvenir dari pihak yang telah melakukan pengabdian
- h. Tahap kesembilan penutup

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 35 lansia mengikuti kegiatan ini. Hasil analisis kuisioner menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebelum penyuluhan, mayoritas peserta belum memahami perbedaan faktor risiko stroke yang dapat dikendalikan dan tidak dapat dikendalikan, serta tidak mengetahui tanda-tanda awal stroke.



Gambar 1. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan Lansia

Hasil data kuesioner didapatkan rata-rata hasil pre-test 52% dan rata-rata hasil post-test 88%. Peningkatan sebesar 36% ini menunjukkan efektivitas edukasi yang dilakukan. Pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa sekitar 40% peserta memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, sehingga memerlukan tindak lanjut pemeriksaan dan pemantauan rutin oleh kader posyandu dan keluarga.

Peningkatan pengetahuan lansia terkait stroke merupakan langkah awal yang penting dalam upaya pencegahan. Edukasi kesehatan terbukti mampu mengubah pemahaman dan sikap terhadap risiko stroke. Pemeriksaan tekanan darah juga memegang peran penting dalam deteksi dini hipertensi sebagai faktor risiko utama stroke (Aktifah et al., 2019).

Stroke merupakan salah satu penyebab utama kecacatan dan kematian di dunia, termasuk di Indonesia (Chrisanto et al., 2022). Lansia merupakan kelompok usia yang memiliki risiko tinggi terhadap kejadian stroke akibat proses degeneratif serta paparan faktor risiko kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan dyslipidemia (Rahayu et al., 2020). Namun, berdasarkan observasi awal di Posyandu Menur XXI, ditemukan bahwa tingkat pengetahuan lansia mengenai stroke, baik dari segi definisi, faktor risiko, tanda dan gejala, hingga langkah pencegahannya, masih sangat rendah. Hal ini berpotensi

meningkatkan angka kejadian stroke di lingkungan tersebut, terutama jika tidak diimbangi dengan edukasi dan deteksi dini (Ningrum et al., 2023).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengintervensi kesenjangan pengetahuan tersebut melalui edukasi kesehatan yang komprehensif dan partisipatif. Strategi edukasi dilakukan dengan penyampaian materi secara verbal menggunakan media poster, leaflet, serta dialog interaktif antara narasumber dan peserta. Selain itu, dilakukan juga pengisian pre-test dan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan secara kuantitatif (Rahmawati & Palupi, 2020).

Hasil kuisisioner menunjukkan bahwa rata-rata skor pre-test hanya sebesar 52%, yang menandakan pemahaman lansia masih tergolong rendah. Banyak peserta yang belum mengetahui bahwa stroke dapat dicegah melalui pengendalian faktor risiko seperti tekanan darah tinggi, pola makan sehat, dan aktivitas fisik teratur. Selain itu, mitos dan informasi yang keliru masih banyak beredar di masyarakat, seperti anggapan bahwa stroke hanya terjadi secara tiba-tiba tanpa gejala awal yang dapat dikenali (Wahyuni, 2013).

Setelah sesi edukasi, dilakukan post-test yang menunjukkan rata-rata peningkatan skor menjadi 88%. Kenaikan sebesar 36% ini mengindikasikan bahwa metode edukasi yang digunakan cukup efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Pemeriksaan tekanan darah sebagai bagian dari kegiatan juga mendapat sambutan positif. Sebagian lansia yang terdeteksi memiliki tekanan darah tinggi menyatakan belum pernah memeriksakan tekanan darah secara rutin sebelumnya. Hal ini membuka ruang kolaborasi lebih lanjut antara tim pengabdian, kader posyandu, dan puskesmas untuk melakukan pemantauan kesehatan yang berkelanjutan (Vani et al., 2022).

Secara umum, pembahasan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan melalui program pengabdian masyarakat sangat relevan dan bermanfaat, khususnya bagi kelompok lansia yang rentan terhadap berbagai penyakit kronis. Peningkatan pengetahuan yang diperoleh diharapkan akan berdampak pada perubahan perilaku ke arah gaya hidup yang lebih sehat, serta mendorong terwujudnya budaya sadar kesehatan di lingkungan komunitas lansia (Mukhadiono & Subagyo, 2023). Lebih jauh lagi, kegiatan ini juga memberikan efek domino positif berupa peningkatan kapasitas kader posyandu dalam menyampaikan informasi kesehatan, sekaligus memperkuat peran posyandu sebagai pusat promosi kesehatan lansia berbasis komunitas (Negara et al., 2016).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berhasil mencapai tujuannya yaitu meningkatkan pengetahuan lansia mengenai pencegahan stroke di Posyandu Menur XXI. Edukasi yang disampaikan secara langsung dan interaktif berdampak positif terhadap pemahaman lansia, ditunjukkan oleh perbedaan hasil pre dan post-test yang signifikan. Pemeriksaan tekanan darah juga membantu mengidentifikasi peserta yang berisiko dan perlu pemantauan lebih lanjut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta dan Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M) yang telah memberikan fasilitasi pembiayaan untuk kegiatan pengabdian ini. Serta terimakasih ucapkan kepada segala pihak yang membantu dalam kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aktifah, N., Ersila, W., Prafitri, L. D., & Sabita, R. (2019). Meningkatkan kemandirian pasien pasca stroke melalui in-house training kader pendukung lansia pasca stroke. *Indonesian Journal of Community Services*, 1(1), 95–104.
- Amalia, N. P., & Rahman, M. I. (2022). Latihan Endurance Penderita Pasca Stroke Iskemik. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 23–28.
- Antika, M. (2024). Hubungan antara Spiritual Well Being, Dukungan Keluarga, dan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Pasien Stroke. *Altra: Jurnal Keperawatan Holistik (AJKH)*, 1(2), 71–80.
- Chang, K.-S., Tsai, W.-H., Tsai, C.-H., Yeh, H.-I., Chiu, P.-H., Chang, Y.-W., Chen, H.-Y., Tsai, J.-M., & Lee, S.-C. (2017). Effects of health education programs for the elders in community care centers—Evaluated by health promotion behaviors. *International Journal of Gerontology*, 11(2), 109–113.
- Chrisanto, E. Y., Ernita, C., Erlianti, F., Umsani, U., & Putri, E. L. (2022). Penyuluhan kesehatan tentang stroke. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 2(3), 131–134.
- Golinowska, S., Groot, W., Baji, P., & Pavlova, M. (2016). Health promotion targeting older people. *BMC Health Services Research*, 16(Suppl 5), 4–6. <https://doi.org/10.1186/s12913-016-1514-3>
- Khairunnisa, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Kebutuhan Aktivitas: Mobilisasi Pada Pasien Stroke NonHemoragik Di Ruang IV Rs. Tk. II Dr. Reksodiwiryo Padang I Tahun 2019*.
- Mukhadiono, D. W., & Subagyo, W. (2023). EDUKASI DENGAN MEDIA SHORT MOVIE UNTUK MENINGKATKAN SELF AWARENESS DETEKSI DINI STROKE DI DESA BANJARSARI KIDUL. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mandira Cendikia*, 2(7).
- Naibaho, J. P. (2022). Gambaran Perilaku Pola Makan Penderita Stroke pada Lansia Di Wilayah Puskesmas Pematang Panjang Kecamatan Air Putih Kabupaten Batu Bara Tahun 2021. *Jurnal Health Sains*, 3(4), 579–587.
- Negara, I. G. N. M. K., Gandamayu, I. B. M., & Kamaryati, N. P. (2016). Ipteks Bagi Masyarakat (IbM) Kelompok Kader Posyandu Lanjut Usia (Lansia) di Desa Pererenan. *Prosiding Semnas Hasil Pengabdian Masyarakat*.

- Ningrum, E. H., Rahmawati, I. N., Putra, K. R., Ahsan, A., Insyirah, A. A., & Afri, B. (2023). Peningkatan Pengetahuan Pasien Strok Melalui Penerapan Aplikasi Sahabat Pasien. *TRI DHARMA MANDIRI: Diseminasi Dan Hilirisasi Riset Kepada Masyarakat (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(1), 44–51.
- Paul, S., & Candelario-Jalil, E. (2021). Emerging neuroprotective strategies for the treatment of ischemic stroke: An overview of clinical and preclinical studies. *Experimental Neurology*, 335, 113518.
- Permatasari, N. (2020). Perbandingan stroke non hemoragik dengan gangguan motorik pasien memiliki faktor resiko diabetes melitus dan hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 298–304.
- Primantika, D. A., & Noorratri, E. D. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan upaya pencegahan stroke pada penderita hipertensi di puskesmas sibela. *Indonesian Journal of Public Health*, 1(3), 212–217.
- Rahayu, U. B., Wibowo, S., Setyopranoto, I., & Hibatullah Romli, M. (2020). Effectiveness of physiotherapy interventions in brain plasticity, balance and functional ability in stroke survivors: A randomized controlled trial. *NeuroRehabilitation*, 47(4), 463–470.
- Rahmawati, I., & Palupi, L. M. (2020). Deteksi dini gejala stroke sebagai bagian dari program bina keluarga lansia di Kabupaten Malang. *LINK*, 16(1), 54–58.
- Salsabilla, G. A. S., Khotimah, H., Shohifah, A., Salsabiila10, M., & Pramasasti11, D. A. S. U. (2024). PENYULUHAN UPAYA PENGENALAN GEJALA STROKE SEJAK DINI DI RUMAH SAKIT PERTAMINA BINTANG AMIN. *Jurnal Abdimas Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(1), 6.
- Sangam, S., Naveed, A., Athar, M., Prathyusha, P., Moulika, S., & Lakshmi, S. (2015). *International Journal of Health Sciences and Research*. 5(1), 156–164.
- Saputra, A. U., & Mardiono, S. (2022). Edukasi Kesehatan Tentang Perawatan Lansia Dengan Kejadian Stroke Di Rumah. *Indonesian Journal Of Community Service*, 2(2), 188–193.
- Vani, A. T., Dewi, N. P., Triansyah, I., Abdullah, D., & Amelia, R. (2022). Edukasi dan pelatihan deteksi dini stroke metode fast pada lansia di Puskesmas Andalas. *J Abdimas ADPI Sains Dan Teknol*, 3(2), 17–23.
- Wahyuni, D. E. (2013). Hubungan tingkat pendidikan dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di kelurahan jagalan di wilayah kerja puskesmas pucangsawit surakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia Vol*, 1(1), 113.