



## **LAYANAN FISIOTERAPI BERBASIS MASYARAKAT TERHADAP PENYANDANG PASCA STROKE**

**Fadiya Yasmin Robbani<sup>1</sup>, Irsyad Hanafi<sup>2</sup>, M. Rizky Anugrah<sup>3</sup>, Nabila Vinca Ansari<sup>4</sup>,  
Salsabila Putri Wijaya<sup>5</sup>, Mohammad Ali<sup>6</sup>, Abdurahman Berbudi<sup>7</sup>.**

1,2,3,4,5,6,7Program Studi Sarjana Terapan Fisioterapi, Jurusan Fisioterapi,  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta III  
Email: [dedek\\_ali@yahoo.com](mailto:dedek_ali@yahoo.com)

### **ABSTRACT**

Stroke, according to the World Health Organization (WHO), is characterized by the sudden development of focal or global neurological deficits that worsen and last for 24 hours or more. It is a leading cause of death and disability worldwide. The World Stroke Organization reports approximately 13.7 million new stroke cases annually, resulting in around 5.5 million deaths. Hypertension, a major risk factor, has shown an increasing prevalence in Indonesia, with 34.1% in 2018 compared to 25.8% in 2013, according to the Basic Health Research (Riskesdas 2018). Concurrently, stroke cases rose from 12.1% in 2020 to 14.9% in 2021. Physiotherapy plays a crucial role in rehabilitating stroke patients' physical capacity and functional abilities. Therefore, as Physiotherapy Students from Poltekkes Kemenkes Jakarta III, we initiated a community-based activity to enhance public awareness and knowledge about stroke, its risk factors, signs and symptoms, prevention, and family education. Our chosen community site, KPKM Reni Jaya Clinic in Pamulang, was selected due to the low level of stroke-related knowledge among the local population. From February 17 to March 12, 2023, our activities included stroke counseling, risk factor assessments, general health checks (such as blood pressure, cholesterol, and blood sugar measurements), exercise sessions, and physiotherapy interventions for stroke patients. The results of our community efforts revealed an improvement in knowledge among respondents, particularly regarding risk factors, with correct responses increasing from 31.0% in the pre-test to 72.4%. These findings highlight the positive impact of our counseling sessions on the community, empowering individuals to take preventive measures against stroke and its associated risks. By increasing knowledge and awareness, we aim to reduce the incidence of stroke and improve the overall health outcomes of the community.

**Keywords:** Physiotherapy, Stroke, Age community between 30 and 50 years old

### **ABSTRAK**

Menurut *World Health Organization* (WHO), Stroke adalah suatu keadaan dimana ditemukan tanda klinis yang berkembang cepat berupa defisit neurologik focal dan global yang dapat memberat dan berlangsung lama selama 24 jam atau lebih dan dapat menyebabkan kematian, tanpa adanya penyebab lain yang jelas selain vaskuler. Stroke merupakan penyakit kematian kedua dan penyebab disabilitas ketiga di dunia. Menurut Data *World Stroke Organization* bahwa setiap tahunnya ada 13,7 kasus baru stroke dan sekitar 5,5 juta kematian akibat penyakit stroke. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Sementara itu, kasus stroke meningkat 12,1% pada tahun 2020 menjadi 14,9% pada tahun 2021. Dalam kasus ini, fisioterapi mempunyai peran dalam proses penyembuhan kapasitas fisik dan kemampuan fungsional. Dengan adanya kegiatan

komunitas ini, kami sebagai Mahasiswa Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Jakarta III berharap dapat menambah pengetahuan masyarakat terkait dengan apa itu stroke, faktor risiko dari stroke, tanda dan gejala stroke, cara mencegah stroke, serta edukasi untuk keluarga. Adapun daerah yang kami jadikan sebagai lahan untuk komunitas ini, yaitu Klinik KPKM Reni Jaya, Pamulang dengan dasar karena di lahan tersebut kesadaran masyarakat akan pengetahuan terkait dengan stroke masih cukup rendah atau masih membutuhkan pengetahuan yang lebih. Kegiatan berbasis masyarakat ini, dilaksanakan pada tanggal 17 Februari 2023. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan terkait stroke, pengisian form faktor risiko, pemeriksaan kesehatan umum seperti pemeriksaan tekanan darah, kolesterol, dan gula darah. Hasil dari kegiatan ini terdapat peningkatan pengetahuan pada responden khususnya di komponen faktor risiko dimana pada pre-test sebesar 31,0% menjadi 72,4% yang menjawab benar. Ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang telah kami berikan membantu masyarakat dalam peningkatan pengetahuan mengenai stroke sehingga diharapkan masyarakat terutama responden dapat mencegah diri dari serangan stroke dan risiko terkena stroke.

**Kata Kunci:** Fisioterapi, Stroke, Masyarakat usia rentang 30 – 50 tahun

## **Pendahuluan**

Menurut *World Health Organization* (WHO), Stroke adalah suatu keadaan dimana ditemukan tanda klinis yang berkembang cepat berupa defisit neurologik fokal 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 vaskuler. Stroke terjadi apabila pembuluh darah otak mengalami penyumbatan atau pecah yang mengakibatkan sebagian otak tidak mendapatkan pasokan darah yang membawa oksigen yang diperlukan sehingga mengalami kematian sel/jaringan (Kemenkes RI, 2019). Stroke merupakan penyakit kematian kedua setelah penyakit jantung dan penyebab disabilitas ketiga di dunia. Menurut Data *World Stroke Organization* bahwa setiap tahunnya ada 13,7 kasus baru stroke dan sekitar 5,5 juta kematian akibat penyakit stroke. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018), prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1 persen mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 yaitu sebesar 25,8 persen. Sementara itu, kasus stroke meningkat 12,1 persen pada tahun 2020 menjadi 14,9 persen pada tahun 2021.

Dalam hal ini, fisioterapi mempunyai peran dalam proses penyembuhan kapasitas fisik dan kemampuan fungsional. Dengan adanya mata kuliah Fisioterapi Komunitas kali ini, kami sebagai Mahasiswa Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Jakarta III berharap dapat menambah pengetahuan masyarakat terkait dengan apa itu stroke, faktor risiko dari stroke, tanda dan gejala stroke, cara mencegah stroke, serta edukasi untuk keluarga. Adapun daerah yang kami jadikan sebagai lahan untuk komunitas kali ini, yaitu Klinik KPKM Reni Jaya, Pamulang dengan dasar karena lahan tersebut belum pernah mendapatkan penyuluhan baik pemeriksaan dini stroke maupun bagaimana cara mencegah risiko stroke. Selain itu, kesadaran masyarakat di KPKM Reni Jaya, Pamulang akan pengetahuan terkait dengan stroke masih cukup rendah atau masih membutuhkan pengetahuan yang lebih. Berdasarkan data yang diberikan pihak klinik, terdapat 3 pasien stroke dengan usia rentang 30 – 50 tahun. Selain itu, terdapat pula 27 orang dewasa (30 – 50 tahun) di Pamulang yang datang mengikuti pemeriksaan kesehatan dan rata-rata memiliki riwayat hipertensi, gula darah, dan kolesterol yang tinggi. Maka dari itu, kami mengambil kesimpulan untuk

menangani kasus stroke sebagai topik pokok dari kegiatan Fisioterapi Komunitas kelompok kami.

### Metode

Dengan dua permasalahan utama tersebut, kami merancang 3 program yang akan dilaksanakan pada kegiatan FT Komunitas kami dengan harapan dapat mengurangi terkena stroke berulang, yaitu:

1. Senam

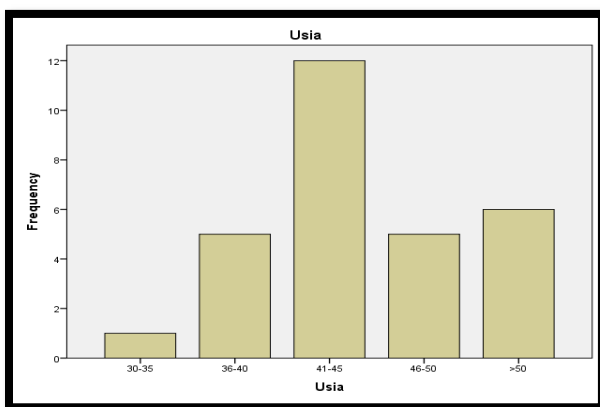
Tujuan kami mengadakan program senam untuk menjaga kebugaran para masyarakat. Aktivitas fisik dan latihan fisik tentu berbeda. Maka kami merancang sebuah metode yang menyenangkan yaitu senam supaya para peserta FT Komunitas bisa berolahraga tanpa merasa lelah dan malas. Senam juga terbukti sangat bagus untuk kapasitas paru, persendian juga daya ingat masyarakat sehingga dapat menurunkan faktor risiko stroke.

2. Intervensi Fisioterapi dengan TENS dan Exercise

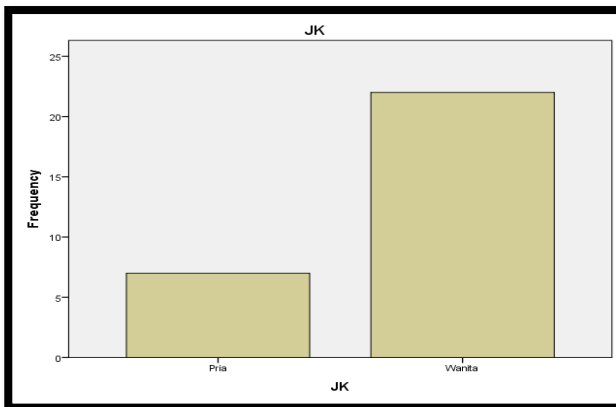
Tujuan kami mengadakan program ini agar peserta FT Komunitas pasca stroke lebih peduli dengan preventif sekunder. Mengingat bahwa stroke dapat terjadi kembali apabila pasien tersebut masih tidak menghindari faktor risiko stroke. Modalitas yang kami kenalkan dan kami berikan penggunaannya yaitu TENS.

### Hasil

Berdasarkan tabel 1, bahwa peserta FT Komunitas kami didominasi oleh masyarakat usia 41 – 45 tahun. Selain itu, berdasarkan tabel 2, bahwa responden kami didominasi oleh masyarakat berjenis kelamin wanita daripada berjenis kelamin pria.



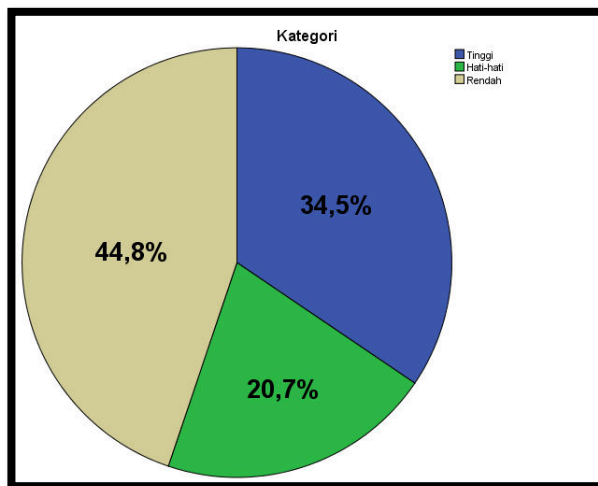
Tabel 1. Berdasarkan Usia



Tabel 2. Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil pemeriksaan komponen faktor risiko lainnya yang sudah kami lakukan. Pada tabel 3 responden kami memiliki faktor risiko stroke dengan kategori rendah sebesar 44,8%. Dilanjut dengan kategori tinggi sebesar 34,5%, dan kategori hati-hati sebesar 20,7%. Walaupun mendominasi risiko rendah, risiko peserta terkena stroke kategori tinggi berada di urutan kedua, sehingga peserta masih berisiko terkena stroke.

| Komponen Risiko     | Tinggi | Hati-hati | Rendah |
|---------------------|--------|-----------|--------|
| Tekanan Darah       | 34,5%  | 37,9%     | 27,6%  |
| Merokok             | 17,2%  | 3,4%      | 79,3%  |
| Kolesterol          | 13,8%  | 44,8%     | 37,9%  |
| Diabetes            | 20,7%  | 10,3%     | 69,0%  |
| Intensitas Olahraga | 31,0%  | 48,3%     | 20,7%  |
| Berat Badan         | 17,2%  | 34,5%     | 48,3%  |
| Riwayat Stroke      | 24,1%  | 13,8%     | 62,1%  |
| Keluarga            |        |           |        |
| Riwayat Vertigo     | 41,4%  | 3,4%      | 55,2%  |



Tabel 3. Berdasarkan komponen faktor risiko stroke

**Pembahasan**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat kami dilaksanakan di KPKM Reni Jaya Pamulang dengan. Waktu pengabdian masyarakat dilaksanakan 3 pertemuan pada tanggal 24 Februari 2023 dengan pemberian *exercise* pada peserta FT Komunitas yang terkena stroke, 5 Maret 2023 pemberian senam pada peserta FT Komunitas, dan 10 Maret 2023 dengan pemberian modalitas TENS pada peserta FT Komunitas yang terkena stroke. Adapun pemberian senam yang kami gunakan yaitu senam Aerobic dengan intensitas sedang dengan dosis 1x/minggu dengan waktu 50 menit (10 menit pemanasan, 30 menit inti, 10 menit pendinginan). Untuk *exercise* yang kami berikan berupa latihan berjalan, *release spastic, strengthening* otot. Untuk pemberian modalitas yang kami gunakan berupa TENS dengan dosis

**Kesimpulan dan Saran**

Dari kegiatan Fisioterapi Komunitas yang telah kami laksanakan ini, masyarakat di KPKM Reni Jaya Pamulang kelompok usia 30 – 55 tahun dengan jumlah masyarakat yang hadir sebanyak 30 orang dapat memperoleh akses mengenai pengetahuan terhadap stroke dan tereduksi dengan baik terutama terkait informasi stroke secara umum, golden period stroke, jenis stroke, faktor risiko stroke, tanda dan gejala, pencegahan stroke, serta penanganan pasien stroke untuk keluarga. Selain itu, masyarakat juga telah diberikan program preventif berupa penyuluhan dan senam aerobik untuk meningkatkan kebugaran masyarakat.

Dari hasil pengamatan kelompok kami, bahwa banyak dari masyarakat di KPKM Reni Jaya Pamulang yang masih minim pengetahuan tentang penyakit

stroke dan kurang kesadaran untuk melakukan pemeriksaan dini seperti cek gula darah, kolestrol, tensi darah, dan lainnya. Oleh karena itu, kegiatan ini dilaksanakan bertujuan untuk melakukan penyuluhan pemeriksaan dini stroke dan bagaimana meminimalisir risiko stroke pada masyarakat yang tinggal di sekitar KPKM Reni Jaya Pamulang. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pengetahuan terhadap stroke.

Fisioterapi komunitas merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang memfokuskan kepada pendidikan edukasi dan pelayanan fisioterapi pada tahap preventif. Dengan dampak positif yang dihasilkan dari kegiatan ini, kami berharap mahasiswa dapat menciptakan atau mengimplementasikan ide kegiatan yang lebih baik lagi ke depannya.

Dosis NMES

Acomodation Stress hold dari waktu, tentukan kronasi dan reobase, re-learning



Gambar 1. Dokumentasi

### **Daftar Pustaka**

- American Heart Association/American Stroke Association (AHA/ASA). 2013. An Updated Definition of Stroke for the 21st Century. AHA Journal. Vol 44
- Badan Pusat Statistik Kota Tangerang Selatan, (2021). Laporan Kecamatan Pamulang dalam Angka Tahun 2021
- Bahar dkk. (2019). *Faktor Risiko Stroke Pada Usia Produktif Di Rumah Sakit Stroke Nasional (Rssn) Bukit Tinggi, JPPNI Vol. 03/No.03/Desember 2018-Maret 2019*, 130-140.
- Center of Disease Control and Prevention (CDC). 2018. Stroke Signs and Symptoms. Diambil dari: [https://www.cdc.gov/stroke/signs\\_symptoms .htm](https://www.cdc.gov/stroke/signs_symptoms .htm). Diakses tanggal 23 Maret 2023.
- Dinata, C.A., Safrita, Y., Sastri, S. 2013. Gambaran Faktor Risiko dan Tipe Stroke pada Pasien Rawat Inap di Bagian Penyakit Dalam RSUD Kabupaten Solok Selatan Periode 1 Januari 2010 - 31 Juni 2012. *Jurnal Kesehatan Andalas*
- Dr. Awaluddin Noer, Sp.S (Eds). (2010). *Manajemen Stroke Evidence Based Medicine*. Yogyakarta: Pustaka Cendekia Press
- Dra. Dorce Tandung, M.Si (Eds). (2011). *Stroke waspadai ancamannya*. Yogyakarta: Andi.
- Grotta, J.C. et al., 2016. *Stroke-Pathophysiology, Diagnosis and Management*. Cina: Elsevier
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, (2019.). *Pengertian Stroke*. Diakses pada link : [Kementerian Kesehatan Republik Indonesia \(kemkes.go.id\)](http://Kemkes.go.id)

- Khariri & Saraswati R.D (2021). *Transisi Epidemiologi Stroke sebagai Penyebab Kematian pada Semua Kelompok Usia di Indonesia*.
- PERDOSSI, 2011. Guidelines stroke. Jakarta: Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf (PERDOSSI)
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas).(2018).Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI
- World Health Organization (WHO). 2014. Stroke, Cerebrovascular Accident. Diambil dari [http://www.who.int/topics/cerebrovascular\\_accident/en/](http://www.who.int/topics/cerebrovascular_accident/en/). Diakses tanggal 20 Maret 2023
- Yudiarto, F.,Machfoed, M., Darwin, A., Ong, A., Karyana, M. 2015. Indonesia Stroke Registry.