

BUKU

ALHUSANAH KLEANMATSARUNTAH KIRONTI

ALHUSANAH KLEANMATSARUNTAH KIRONTI

ALHUSANAH

ALHUSANAH KLEANMATSARUNTAH KIRONTI

Buku

Pencegahan Kegawatdaruratan Stroke

**Sumber Acuan Kader Desa Tanggap Pencegahan
Kegawatdaruratan Stroke (KADES TAHeS)**

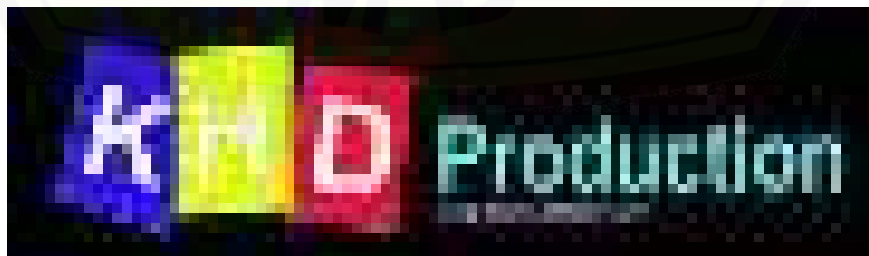
Dalam Upaya Mewujudkan Desa Siaga Bebas Stroke

Oleh:

Syaifuddin Kurnianto, S.Kep., Ners., M.Kep.

Arista Maisyaroh, S.Kep., Ners., M.Kep.

Eko Prasetya Widiyanto, S.Kep., Ners., M.Kep.



Buku

**Pencegahan Kegawatdaruratan Stroke
Sumber Acuan Kader Desa Tanggap Pencegahan
Kegawatdaruratan Stroke (KADES TAHeS)
Dalam Upaya Mewujudkan Desa Siaga Bebas Stroke**

Penulis:

Syaifuddin Kurnianto, S.Kep., Ners., M.Kep.

Arista Maisyaroh, S.Kep., Ners., M.Kep.

Eko Prasetya Widiyanto, S.Kep., Ners., M.Kep.

ISBN: 978-623-8063-41-3

Editor:

Kholid Rosyidi MN

Desain Cover:

Essa Novita Sari

Penerbit:

KHD Production

CV. KHD Production

Jl Dusun Kalianyar Selatan RT 19 RW04 Kec. Tamanan Kab.

Bondowoso Tlp 082282813311

Website: <http://www.khdproduction.com/>

Anggota IKAPI No: 235/JTI/2019

Cetakan Pertama, Agustus 2023

Dilarang memperbanyak, memperbanyak sebagian atau seluruh isi dari buku ini dalam bentuk apapun, tanpa izin tertulis dari penerbit.

PRAKATA

Puji syukur kehadirat ALLAH SWT. atas segala rahmat dan karunia yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan Buku Pencegahan Kegawatdaruratan Stroke Sumber Acuan Kader Desa Tanggap Pencegahan Kegawatdaruratan Stroke (KADES TAHes) Dalam Upaya Mewujudkan Desa Siaga Bebas Stroke

Penyusunan buku ini tidak dapat lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. LP2M Universitas Jember;
2. Kepala Desa Penanggal Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang;
3. Kepala Puskesmas Penanggal Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang;
4. Kader Dusun Sumpersari Timur Desa Penanggal Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang;
5. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

Semoga Buku ini bermanfaat bagi pembaca sekalian.

Lumajang, Mei 2023

DAFTAR ISI

PRAKATA	iii
DAFTAR ISI.....	v
PENDAHULUAN	1
MATERI 1 PENGERTIAN STROKE	6
MATERI 2 PENYEBAB STROKE	7
MATERI 3 FAKTOR RISIKO TERJADINYA STROKE.....	9
MATERI 4 KEGAWATDARURATAN STROKE	10
MATERI 5 PENCEGAHAN STROKE	12
MATERI 6 DETEKSI DINI KEGAWATDARURATAN STROKE.....	15
MATERI 7 PENANGANAN STROKE.....	18
MATERI 8 PEMERIKSAAN TANDA-TANDA VITAL STROKE.....	20
MATERI 9 SENAM SEHAT ANTI STROKE	22
MATERI 10 DIIT SEHAT ANTI STROKE.....	24
MATERI 11 PERAN KADER DALAM PENCEGAHAN STROKE	28
DAFTAR PUSTAKA	30
DAFTAR INDEKS	35
GLOSARIUM.....	36
DAFTAR SINGKATAN	37

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Desa Penanggal Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang memiliki jumlah penduduk sejumlah 7.756 jiwa yang berasal dari kurang lebih 2.186 keluarga yang berdomisili disana. Letak geografis Desa Penanggal yang berada di lereng gunung Semeru menjadikan bertani dan berkebun sebagai mata pencaharian mayoritas penduduk desa. Kondisi tersebut menjadikan desa yang berjarak \pm 37 km dari pusat Kota Lumajang sebagai salah satu lumbung pangan Kabupaten Lumajang. Melimpahnya produk agrikultur di Desa Penanggal ternyata tidak diikuti dengan terpeliharanya kualitas kesehatan masyarakat desa.

Data profil kesehatan Kabupaten Lumajang 2019 menyebutkan bahwa selama tahun 2015-2019 tercatat sejumlah 6.340 orang warga Desa Penanggal yang berusia lebih dari 15 tahun mengalami hipertensi dan hanya sejumlah 1.099 orang (17,3%) yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Data studi pendahuluan yang dilakukan tim menunjukkan bahwa 27 dari 30 (90%) warga Penanggal pada usia remaja, dewasa, dan lansia merupakan perokok aktif yang mampu menghabiskan dua hingga lima bungkus rokok dalam sehari, serta gemar mengonsumsi minuman kopi lebih dari dua gelas per harinya.

Hipertensi atau yang kita kenal dengan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada diatas normal. Hipertensi dianggap sebagai faktor resiko utama stroke karena peningkatan tekanan darah perifer sehingga menyebabkan sistem hemodinamik yang buruk dan terjadilah penebalan pembuluh darah serta hipertrofi dari otot jantung. Hal ini dapat memburuk dengan kebiasaan merokok yang dapat menimbulkan plak aterosklerosis. Hipertensi dengan plak aterosklerosis akan memicu terjadinya stroke. Sedangkan konsumsi kopi lebih dari dua gelas per hari dapat meningkatkan resiko stroke sebesar 0,89%. Kafein yang terkandung dalam minuman kopi dapat menyebabkan vasokonstriksi dan peningkatan resistensi pembuluh darah tepi. Vasokonstriksi dan retensi pada pembuluh darah akan menyebabkan sulitnya darah untuk mengalir yang lama-kelamaan akan mengakibatkan sumbatan. Jika sumbatan tersebut terletak di otak maka akan menyebabkan stroke.

Tingginya angka kejadian hipertensi yang tidak tertangani di desa Penanggal, serta perilaku merokok dan konsumsi kopi berlebih menyebabkan warga desa Penanggal memiliki risiko tinggi untuk mengalami stroke. Stroke yang tidak segera ditangani juga akan menyebabkan kematian bahkan kelumpuhan kepada korban. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang apa itu stroke membuat masyarakat tidak mewaspadaai dan mencegah terjadinya stroke. Oleh karena itu,

perlu adanya sosialisasi dan pelatihan kepada masyarakat tentang stroke.

Pelatihan stroke di masyarakat desa Penanggal Kabupaten Lumajang dikemas dalam wadah pelatihan Kader Desa Tanggap Pencegahan Kegawatdaruratan Stroke (KADES TAHeS) untuk mewujudkan pemberdayaan desa Penanggal menjadi desa siaga sehat bebas stroke. Modul disusun sebagai media berbagi ilmu dalam pelatihan serta panduan bagi KADES TAHeS dalam mengimplementasikan program Edukasi Stroke, Skrining Dini Serangan Stroke dan Advokasi Layanan Kesehatan (EDUCARE) saat ditemukan masyarakat dengan risiko tinggi stroke.

B. Tujuan

Setelah mempelajari modul pelatihan KADES TAHeS diharapkan saudara mampu:

- 1) Memahami pengertian stroke
- 2) Memahami penyebab stroke
- 3) Memahami factor risiko terjadinya stroke
- 4) Memahami kegawatdaruratan stroke
- 5) Memahami pencegahan stroke
- 6) Melakukan deteksi dini kegawatdaruratan stroke
- 7) Memahami penanganan stroke
- 8) Melakukan pemeriksaan tanda-tanda vital stroke
- 9) Memahami senam sehat anti stroke

- 10) Memahami diit sehat anti stroke
- 11) Memahami peran kader dalam pencegahan stroke

C. Uraian Pokok Bahasan/Materi

Sesuai dengan tujuan di atas, maka pembahasan modul ini akan dibagi menjadi 11 materi meliputi:

- | | | |
|-----------|---|--------------------------------------|
| Materi 1 | : | Pengertian Stroke |
| Materi 2 | : | Penyebab Stroke |
| Materi 3 | : | Faktor Risiko Terjadinya Stroke |
| Materi 4 | : | Kegawatdaruratan Stroke |
| Materi 5 | : | Pencegahan Stroke |
| Materi 6 | : | Deteksi Dini Kegawatdaruratan Stroke |
| Materi 7 | : | Penanganan Stroke |
| Materi 8 | : | Pemeriksaan Tanda-Tanda Vital Stroke |
| Materi 9 | : | Senam Sehat Anti Stroke |
| Materi 10 | : | Diit Sehat Anti Stroke |
| Materi 11 | : | Peran Kader Dalam Pencegahan Stroke |

D. Media

Media yang digunakan dalam menyampaikan isi materi dalam modul pelatihan KADES TAHeS meliputi laptop, LCD, *microsoft power point*, *x-banner*, set alat peraga pemeriksaan tanda-tanda vital, alat tulis.

E. Metode

Metode yang digunakan dalam pelatihan ini meliputi ceramah, tanya jawab, diskusi, demonstrasi dan redemonstrasi. Setiap tatap muka penyampaian materi dilaksanakan selama 100 menit.

F. Evaluasi

Penilaian keberhasilan peserta pelatihan KADES TAHeS dalam menempuh pelatihan ini dilakukan dengan cara:

- 1) Ujian tulis
- 2) Ujian praktik

Peserta dinyatakan lulus atau memiliki kualifikasi sebagai KADES TAHeS bila mendapatkan nilai minimal 70.

MATERI 1

PENGERTIAN STROKE

Stroke adalah penyakit pembuluh darah otak (Kemenkes RI, 2018). Organisasi kesehatan dunia atau WHO (2016) menjelaskan lebih rinci bahwa stroke adalah suatu keadaan dimana ditemukan tanda-tanda klinis yang berkembang cepat berupa penurunan fungsi sistem saraf fokal (gangguan fungsi bagian tubuh tertentu seperti wajah yang asimetris, artikulasi bicara menjadi cadel/ pelo, atau lengan dan tungkai menjadi lemah) dan global, yang dapat memberat dan berlangsung lama selama 24 jam atau lebih dan atau dapat menyebabkan kematian, tanpa adanya penyebab lain yang jelas selain pembuluh darah. *American Heart Association* atau AHA menjelaskan bahwa stroke didefinisikan sebagai penurunan atau hilangnya fungsi normal sistem persarafan manusia yang disebabkan oleh penurunan suplai darah ke jaringan otak sehingga muncul komplikasi medis dan psikiatrik (Sterr dan Ebajemito, 2019).

Diskusi:

Menurut anda apa yang dimaksud dengan stroke ?

.....
.....

Penting untuk diingat!



MATERI 2

PENYEBAB STROKE

Stroke terjadi disebabkan oleh dua hal yaitu iskemik (penyumbatan) dan hemoragik (perdarahan). Stroke yang disebabkan oleh sumbatan disebut dengan stroke iskemik dan yang disebabkan oleh perdarahan disebut stroke hemoragik. Penjelasan lebih mengenai penyebab stroke akan diuraikan pada penjelasan berikut.

A. Stroke Iskemik

Stroke yang disebabkan oleh suatu gangguan peredaran darah otak berupa obstruksi atau sumbatan yang menyebabkan hipoksia pada otak dan tidak terjadi perdarahan (Kemenkes RI, 2022). Penyebab iskemik diantaranya:

1) Thrombosis

Thrombosis merupakan bekuan darah atau plak yang terbentuk di dalam pembuluh arteri yang mensuplai darah ke otak. Arteriosklerosis (penyakit pada pembuluh darah arteri yang ditandai oleh penyempitan pembuluh darah akibat penumpukan kolesterol atau timbunan lemak) serebral adalah penyebab utama thrombosis yang merupakan penyebab utama dari stroke (Kemenkes RI, 2019).

MATERI 5

PENCEGAHAN STROKE

Stroke dapat dicegah dengan pengendalian perilaku yang berisiko seperti penggunaan tembakau, diet yang tidak sehat dan obesitas, kurang aktivitas fisik serta penggunaan alkohol. Pencegahan stroke bertujuan untuk mengendalikan angka kematian akibat stroke dan kejadian stroke, memperkecil kemungkinan disabilitas akibat stroke serta mencegah terjadinya stroke berulang. Menurut data Riskesdas, faktor risiko perilaku utama yang menjadi tantangan dalam upaya pengendalian Penyakit Tidak Menular di Indonesia adalah:

- 1) Sekitar 93,5% penduduk berusia >10 tahun kurang konsumsi buah dan sayur.
- 2) Sekitar 36,3% penduduk berusia >15 tahun merokok, perempuan berusia > 10 tahun yang merokok sekitar 1,9%.
- 3) Sekitar 26,1% penduduk kurang melakukan aktivitas fisik.
- 4) Sekitar 4,6% penduduk berusia >10 tahun minum minuman beralkohol.

Faktor perilaku tersebut di atas, merupakan penyebab terjadinya faktor risiko fisiologis atau faktor risiko seperti hipertensi, diabetes melitus, dislipidemia, obesitas, dan lain-lain yang dapat menyebabkan terjadinya stroke. Untuk mencegah terkena penyakit tidak menular seperti stroke maka

MATERI 8

PEMERIKSAAN TANDA-TANDA VITAL

STROKE

Tanda-tanda vital adalah informasi penting mengenai kondisi fisik seseorang yang dapat memberikan petunjuk tentang kesehatannya. Interpretasi nilai normal hasil pengukuran tanda-tanda vital menurut Kementerian Kesehatan RI dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Interpretasi nilai normal pengukuran tanda-tanda vital

Tanda-Tanda Vital	Nilai Normal
Tekanan darah	a. Anak Usia 1-13 tahun sistolik dan diastolik < persentil 90 b. Anak usia \geq 13 tahun c. <120/80 mmHg
Nadi	60 – 100 kali/menit
SpO ₂	95-100%

(Sumber : Kemenkes RI, 2021; Kemenkes RI, 2022a; (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022b).

Pemeriksaan tanda-tanda vital, terutama tekanan darah, memiliki peran penting dalam pengelolaan pasien stroke. Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah faktor risiko utama yang menyebabkan stroke, dan memantau tekanan darah secara teratur membantu mengidentifikasi potensi risiko lebih lanjut. Selain itu, tekanan darah yang tinggi setelah stroke dapat menyebabkan komplikasi tambahan dan memperburuk kondisi pasien.

