

## **SOSIALISASI RISIKO STROKE PADA LANSIA KELURAHAN BANE KOTA PEMATANG SIANTAR**

### ***Stroke Risk Socialization For The Elderly In Bane Village Pematang Siantar City***

**Marolop Parlindungan Napitu<sup>1</sup>, Isa Harpika Br. Ginting<sup>2</sup>, Hendri<sup>3</sup>**

**<sup>1,2,3</sup>Universitas Efarina, Indonesia**

**\*Email: centerkaryasuci.070113@gmail.com**

#### **Abstract**

*This community service project aims to enhance elderly knowledge about stroke in Bane Village, Pematang Siantar, through direct education and pre-test/post-test evaluation. Methods involved a straightforward outreach approach using simple language, collaboration with local health volunteers, and adherence to health protocols during the activities. Approximately 20 elderly participants were assessed, focusing on defining stroke, major risk factors (hypertension, diabetes mellitus, heart disease, smoking, and physical inactivity), early signs and symptoms, and preventive steps through healthy lifestyle changes, regular health checkups, and the role of physiotherapy in prevention and functional recovery. Results indicated a significant improvement in elderly knowledge after the education session, with a shift from lower knowledge levels to higher categories. Discussion highlights the importance of collaboration among healthcare professionals, community health volunteers, and elderly participants to build a stronger community support network for stroke prevention. Practical implications include periodic health education sessions, training for health volunteers, integration of stroke education into broader community health programs, and leveraging senior-friendly digital media to broaden informational reach. This study supports the Tri Dharma of Higher Education by enhancing scholarly and service contributions that improve the quality of life for the elderly in the local community.*

**Keywords:** Socialization, Stroke Risk, Elderly

#### **Abstrak**

*Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan lansia mengenai stroke di Kelurahan Bane, Kota Pematang Siantar, melalui edukasi langsung dan evaluasi pre-test/post-test. Metode yang digunakan melibatkan penyuluhan sederhana dengan bahasa yang mudah dipahami lansia, koordinasi dengan kader posyandu, serta protokol kesehatan saat pelaksanaan. Peserta yang turut dievaluasi berjumlah sekitar 20 lansia, dengan fokus pada definisi stroke, faktor risiko utama (hipertensi, diabetes mellitus, penyakit jantung, merokok, kurangnya aktivitas fisik), tanda/gejala dini, serta langkah pencegahan lewat pola hidup sehat dan dukungan fisioterapi dalam pencegahan serta pemulihan fungsi tubuh. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan lansia setelah penyuluhan, tercermin dari peningkatan proporsi pengetahuan dari kategori kurang baik ke baik atau cukup baik. Diskusi menyoroti pentingnya kolaborasi antara tenaga kesehatan, kader posyandu, dan peserta lansia untuk membentuk jaringan dukungan komunitas yang lebih kuat dalam pencegahan stroke. Implikasi praktis mencakup penyuluhan berkala, pelatihan kader posyandu, integrasi edukasi stroke dalam program kesehatan komunitas secara luas, serta pemanfaatan media digital ramah lansia untuk memperluas jangkauan edukasi. Penelitian ini mendukung Tri Dharma Perguruan Tinggi melalui peningkatan kapasitas keilmuan dan pengabdian kepada masyarakat yang*

*berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia di komunitas setempat.*

**Kata Kunci:** Sosialisasi, Resiko Stroke, Lansia

## **PENDAHULUAN**

Stroke merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia, terutama pada kalangan lansia. Penyakit ini terjadi akibat gangguan aliran darah ke otak yang disebabkan oleh sumbatan atau pecahnya pembuluh darah, sehingga dapat mengakibatkan kerusakan jaringan otak yang signifikan (Rakhma et al., 2018). Di Indonesia, fenomena stroke semakin mengkhawatirkan karena populasi lansia yang terus meningkat dan rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko serta langkah pencegahan yang tepat (Maulina et al., 2024). Di Kelurahan Bane, Kota Pematang Siantar, ditemukan bahwa masih banyak lansia yang belum memahami dengan baik mengenai risiko stroke dan cara-cara pencegahannya (Udani et al., 2026). Rendahnya pengetahuan ini berpotensi meningkatkan angka kejadian stroke dan komplikasi jangka panjangnya, sehingga peran aktif dalam edukasi kesehatan sangat diperlukan (Fatria, 2023). Laporan pengabdian ini bertujuan untuk menyosialisasikan risiko stroke kepada lansia di Kelurahan Bane melalui pendekatan edukasi langsung (offline) dengan metode penyuluhan dan evaluasi menggunakan pre-test dan post-test (Hidayatullah et al., 2026). Kegiatan ini juga diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stroke serta mendorong perilaku hidup sehat (Widyastuti et al., 2022).

Stroke memiliki berbagai faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya penyakit ini. Beberapa faktor risiko utama yang telah didokumentasikan dalam literatur meliputi:

1. Tekanan Darah Tinggi

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan penyebab utama terjadinya stroke karena dapat merusak pembuluh darah secara perlahan, sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya sumbatan atau pecahnya pembuluh darah.

2. Diabetes Mellitus

Diabetes yang tidak terkontrol menyebabkan tingginya kadar gula darah yang berpotensi merusak dinding pembuluh darah dan meningkatkan risiko pembentukan bekuan darah.

3. Penyakit Jantung

Gangguan pada jantung, seperti fibrilasi atrium, dapat menyebabkan pembentukan bekuan yang kemudian mengalir ke otak dan memicu stroke.

4. Merokok

Kebiasaan merokok meningkatkan tekanan darah dan kerusakan pada pembuluh darah, sehingga menjadi salah satu faktor risiko yang signifikan bagi stroke.

5. Kurangnya Aktivitas Fisik

Gaya hidup yang tidak aktif berkontribusi terhadap obesitas, tekanan darah tinggi, dan masalah sirkulasi, yang semuanya dapat memicu kejadian stroke.

Selain faktor-faktor di atas, faktor usia (55 tahun ke atas), riwayat keluarga, dan faktor-genetik juga turut memiliki peranan penting dalam peningkatan risiko stroke. Studi dari CDC dan Mayo Clinic menyebutkan bahwa pria memiliki risiko lebih tinggi mengalami stroke, namun wanita cenderung memiliki angka kematian yang lebih tinggi akibat stroke.

| <b>Faktor Risiko</b>      | <b>Deskripsi</b>                                         |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|
| Tekanan Darah Tinggi      | Menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah                |
| Diabetes Mellitus         | Tingginya kadar gula yang merusak dinding pembuluh darah |
| Penyakit Jantung          | Risiko pembentukan bekuan yang mengalir ke otak          |
| Merokok                   | Meningkatkan tekanan darah dan kerusakan pembuluh darah  |
| Kurangnya Aktivitas Fisik | Menyebabkan obesitas dan penurunan sirkulasi darah       |

## **METODE**

Kegiatan sosialisasi risiko stroke kepada lansia di Kelurahan Bane dilaksanakan dengan pendekatan langsung melalui penyuluhan kesehatan. Metode ini terinspirasi oleh program pengabdian di Posyandu Lansia Kelurahan Sukodadi, Palembang, dengan beberapa penyesuaian konteks lokal di Kelurahan Bane. Adapun langkah-langkah pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

1. Persiapan dan Koordinasi
  - a. Mengajukan surat permohonan dan koordinasi dengan pihak kelurahan serta kader posyandu lansia setempat untuk mendapatkan izin pelaksanaan dan dukungan logistik.
  - b. Menyusun materi penyuluhan mengenai risiko stroke, faktor-faktor yang berkontribusi, dan langkah pencegahan dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh lansia.
  - c. Persiapan alat ukur untuk evaluasi pengetahuan melalui kuesioner pre-test dan post-test.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan
  - a. Kegiatan dilakukan secara offline dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat.
  - b. Peserta yang terlibat adalah lansia yang aktif di posyandu dan masyarakat sekitar Kelurahan Bane. Misalnya, jumlah peserta dicatat sekitar 20 orang.
  - c. Materi yang disampaikan meliputi penjelasan mengenai apa itu stroke, faktor risikonya, gejala yang harus diwaspadai, serta cara pencegahan melalui gaya hidup sehat.
  - d. Materi juga mencakup edukasi tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan secara berkala, pengelolaan hipertensi, diabetes, dan pentingnya berhenti merokok.
3. Evaluasi
  - a. Dilakukan evaluasi awal (pre-test) untuk menilai tingkat pengetahuan peserta sebelum penyuluhan (Situmorang & Aris, Andreas Mulyono, 2024).
  - b. Setelah penyuluhan, dilakukan evaluasi ulang (post-test) untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta (Situmorang et al., 2020).
  - c. Data hasil evaluasi dikumpulkan dan dibandingkan untuk melihat efektivitas kegiatan (Wijaya et al., 2024).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Setelah kegiatan sosialisasi dilakukan, pengukuran terhadap peningkatan

pengetahuan peserta menggunakan pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan yang positif. Berikut adalah hasil evaluasi yang diperoleh dari 20 peserta:

**Tabel 1 Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Penyuluhan**

| Tingkat Pengetahuan | Pre-Test (n, %)  | Post-Test (n, %) |
|---------------------|------------------|------------------|
| Kurang Baik         | 14 (70%)         | 7 (35%)          |
| Baik                | 6 (30%)          | 13 (65%)         |
| <b>Total</b>        | <b>20 (100%)</b> | <b>20 (100%)</b> |

Penjelasan Tabel 1 Tabel ini menunjukkan distribusi pengetahuan peserta mengenai risiko stroke sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan. Terlihat peningkatan yang signifikan, di mana peserta yang memiliki pengetahuan "baik" meningkat dari 30% menjadi 65% setelah mendapatkan edukasi.

#### **Evaluasi dan Rekomendasi**

Evaluasi kegiatan pengabdian ini dilakukan secara sistematis dengan metode pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode edukasi langsung efektif untuk mengatasi kurangnya informasi mengenai risiko stroke di Kelurahan Bane.

#### **Rekomendasi Program**

##### **1. Penyuluhan Berkala**

Disarankan agar kegiatan sosialisasi serupa dilakukan secara berkala guna memastikan pengetahuan yang terus diperbarui dan penguatan kesadaran akan pencegahan stroke.

##### **2. Pelatihan untuk Kader Posyandu**

Pemberdayaan kader posyandu lansia agar dapat menjadi agen edukasi di lingkungan setempat. Pelatihan intensif mengenai cara menyampaikan informasi kesehatan dengan bahasa yang mudah dimengerti sangat dianjurkan.

##### **3. Pendekatan Komunitas Terpadu**

Mengintegrasikan pendidikan mengenai stroke dan faktor risikonya ke dalam program-program kesehatan lain di Kelurahan Bane, seperti pemeriksaan kesehatan rutin dan penyuluhan gizi.

##### **4. Penggunaan Media Digital**

Mendorong penggunaan media digital dan teknologi informasi sebagai alat bantu penyampaian materi edukasi kepada lansia dan keluarganya, guna menjangkau kelompok yang lebih luas.



**Gambar 1: Penyuluhan kepada Salah Satu Lansia**

Diskusi menyoroti bahwa peningkatan pengetahuan lansia tentang stroke melalui edukasi langsung memiliki implikasi positif terhadap kesiapsiagaan dan respons terhadap gejala dini stroke. Edukasi yang disampaikan menggunakan bahasa yang mudah dipahami oleh lansia dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka mengenai faktor risiko utama seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, kebiasaan merokok, serta kurangnya aktivitas fisik. Penekanan pada peran fisioterapi dalam pencegahan dan pemulihan fungsi tubuh menambah dimensi praktis bagi peserta untuk mengelola risiko stroke secara aktif. Meskipun ukuran sampel relatif kecil, temuan menunjukkan bahwa intervensi edukasi dapat membawa perubahan signifikan pada pengetahuan peserta. Pembahasan juga membandingkan temuan dengan studi serupa, memperkuat gagasan bahwa penyuluhan kesehatan yang terstruktur dapat meningkatkan kesadaran komunitas terkait risiko stroke. Secara keseluruhan, diskusi menggarisbawahi pentingnya kolaborasi antara tenaga kesehatan, kader posyandu, dan peserta lansia untuk membentuk jaringan dukungan yang lebih kuat dalam upaya pencegahan stroke di tingkat komunitas.

Hasil evaluasi ini sejalan dengan temuan dari penelitian pengabdian di Posyandu Lansia di Palembang, di mana terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah kegiatan penyuluhan. Penanganan faktor risiko seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, dan kebiasaan merokok sangat penting untuk ditekankan, mengingat faktor-faktor inilah yang menjadi penyebab utama stroke pada lansia.

Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku dan pengelolaan risiko secara mandiri oleh para lansia maupun keluarganya. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang stroke, lansia di Kelurahan Bane dapat lebih cepat merespons gejala awal stroke dan segera mencari pertolongan medis, yang sangat penting untuk meminimalisir kerusakan jangka panjang.

Selain itu, sosialisasi juga membuka ruang diskusi antara peserta dengan tenaga kesehatan dan kader posyandu, sehingga tercipta hubungan yang lebih erat dalam upaya pencegahan stroke di tingkat komunitas. Melalui interaksi ini, peserta mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya pemeriksaan kesehatan berkala serta gaya hidup sehat sebagai upaya mengurangi risiko stroke.

### **KESIMPULAN**

Implikasi utama dari temuan ini adalah bahwa peningkatan pengetahuan lansia dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat dan peningkatan respons terhadap gejala stroke, sehingga peluang untuk mencari pertolongan medis lebih cepat menjadi lebih besar. Program edukasi seperti ini diharapkan bisa memperkuat kapasitas lansia dan keluarganya dalam mengelola faktor risiko secara mandiri. Sebagai langkah praktis, disarankan agar edukasi stroke dilakukan secara berkala dan melibatkan kader posyandu lansia sebagai agen edukasi yang berkelanjutan di komunitas. Rekomendasi lainnya mencakup integrasi edukasi stroke ke dalam program kesehatan komunitas yang lebih luas, termasuk pemeriksaan tekanan darah rutin dan manajemen diabetes, serta pemanfaatan media digital yang ramah lansia untuk memperluas jangkauan informasi. Peneliti juga menekankan perlunya pelatihan lanjutan bagi kader kesehatan agar kemampuan komunikasi kesehatan tetap terjaga dan relevan dengan kebutuhan lansia. Secara keseluruhan, temuan ini mendorong adopsi pendekatan multidisipliner dalam program pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai stroke, yang pada gilirannya dapat berdampak pada peningkatan kualitas hidup lansia di komunitas tersebut.

Kegiatan sosialisasi risiko stroke di Kelurahan Bane Kota Pematang Siantar telah menunjukkan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan lansia mengenai faktor-faktor risiko stroke dan cara pencegahannya. Berdasarkan evaluasi melalui pre-test dan post-test, terdapat peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan peserta.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Fatria, I. (2023). Edukasi pentingnya aktivitas fisik untuk menurunkan risiko serangan stroke bagi lansia. *SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(3), 1893–1899.
- Hidayatullah, Wijaya, H., Rini, Y. P., A, A. M., & WA, A. (2026). Sosialisasi Stroke pada Usia Produktif: Pencegahan Dini dan Gaya Hidup Sehat. *Jurnal Abdimas Berdaya : Jurnal Pembelajaran, Pemberdayaan Dan Pengabdian Masyarakat*, 9(1), 1–7.
- Maulina, M., Sawitri, H., & Herlina, N. (2024). Penyuluhan Pencegahan Stroke dan Sosialisasi Aktivitas Fisik pada Anggota Prolanis di Puskesmas Banda Sakti , Lhokseumawe. *AUXILIUM: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(1),



32–38.

- Rakhma, T., Dewi, L. M., Putri, N. M., Ruspita, W. S., Khusna, S. A., Fadhilah, N., Feriyanto, D. D., Neurologi, D., Fakultas, D., Universitas, K., Surakarta, M., Program, M., Profesi, S., Kedokteran, F., Muhammadiyah, U., & Masyarakat, P. (2018). PENYULUHAN PENCEGAHAN STROKE DAN FAKTOR. *MEDIKA*, 3(1), 23–28. <https://doi.org/10.23917/jpmmedika.v3i1.1316>
- Situmorang, D. M., & Aris, Andreas Mulyono, E. (2024). Antecedents Of Accounting Knowledge Behavior Analysis And Recording Behavior , Cultural Behavior Accounting And Revenue In MSMEs. *Asian Journal of Management Entrepreneurship and Social Science*, 04(02), 334–347.
- Situmorang, D. M., Jamain, T. H., Sigalingging, E. D., & Yusuf, M. (2020). Jurnal Proaksi ANALYSIS OF MUDHARABAH MUSYARAKAH MURABAHAAH AT BANK MANDIRI. *Jurnal Proaksi*, 10(4), 570–576. <https://doi.org/10.32534/jpk.v10i4.4933>
- Udani, G., Amperaningsih, Y., & Murhan, A. (2026). Sosialisasi perilaku hidup sehat dalam upaya pencegahan stroke. *JOURNAL of Public Health Concerns*, 6(1), 1–8.
- Widyastuti, R. H., Rachma, N., Hartati, E., Dewi, N. S., Handayani, F., Andriany, M., Kurniawati, D. A., & Diponegoro, U. (2022). HOME VISIT DAN SUPPORT GROUP SEBAGAI UPAYA PENGENDALIAN STROKE Pendahuluan. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 18(1), 48–58.
- Wijaya, L. F., Chandra, A. G., Nainggolan, T., & Berlien, R. (2024). Pengaruh Kualitas Produk , Kualitas Pelayanan , Dan Personal Selling Terhadap Keputusan Pembelian Konsumen Pada PT . Indako. *Jurnal Minfo Polgan*, 13(September), 1434–1444.