

PELATIHAN DETEKSI DINI STROKE “METODE FAST” PADA LANSIA DI NAGARI JAWI- JAWI KABUPATEN SOLOK SUMATERA BARAT

Rinita Amelia¹⁾, Dessy Abdullah²⁾, Nadia Purnama Dewi³⁾, Fidiariani Sjaaf⁴⁾

^{1,2,3,4}Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang Sumatera Barat

email: rinitaamelia@fk.unbrah.ac.id

Submit : 20/01/2021 | Accept : 10/02/2021 | Publish: 30/03/2021 |

Abstract

Stroke is a degenerative disease that often occurs on elderly people. Stroke causes the life quality of elderly people becomes low, in which they will face dependence in various life activities. Fatal and permanent effects due to stroke can be avoided if the patient gets medical services quickly and precisely in 3-5 hours. Usually, this golden period makes stroke quickly overcome and the prognosis is better. FAST is one of stroke early detection methods which is easy to teach and understand for elderly people. FAST stands for Face, Arm, Speech, and Timing. Based on the training and education results, the participants received appreciation from various parties, especially the elderly people in Nagari Jawi-Jawi, Solok Regency, the cadres of the Integrated Services Post, and families with elderlies. Most of the trainees were elderly women aged 61-75 years. The follow-up is a program evaluation that would be carried out by the team of Students Creativity Program in coordination with the local Regional Government to be continued by the cadres of the Integrated Service Post for all the elderly people in Nagari Jawi-Jawi, Solok Regency, and it is also expected that all participants can socialize to their families and surrounding environment about this FAST method.

Keywords: Elderly People, FAST Method, Stroke Early Detection

Abstrak

Stroke adalah penyakit degeneratif yang banyak terjadi pada lansia. Akibat dari stroke kualitas hidup lansia menjadi rendah, dimana lansia yang mengalami stroke akan menghadapi ketergantungan dalam berbagai aktivitas hidup. Efek fatal dan permanen yang bisa terjadi akibat serangan stroke dapat dihindari jika seseorang yang terkena stroke mendapat pelayanan medis cepat dan tepat dalam 3-5jam. Biasanya Golden period ini membuat penyakit stroke cepat diatasi dan prognosis menjadi lebih baik. FAST adalah salah satu metode deteksi dini stroke yang mudah diajarkan dan dipahami bagi lansia. Singkatan akronim FAST adalah Face, Arm, Speech, Timing. Dari hasil pelatihan dan Edukasi pada peserta lansia ini, mendapat apresiasi dari berbagai pihak terutama para lansia yang berada di nagari Jawi-Jawi Kabupaten Solok, para kader posyandu lansia dan keluarga yang memiliki lansia sebagai anggota keluarga. Peserta pelatihan yang terbanyak adalah lansia wanita berusia 61-75 tahun. Upaya tindak lanjutnya adalah evaluasi program yang akan dilaksanakan oleh tim PKM berkordinasi dengan pemda setempat untuk dilanjutkan oleh para kader posyandu lansia terhadap seluruh lansia di kenagarian Jawi-Jawi kabupaten Solok dan diharapkan juga para peserta dapat Mensosialisasikan ke lingkungan keluarga dan sekitarnya tentang metode FAST ini.

Kata Kunci: Lansia, Metode FAST, Deteksi Dini Stroke

PENDAHULUAN

Peningkatan usia harapan hidup penduduk Indonesia yang dapat mencapai kisaran 65 tahun akan diikuti dengan penambahan jumlah lansia hidup di

Indonesia. World Health Organization (WHO, 2010), jumlah persentase lansia di dunia diperkirakan mencapai 9.11 persen dari jumlah seluruh penduduk di dunia. Sedangkan Biro Pusat Statistik

memproyeksikan jumlah lansia di Indonesia tahun 2005-2010 diperkirakan sama dengan jumlah balita yaitu 8.5 persen dari total penduduk Indonesia. Di tahun 2025 seperlima penduduk Indonesia adalah lansia (Arianto, 2016). Kondisi ini dapat menyebabkan peningkatan masalah penyakit degeneratif dan keluhan yang muncul sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Salah satu kelainan degeneratif yang sering terjadi adalah disebabkan gangguan aliran darah dan jantung yang dapat mengganggu oksigenasi otak. Akibatnya dapat terjadi kerusakan sel dan serabut syaraf yang dikenal dengan istilah STROKE. Stroke dapat disebabkan oleh berbagai penyakit dasar seperti diabetes mellitus, penyakit jantung dan hipertensi serta penyakit degenerative lainnya. Dari data Yayasan Stroke Indonesia angka kejadian stroke bisa mencapai 63.52 per 100.000 pada kelompok usia 65 tahun keatas. Secara kasar setiap hari dua orang Indonesia terkena stroke. Departemen Kesehatan (Depkes) tahun 2008, sekitar 15,9% penyebab kematian adalah disebabkan penyakit stroke dari keseluruhan penyebab kematian. Selain menyebabkan kematian, stroke juga dapat menimbulkan masalah kesehatan pada penderitanya sehingga dapat mengganggu aktivitas dan mengurangi kualitas hidup lansia (Setianingsih et al., 2019). Stroke adalah cedera mendadak dari pembuluh darah yang terjadi pada otak sehingga aliran darah yang membawa oksigen dan glukosa terganggu, sehingga oksigen dan glukosa yang merupakan nutrisi bagi sel otak untuk menjalankan kehidupan dari seluruh sistim organ. Serangan stroke sering terjadi secara mendadak dan menimbulkan gejala khusus sesuai bagian otak yang tidak tersuplai darah. Maka itu, penderita stroke harus segera mendapatkan pertolongan secepat mungkin agar kerusakan sel otak yang terjadi minimal sehingga tidak

menimbulkan cacat atau gejala sisa akibat serangan. Cacat dapat berupa kelumpuhan anggota gerak, proses berpikir, gangguan bicara dan memori, bahkan dapat menimbulkan kematian (Sari et al., 2019). Mengetahui dan mengenali gejala stroke menjadi hal penting yang harus diketahui masyarakat luas dalam upaya pencegahan penyakit dan meminimalisir komplikasi yang dapat mempengaruhi kualitas hidup lansia. Tindakan yang cepat dan tepat pada saat serangan diharapkan menjadi modal pengetahuan dalam menurunkan angka mortalitas dan morbiditas penderita stroke. Deteksi dini stroke menggunakan metode FAST (Face drooping Arm Weakness Speech difficulty, Time to call doctor/hospital) bisa menjadi pilihan untuk menambah keterampilan dan pengetahuan dalam upaya tersebut (Darwati et al., 2019). Stroke adalah kedarutan medik yang terjadi akibat gangguan suplai darah menuju sel otak sehingga terjadi kerusakan dan kematian sel-sel dan jaringan otak yang dapat menimbulkan resiko disabilitas jangka panjang bahkan kematian (Darwati et al., 2019). Berkurangnya aliran darah dan oksigen ini disebabkan oleh penyumbatan, penyempitan atau pecahnya pembuluh darah. Tersumbatnya pembuluh darah menyebabkan terpotongnya suplai oksigen dan nutrisi yang mengakibatkan terjadinya kerusakan jaringan otak (Suwaryo et al., 2019). Stroke dapat terjadi dimulai pada usia produktif (Depkes, 2008).

Keadaan ini diperberat dengan perilaku masyarakat yang salah dalam menyikapi kejadian tersebut dengan tidak segera datang ke dokter atau rumah sakit. Sebagian besar pasien dan keluarganya tidak mengenali gejala stroke sehingga keterlambatan dalam penanganan sejak onset serangan. Peningkatan pengenalan gejala stroke dapat berdampak pada kualitas hidup lansia yang terkena dan mempengaruhi pada tingkat kemandirian

penderita sehingga dapat menjadi beban pada keluarga dan lingkungan. Efek fatal dan permanen yang bisa terjadi akibat serangan stroke dapat dihindari jika seseorang yang terkena stroke mendapat pelayanan medis dalam 3-5 jam. Biasanya Golden period ini membuat cepat sembuh dan prognosis penyakit menjadi lebih baik (Wall et al., 2014).

Tanda dan gejala klinis stroke dapat berupa Rasa baal dan kelemahan pada salah satu sisi wajah, lengan dan kaki, perasaan bingung dan sulit bicara, gangguan penglihatan pada satu sisi mata atau keduanya, sulit berjalan, gangguan keseimbangan dan koordinasi dan berbagai gejala lain pada daerah kepala (Hardianto & Adliah, 2020).

Tata cara deteksi dini stroke menggunakan metoda FAST (Sannio, 2007) yaitu; 1) FACE dengan cara meminta orang yang dicurigai stroke untuk tersenyum. Perhatikan apakah wajahnya tampak asimetris? 2) ARMS yaitu dengan cara meminta orang yang dicurigai stroke untuk mengangkat kedua lengan lurus kedepan dan menahannya untuk beberapa detik. Apakah ia hanya dapat mengangkat satu tangan saja? Bila dapat mengangkat kedua lengannya, apakah salah satu lengan terlihat turun? 3) SPEECH yaitu dengan cara meminta orang yang dicurigai stroke untuk mengulang beberapa kalimat. Apakah ia mampu berbicara jelas atau terdengar pelo? Akan lebih jelas bila kalimat yang diucapkan mengandung banyak konsonan R seperti ular melingkar diatas pagar. 4) TIME yaitu time is brain, setiap detik sangat berharga. Bila di temukan salah satu gejala diatas, segera hubungi atau bawa pasien ke unit gawat darurat (UGD) rumah sakit terdekat yang memiliki fasilitas penanganan stroke terpadu. Metode ini secara luas dan bertahap dapat diberikan kepada masyarakat untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat secara umum dan

mencegah kecacatan serta kematian penderita serangan stroke secara cepat (Arianto, 2016).

METODE KEGIATAN

Solusi yang ditawarkan dalam mengatasi permasalahan mitra dan mencapai luaran yang diinginkan dilaksanakan kegiatan dalam bentuk:

1. Penyuluhan
2. Pelatihan Deteksi dini stroke

Mekanisme Pelaksanaan kegiatan

a. Khalayak Sasaran yang Strategis

Lansia binaan puskesmas kecamatan Jawi Jawi kabupaten Solok dan kader lansia dalam acara USR (University Social and Responsibility) Universitas Baiturrahmah.

b. Keterkaitan kerjasama

Kerjasama dilakukan dengan beberapa institusi yaitu antara Universitas Baiturrahmah dengan PEMDA Solok dengan kecamatan Jawi Jawi dan puskesmas

c. Metode Kegiatan

Pelatihan deteksi dini stroke dengan menggunakan metode FAST

- 1) Pemberian pengetahuan tentang pengontrolan tekanan darah pada lansia.
- 2) Pemberian pengetahuan tentang stroke.
- 3) Pemberian pengetahuan tentang deteksi.

dini stroke dengan metode FAST

- 4) Pelatihan deteksi dini stroke dengan metode FAST terhadap lansia.

d. Rancangan Evaluasi

- Tim Puskesmas akan menindak lanjuti kegiatan deteksi dini kepada seluruh lansia di wilayah kerja, bekerjasama dengan tim FK Baiturrahmah.
- Pelatihan deteksi dini stroke pada kader posyandu di wilayah kerja puskesmas.

Mekanisme pengabdian masyarakat ini melewati proses sebagai berikut :

- a. Fase pengumpulan data. Pada fase ini dilakukan pengumpulan data dari audiensi yang dilakukan dengan mitra pengabdian yaitu pemerintah nagari jawi jawi dan puskesmas, dan juga wawancara yang dilakukan dengan masyarakat nagari
- b. Fase persiapan. Pada fase ini dikumpulkan bahan studi materi pelatihan
- c. Fase pelaksanaan pengabdian adalah sebagai berikut:
 - Pengabdian masyarakat dengan melakukan Pelatihan deteksi dini stroke pada lansia di wilayah kerja puskesmas kenagarian jawi jawi gunung Talang Solok dengan metoda FAST
 - Penyuluhan kesehatan

a. Topik:

Mengenal dan mencegah Faktor Resiko Penyakit secara dini; Diabetes Melitus dan Hipertensi

- Pengenalan Gejala Osteoporosis

b. Metode:

Presentasi Oral dengan audio visual

c. Pre-Elementary Study

Upaya pencegahan penyakit kardiovaskular dengan cara tidak merokok atau berhenti merokok, dikombinasikan dengan olahraga teratur dan/atau kerja fisik merupakan cara tepat untuk meningkatkan ketahanan hidup seseorang dalam upaya pencegahan penyakit degenerative seperti hipertensi, stroke dan PJK (Penyakit Jantung Koroner).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uraian masing-masing kegiatan yang dilakukan selama 1 hari pada program pemberdayaan masyarakat. Uraian ini meliputi:

1. Judul Kegiatan

Pelatihan Deteksi Dini Stroke pada lansia binaan posyandu lansia Jurong balaioli nagari Jawi-Jawi.

2. Waktu dan tempat pelaksanaan

Waktu pelaksanaan pada hari sabtu tanggal 22 juni 2019 bertempat: Mesjid Raya Nagari Jawi- Jawi

3. Peserta

Pelatihan adalah lansia yang merupakan anggota posyandu lansia jorong balaioli yang berjumlah 24 orang yang terdiri dari 19 orang lansia laki-laki dan 5 orang lansia perempuan.

4. Sasaran/ target kegiatan

Lansia binaan posyandu lansia jorong balaioli nagari Jawi-Jawi.

5. Tujuan kegiatan

Melatih lansia dalam deteksi dini stroke dengan menggunakan metode FAST (Fast Arm Speech Timing).

Tabel 1. Distribusi Peserta Pelatihan

Usia	Perempuan (N)	%	Laki-laki (N)	%
45- 60 tahun	8	33.33	0	0
61- 75 tahun	10	41.66	4	16.67
>75 tahun	1	4.17	1	4.17

Tabel 2. Rundown Kegiatan

No	Waktu	Kegiatan	Narasumber
1	13.00- 13.15	Sambutan dari MC	Irsyadil Ihsan
2	13.15- 13.30	Pengantar Pelatihan	Dra Fidiariani Sjaaf MSi
3	13.30- 13.45	Penyuluhan Stroke	Dr. Rinita Amelia M. Biomed
4	13.45- 14.30	Peragaan Metode FAST	Dessy Abdullah Ssi M. Biomed Dr. Nadia P. Dewi
5	14.30- 15.00	Diskusi dan Praktek	Tim PKM

Pencapaian Hasil dan Diskusi

- Peserta pelatihan dapat melakukan upaya pencegahan dini stroke dengan metode FAST dengan baik dan benar
- Peserta diharapkan dapat Mensosialisasikan ke lingkungan keluarga dan sekitar nya tentang metode FAST ini
- Salah satu pendidikan non formal itu adalah adanya metode Act FAST. Usia juga bisa mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir. Dengan memberikan pengetahuan akan mengembangkan daya tangkap dan dapat memperbaiki prilaku (Notoatmojo, 2007).

Evaluasi hasil kegiatan

Pelatihan dilaksanakan pada hari Sabtu tanggal 22 Juni 2019 di Mesjid Raya Nagari Jawi-Jawi Jorong Balaioli. Pelatihan diikuti oleh seluruh lansia yang hadir yang terdiri dari 19 lansia wanita dan 5 orang lansia laki-laki (tabel1). Pada saat pelatihan ini pun semua lansia diajarkan bagaimana mendeteksi kejadian stroke pada diri sendiri, keluarga atau lingkungan sekitar rumah. Pada pelatihan ini diharapkan peserta dapat melakukan deteksi dini stroke secara mandiri. Analisa hasil pelatihan terhadap semua lansia didapatkan hamper seluruh peserta mampu melaksanakan deteksi dini stroke dengan metode FAST. Pelatihan ini diharapkan dapat diterapkan ataupun disosialisasikan pada tingkat keluarga dan lingkungan sekitar rumahnya.



Gambar 1. Penyuluhan



Gambar 2. Pelatihan

Pelatihan Deteksi dini stroke pada lansia ini mendapat apresiasi dari berbagai pihak dan peserta pelatihan yang terbanyak adalah lansia wanita berusia 61-75 tahun. Hasil evaluasi program ini akan dilanjutkan oleh para kader posyandu

lansia terhadap seluruh lansia di kenagarian Jawi-Jawi kabupaten Solok.

Saran

Diharapkan program ini akan dilanjutkan kepada seluruh lansia yang ada di tiap Jurong kenagarian Jawi-Jawi kabupaten Solok. Pelatihan juga akan diberikan pada kader-kader posyandu lansia di seluruh Jurong nagari Jawi-Jawi dan seluruh tenaga kesehatan di perifer sehingga dapat memasyarakatkan pengetahuan tersebut pada semua lapisan masyarakat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada yayasan pendidikan Universitas Baiturrahmah yang telah memfasilitasi kegiatan dan seluruh pihak yang terkait pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dalam hal ini pmda kabupaten Solok, ketua jurong Balaioli, dan kepala puskesmas serta para kader yang telah membantu

DAFTAR PUSTAKA

- Arianto, D. (2016). Uji Metode Act Fact (Face, Arm, Speech, Time) terhadap Tingkat Pengetahuan Keluarga. *Keperawatan Muhammadiyah*, 1(1), 8.
- Darwati, L. E., Purwati, & Setianingsih. (2019). Penanganan Awal Stroke Non Hemoragic Oleh Masyarakat the Initial Treatment of Non-Hemorrhagic Stroke By the General Public. *Jurnal Gawat Darurat*, 1(2), 45–50.
- Hardianto, Y., & Adliah, F. (2020). Effectiveness of Implementation of House Based Stroke Rehabilitation Program in Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 18–23.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.210>

- Sannio, V. (2007). Valutazione dell ' ambiente termico nei veicoli Parte 3 : Valutazione del benessere termico mediante l ' utilizzo di soggetti umani. 1–15.
- Sari, L. M., Yuliano, A., & Almudriki, A. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Terhadap Kemampuan Deteksi Dini Serangan Stroke Iskemik Akut Pada Penanganan Pre Hopsital. *Perintis's Health Journal*, 6(1), 74–80. <https://doi.org/10.33653/jkp.v6i1.241>
- Setianingsih, S., Darwati, L. E., & Prasetya, H. A. (2019). Study Deskriptif Penanganan Pre-Hospital Stroke Life Support Pada Keluarga. *Jurnal Perawat Indonesia*, 3(1), 55. <https://doi.org/10.32584/jpi.v3i1.225>
- Suwaryo, P., Widodo, W., & Setianingsih, E. (2019). The Risk Factors That Influence The Incidence Of Stroke *Jurnal Keperawatan*, 11(4), 251–260.
- Wall, H. K., Beagan, B. M., Neill, H. J. O., & Foell, K. M. (2014). Addressing Stroke Signs and Symptoms Through Public Education : The Stroke Heroes Act FAST Campaign. May 2008.
- WHO. (2013). Stroke, World Heart Federation {database on the Internet}. Profil Kesehatan Indonesia.