

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 4 No. 1	Edition: Desember 2023 – Maret 2024
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 22 Desember 2023	Revised: 29 Desember 2023	Accepted: 30 Desember 2023

Pemberdayaan Kader Dan Keluarga Untuk Mencegah Kejadian Jatuh Pada Lansia Pasca Stroke

Aan Nurhasanah¹, Eska Riyainiti², Tien Hartini³

^{1,2,3} Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta III

e-mail: annur1408@yahoo.co.id, riyantieska@gmail.com tienhartini08@yahoo.com

ABSTRACT

Stroke is a disease caused by interruption of blood flow to the brain or blood flow to the brain stops. The impact of a stroke can cause disability and will affect daily activities. One of the physical problems caused by elderly stroke patients is falling. There is a risk of falling because sufferers experience disability, loss of sensation, decreased ability to coordinate the body, decreased muscle function which results in a decrease in the ability to support, hold and balance body mass, and difficulty in directing, measuring the speed of the ability of muscles to maintain body balance. Family support is something that needs to be considered in the management of stroke patients because it plays a very important role in patient adherence to undergoing rehabilitation to prevent re-stroke. The purpose of this community service activity is to empower families and cadres in an effort to prevent falls in the elderly after a stroke so as to reduce the number of falls. in the elderly in carrying out their daily activities. Strategy Activities are carried out by means of training using PPT, and videos for 2 days followed by mentoring for 4 weeks involving 6 cadres, 24 families with post-stroke elderly, so a total of 30 people. Results There is an increase in family knowledge and attitudes and skills in preventing post-stroke falls in the elderly

Keywords: *Empowerment of cadres and families, stroke, fall risk*

ABSTRAK

Stroke merupakan penyakit yang diakibatkan oleh gangguan aliran darah ke otak atau aliran darah ke otak terhenti. Dampak stroke dapat menimbulkan kecacatan dan akan mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Salah satu masalah fisik diakibatkan pasien stroke usia lanjut adalah jatuh. Terjadinya risiko jatuh karena penderita mengalami *disability*, hilangnya sensasi, menurunnya kemampuan koordinasi tubuh, penurunan fungsi otot yang mengakibatkan penurunan kemampuan menyangga, menahan, dan menyeimbangkan massa tubuh, dan kesulitan untuk mengarahkan, mengukur kecepatan kemampuan otot untuk mempertahankan keseimbangan tubuh. Dukungan keluarga adalah hal yang perlu diperhatikan dalam penanganan pasien stroke karena sangat berperan dalam kepatuhan pasien menjalani rehabilitasi untuk mencegah terjadinya stroke ulang. kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Memberdayakan keluarga dan kader dalam upaya melakukan pencegahan jatuh pada lansia pasca stroke sehingga dapat mengurangi angka kejadian jatuh pada lansia dalam melakukan aktifitas sehari-harinya. Strategi Kegiatan dilakukan dengan cara Pelatihan menggunakan PPT, dan video selama 2 hari, pelatihan ROM selama 2 (dua) hari dilanjutkan dengan pendampingan selama 4 Minggu yang melibatkan kader sebanyak 6 orang,) hari dengan lansia yang pasca stroke 24 orang jadi total 30 orang keluarga. Hasil Adanya peningkatan pengetahuan dan sikap serta keterampilan keluarga dalam melakukan pencegahan jatuh pasca stroke pada lansia

Keywords: Pemberdayaan kader dan keluarga, Stroke, risiko jatuh.

PENDAHULUAN

Pertumbuhan populasi dan perubahan gaya hidup menyebabkan transisi epidemiologi dari penyakit menular (PM) menjadi penyakit yang tidak menular (PTM). Saat ini tren penyakit tidak menular menjadi meningkat dan merupakan penyebab utama kematian di dunia dan diperkirakan akan terus meningkat, terutama pada negara menengah dan miskin. Sekitar 70% dari populasi meninggal karena penyakit tidak menular, seperti kanker, penyakit jantung, stroke, dan diabetes mellitus. (Kemenkes RI, 2012). Stroke termasuk yang dapat menimbulkan gangguan fungsi otak yang berhubungan dengan penyakit pembuluh darah yang mensuplai darah ke otak. Stroke dapat terjadi pada semua kelompok umur, tetapi tiga perempat dari kejadian stroke terjadi pada orang yang sudah berumur 65 tahun atau lebih (lansia) dan berakibat pada timbulnya disabilitas atau kecacatan. Pasien pasca stroke mengalami gangguan fisik yang bervariasi, tergantung bagian otak yang terkena. Pasien stroke kemungkinan akan mengalami kelumpuhan separo badan, sulit untuk berbicara dengan orang lain (*aphasia*), mulut mencong (*facial drop*), lengan dan kaki yang lemah, gangguan koordinasi tubuh, perubahan mental, gangguan emosional, gangguan komunikasi, serta kehilangan indera rasa (Junaidi, 2011). Kecacatan fisik yang diakibatkan oleh stroke akan mempengaruhi kondisi emosional pasien. Pasien seringkali merasa tidak percaya diri, tidak berguna, tidak dapat menerima kenyataan, mudah tersinggung, mudah bersedih, dan cepat marah. Sehingga, hal ini akan berdampak pada kesehatan mental pasien.

Pasien stroke tidak dapat sepenuhnya mandiri disebabkan adanya gejala sisa yang menyertai setelah perawatan akut. Upaya untuk membantu lansia dalam beradaptasi dengan penyakit yang diderita, masalah yang dihadapi, dan memahami proses yang berhubungan dengan proses penuaan sehingga dapat berfungsi mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari serta hidup lebih sehat dibutuhkan peran serta keluarga sebagai orang terdekat untuk menjadi pendamping lansia. Keluarga sangat berperan dalam fase pemulihan, sehingga sejak awal perawatan keluarga diharapkan terlibat dalam penanganan penderita. Karena banyak risiko yang akan terjadi salah satunya jatuh. Sesuai dengan hasil penelitian Alvin Rauwelio tahun 2018 menunjukkan kasus jatuh pada lansia umumnya punya riwayat penyakit yang secara umum sama, yaitu diabetes, anemia dan hipertensi, penyakit paru obstruktif kronik, gagal ginjal kronik, dan stroke. Hal ini diperkuat juga dengan hasil penelitian S Kholifah, pada tahun 2021, tentang *Hubungan Kemandirian Dengan Resiko Jatuh Pasca Stroke Pada Lansia Di Desa Durensewu*, menunjukkan ada hubungan kemandirian dengan resiko jatuh pasca stroke pada lansia. Dilihat dari dampak jatuh, pencegahan terjadinya jatuh pada lansia merupakan langkah yang perlu dilakukan karena bila sudah terjadi jatuh, pasti akan menyebabkan komplikasi, meskipun ringan tetap memberatkan kondisi lansia (Darmojo & Martono 2011).

Keluarga sebagai bagian dari lingkungan yang paling dekat mempunyai kewajiban untuk melakukan tindakan/pencegahan jatuh pada lansia. Oleh karena itu sebagai upaya untuk meningkatkan kesejahteraan sosial, ekonomi, kesehatan dan kemampuan lanjut usia, maka perlu ada upaya yang dilakukan berkesinambungan agar tercapai kualitas hidup yang optimal pada lanjut usia. Yang mengalami stroke. Pendekatan program pelayanan difokuskan pada program terpadu (Integrated program) melalui pemberdayaan dan peran serta aktif keluarga dan masyarakat dengan memprioritaskan upaya promosi (pemeliharaan) dan preventif (pencegahan) kesehatan lansia (Depkes RI, 2012). Pemberdayaan peran keluarga dan kader kesehatan serta masyarakat dapat diupayakan untuk mengoptimalkan upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif bagi permasalahan lansia karena keluarga sebagai bagian dari lingkungan yang paling dekat mempunyai kewajiban untuk melakukan tindakan/pencegahan jatuh akibat penyakit stroke pada lansia.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mempunyai tujuan Dapat mengurangi angka kejadian jatuh pasca stroke pada lansia dalam melakukan aktifitas sehari-harinya, Memberdayakan keluarga dan kader dalam upaya melakukan pencegahan jatuh pada lansia pasca stroke serta terlaksananya upaya pengelolaan pencegahan jatuh pada lansia pasca stroke



Adapun pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan cara *one group pre post design* yaitu suatu desain dalam kegiatan penelitian yang diterapkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat, yaitu pada saat awal kegiatan dilakukan *pre test* yang dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 15 Juni 2023 . bertempat di RPTARA Kelurahan Jatinegara. Kegiatan Pre test dilakukan sebelum diberikan edukasi atau pendidikan kesehatan berupa ceramah menggunakan PPT dan LCD serta penayangan video tentang stroke yang dilakukan selama 2 hari yaitu pada hari Jumat, tanggal 16 Juni 2023. Peserta diberi *handout* modul Pencegahan jatuh lalu dilakukan post test setelah diberikan perlakuan berupa edukasi atau pendidikan kesehatan.



Gambar 3 Melatih kader kegiatan ROM

Kegiatan dilanjutkan dengan melakukan pelatihan keterampilan ROM kepada kader kesehatan selama 2 hari dengan strategi peserta (kader) dilatih ROM oleh pelatih yang berasal dari mahasiswa jurusan keperawatan dan mahasiswa jurusan fisioterapi.



Gb 4. Pendampingan keluarga dengan lansia stroke oleh kader kesehatan

Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan melakukan pendampingan pada keluarga dengan lansia risiko jatuh karena stroke selama 4 kali pertemuan dalam 1 (satu) bulan yang dilakukan pada bulan Agustus 2023, Strategi kegiatan pendampingan dengan cara 2 (dua) hari didampingi pelatih dan selanjutnya dilatih kader secara mandiri. Evaluasi kegiatan edukasi Kesehatan dilakukan dengan evaluasi kognitif melalui penyebaran kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi kesehatan .Kuesioner pengetahuan memiliki interpretasi yang dibagi menjadi kategori secara ordinal yakni baik jika 75%-100%, cukup 56-75% dan kurang $\leq 55\%$ (Arikunto,2013). Kemudian observasi demonstrasi tindakan ROM serta pelaksanaan kegiatan pendampingan oleh kader pada keluarga dengan lansia stroke

HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Program Kemitraan yang dilakukan oleh tim dosen departemen komunitas jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta 3 diawali dengan keberhasilan proses penyusunan proposal kemudian dilanjutkan dengan keberhasilan mendapat izin untuk pelaksanaan kegiatan pengabmas maka dilakukan menghubungi tempat yang akan dipergunakan yaitu Puskesmas kelurahan Jatinegara dan pada hari Selasa .30 Mei 2023 direspon oleh dr Farida Sulistiawati sebagai kepala Puskesmas dan diperkenalkan dengan Tika Susanti sebagai Pj Program Lansia sebagai PJ lapangan. Berdasarkan informasi yang diterima maka dilakukan pertemuan dengan bu Tika Susanti untuk mendapatkan informasi data keluarga dengan lansia yang menderita risiko jatuh dengan stroke dan dibantu oleh kader sebanyak 6 orang . Pada hari Kamis , 15 Juni 2023 , jam 13,00 sebagai hari pertama kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan beberapa kegiatan seperti perkenalan tim pelaksana pengabmas, dilanjutkan dengan pemberian informasi rencana kegiatan dan strategi yang akan dilakukan serta aturan-aturan yang harus ditaati dan tata cara absensi sebagai bukti kehadiran dalam kegiatan yang dilakukan dilanjutkan dengan kegiatan pre test. tujuannya adalah mengukur pengetahuan peserta tentang pemberdayaan keluarga dan pendampingan keluarga dengan lansia stroke. Dilanjutkan dengan pemberian materi tentang risiko jatuh pada pasien stroke Pada hari Jumat, 16 Juni 2023 Jam 14.00 hari kedua pelatihan diisi dengan pemberian materi dengan judul Pencegahan Stroke Berulang melalui PPT dan video. Setelah selesai kegiatan pemberian penyuluhan dilakukan Tanya jawab untuk mengukur ketersediaan materi oleh

peserta. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian penjelasan kegiatan Pendampingan keluarga yang dimulai dengan kegiatan pelatihan ROM selama 2 (dua) hari yaitu pada hari Senin dan Selasa, tanggal 3 dan 4 Juli 2023 bertempat di RPATRA Kegiatan dihadiri oleh 3 orang dosen 4 orang mahasiswa dan 6 kader.

Pada hari ke 2 di acara latihan ROM yaitu hari Selasa 4 Juli 2023 dijelaskan kembali informasi tentang kegiatan pendampingan keluarga dengan lansia stroke, seperti tugas yang harus dilakukan oleh kader pada keluarga dengan lansia yaitu melakukan pendampingan pada keluarga dengan lansia yang menderita stroke dilakukan selama 4 Minggu. (Satu minggu 1x)..
Persiapan pendampingan dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. kader ketua mengumpulkan data keluarga yang mempunyai lansia stroke ,
- b. setelah data yang diperlukan terkumpul kemudian diinformasikan kepada kader untuk bertanggung jawab melakukan kegiatan pendampingan pada keluarga dengan lansia stroke menggunakan buku pendampingan yang telah diberikan.
- c. Kader melakukan kontrak pada keluarga dengan lansia stroke yang menjadi tanggung jawabnya untuk membuat kesepakatan tentang pelaksanaan pendampingan yang akan dilakukan selama 3 x dalm 3 Minggu.
- d. Kader menyiapkan buku catatan dan alat tulis untuk mencatat masalah atau hambatan yang terjadi atau yang ditemukan dalam melakukan kegiatan pendampingan.

Pada hari berikutnya dengan didampingi pelatih, kader melakukan pelatihan pada keluarga dengan stroke dirumah keluarga masing-masing yang menjadi tanggung jawabnya. Kegiatan ini dilakukan selama 4 kali dalam 4 minggu , Kader pada dasarnya sudah melakukan kegiatan-kegiatan yang sudah dijadwalkan

Pada bulan Juli Minggu ke 1, yaitu tanggal 03 Juli 2023 dimulai kegiatan pendampingan kader pada keluarga dengan lansia stroke dalam melakukan ROM pada lansia stroke

Bentuk kegiatan pendampingan yang dilakukan adalah berupa:

- a. Kader mengunjungi rumah keluarga dengan lansia stroke untuk membuat kontrak waktu, tempat dan orang
- b. Kader mencari informasi ,apa yang telah dilakukan keluarga dalam membantu lansia stroke
- c. Kader mengecek buku kerja keluarga yang telah diisi
- d. Kader mencatat masalah atau hambatan yang ditemukan
- e. Kader melaporkan masalah atau hambatan yang ditemui pada perawat untuk ditindak lanjuti
- f. Kader melakukan evaluasi kegiatan yang telah dilakukan meliputi
 - 1). Melakukan penilaian terhadap kemampuan keluarga dalam merawat lansia dengan stroke
 - 2). Kader mengobservasi melalui komunikasi kegiatan yang telah dilatih
 - 3). Kader melakukan pengecekan keluarga dalam melakukan pencatan

Semua kegiatan ini dilaporkan dalam buku pelaporan

Kegiatan terakhir adalah mengevaluasi yang bertujuan untuk menentukan tingkat keberhasilan dari suatu kegiatan yang telah dilaksanakan.

Adapun strategi yang dilakukan adalah berupa post test. Hasil pengolahan pos tes didapatkan ada kenaikan yang bermakna dari kegiatan edukasi kesehatan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Kegiatan pelatihan ROM yang hanya dilakukan 2 hari dirasakan masih belum menunjukkan tingkat trampil, hal ini karena keterpaparan yang terlalu singkat waktu menyebabkan penguasaan keterampilan belum memuaskan

dan ini berdampak pada saat melakukan pendampingan pada keluarga dengan lansia stroke

Simpulan dan Saran

Simpulan

Intervensi Pendidikan kesehatan tentang pencegahan risiko jatuh dan pendampingan keluarga dengan lansia stroke telah teruji efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan jatuh pada lansia, sehingga dapat digunakan sebagai salah satu intervensi promosi kesehatan pada lansia di keluarga.

Saran

Perlu dilakukan skrining untuk mendeteksi secara dini risiko jatuh pada lansia dengan stroke mengingat angka kejadian jatuh yang masih tinggi.

Skrining kesehatan ini dapat menjadi salah satu alat yang diintegrasikan dalam pengkajian kesehatan lansia. Dengan demikian akan lebih mudah dan cepat dalam mengantisipasi risiko jatuh. Intervensi berupa Pendidikan kesehatan dengan latihan ROM perlu dilakukan secara rutin kepada keluarga dan lansia dengan. Keluarga perlu dilibatkan sebagai system pendukung untuk memotivasi lansia dalam melakukan tindakan pencegahan jatuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin R (2018) *Prevalensi Kejadian Jatuh Pada Lansia di RSUP sangha . Tahun 2018*. Medika Udayana.
- Darmojo, B. (2011). *Buku ajar geriatrik: Ilmu kesehatan usia lanjut*, edisi 4 cet. 3. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Fabienne,et.al. (2015). *Effectiveness of two year balance training programme on prevention of fall induced injuries in at risk women aged 75-85 living in community: Ossébo randomised controlled trial. BMJ 2015;351:h3830 | doi:10.113 6/bmj.h3830*
- French, D. P., Olander, E. K., Chisholm, A., Mc Sharry, J. (2014). *Which behaviour change techniques are most effective at increasing older adults' self-efficacy and physical activity behaviour? A systematic review. Annals of Behavioral Medicine, 48, 225-234. doi:10.1007/s12160-014-9593-z*
- Junaidi. (2011). *Stroke Waspada! Ancamannya*. Yogyakarta : Andi
- Johnson, S.T., Martin,C; Anens, E., Johansson, A.C., & Hellström, K. (2018). *Older Adults' Opinions on Fall Prevention in Relation to Physical Activity Level. Journal of Applied Gerontology 2018, Vol. 37(1) 58–78*
- Kaminska, M.S., Jacek, B.,& Beata, K. (2015). *Fall risk factors in communitydwelling elderly depending on their physical function, cognitive status andsymptoms of depression. International Jurnal of Environmental Research and Public Health, 1660-4601.*
- Kawiyana, I.K.S.,(2009), *Osteoporosis-Patogenesis, Diagnosis, dan Penanganan Terkini*. I Peny Dalam.10;2: 157-69.
- Kementerian Kesehatan RI. 2012. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak Ditingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kholifah, Siti (2021). *Hubungan Kemandirian Dengan Resiko Jatuh Pasca Stroke Pada Lansia Di Desa Durensewu, Kecamatan Pandaan, Kabupaten Pasuruan* Thesis

Mauk.K.L (2010). *Gerontological Nursing Competencies for Care*. (2nd.ed). Subbury
Jacos and Barlett Publisher

Mauk, K. L. (2014). *Gerontological nursing: Competencies for care*, Edisi 3.USA:
Library of Congress Cataloging.

Miller, Carol A. (2012). *Nursing for wellness in older adults* (6th ed.). Philadelphia:
Lippincott Williams & Wilkins

Mubarack, dkk. (2010). *Ilmu Keperawatan Komunitas: Konsep dan Aplikasi*. Jakarta:
Salemba Medika

Muhith, Abdul. Siyoto.Sindu. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta.
CV Andi Offset

Nelson, ME., Rejeski, WJ., Blair, SN., Duncan., PW. Judge, JO., King, AC.,
Macera, CA., dan Sceppa, CC. (2007). *Physical Activity and Public
Health in Older Adults Recommendation From the American College
of Sports Medicine and the American Heart Association. Circulation*.
DOI: 10.1161.

Notoatmojo (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Notoatmojo (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Notoatmojo (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka
Cipta

Notoatmojo _____(2018)*Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*.Jakarta: Rineka
Cipta

Stanley, M., & Beare, P. G. (2006). *Buku ajar keperawatan gerontik* (Nety Juniarti
& Sari Kurnianingsih, Penerjemah). Jakarta: EGC

Yokoya, T., Demura, S., dan Sato, S. 2007. Relationship between Physical
Activity, ADL Capability and Fall Risk in Community-Dwelling Japanese Eldery
Population. *Environmental Health and Preventive Medicine*. 12, 25-32.