

EFEKTIVITAS PERILAKU CERDIK DAN PATUH UNTUK MENCEGAH RESIKO STROKE BERULANG DI RS BHAYANGKARA

Febri Hernanda^{1*}, M. Sobirin Mohtar¹, Eirene E.M.Gaghauna¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

*Korespondensi: sobirinmuchtar12345@gmail.com

Diterima: 15 April 2025

Disetujui: 25 April 2025

Dipublikasikan: 30 April 2025

ABSTRAK. Stroke merupakan penyebab utama kecacatan dan kematian, dengan risiko stroke berulang yang tinggi. Program CERDIK dan PATUH dikembangkan untuk mencegah stroke berulang melalui edukasi gaya hidup sehat dan kepatuhan terhadap pengobatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh efektivitas perilaku CERDIK dan PATUH dalam mencegah risiko stroke berulang di RS Bhayangkara. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan *one group pretest-posttest*. Sampel terdiri dari 30 pasien stroke berulang yang dipilih secara *purposive* dan instrumen dalam penelitian ini yaitu dengan kuesioner dan poster. Hasil penelitian ini diperoleh nilai P-Value pada masing-masing variabel < 0,05 yaitu p-Value perilaku CERDIK dan PATUH 0,002 dan p-Value risiko stroke berulang 0,015. Artinya H1 diterima H0 ditolak artinya terdapat pengaruh yang signifikan tentang perilaku CERDIK dan PATUH dalam mencegah stroke berulang. Edukasi CERDIK dan PATUH efektif meningkatkan kepatuhan pasien dalam mencegah stroke berulang. Program ini direkomendasikan sebagai strategi pencegahan sekunder bagi pasien stroke.

Kata kunci: Stroke berulang, CERDIK, PATUH, Pencegahan, Edukasi Kesehatan

ABSTRACT. Stroke is a leading cause of disability and mortality, with a high risk of recurrent stroke. The CERDIK and PATUH programs were developed to prevent recurrent strokes through education on a healthy lifestyle and adherence to treatment. This study aims to analyze the effectiveness of CERDIK and PATUH behaviors in preventing the risk of recurrent stroke at Bhayangkara Hospital. This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 30 recurrent stroke patients selected through purposive sampling. The research instruments included questionnaires and posters. The study results showed a significant difference before and after the intervention. The p-value for the CERDIK and PATUH behavior variable was 0.002, while the p-value for the risk of recurrent stroke variable was 0.015 ($p < 0.05$). These findings indicate that the CERDIK and PATUH behaviors have a significant impact on preventing recurrent strokes. Education through the CERDIK and PATUH programs effectively improves patient adherence in preventing recurrent strokes. Therefore, this program is recommended as a secondary prevention strategy for stroke patients.

Keywords: Recurrent stroke, CERDIK, PATUH, Prevention, Health Education

PENDAHULUAN

Menurut *American Heart Association* (AHA) 2021, Stroke adalah cedera otak yang disebabkan oleh gangguan suplai darah ke otak, biasanya akibat penyumbatan arteri oleh bekuan darah (stroke iskemik) atau perdarahan yang terjadi ketika pembuluh darah pecah (stroke hemoragik). Akibat stroke, orang bisa menjadi cacat dan kehilangan kemampuan untuk hidup mandiri, secara signifikan dapat mempengaruhi ADL, kualitas hidup seseorang dan berdampak negatif

terhadap fisik, psikologis, dan kesehatan sosial (Darussalam, 2022).

Menurut *World Stroke Organization* (2022) secara global, lebih dari 12,2 juta atau satu dari empat orang di atas usia 25 akan mengalami stroke atau lebih dari 101 juta orang yang hidup saat ini, lebih dari 7,6 juta atau 62% stroke iskemik baru setiap tahun. Lebih dari 28% dari semua kejadian stroke adalah perdarahan intraserebral, 1,2 juta perdarahan subarachnoid. Sekitar 795.000 orang di Amerika Serikat menderita stroke baru atau berulang.

Berdasarkan Data oleh Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan 2023 jumlah penderita stroke di Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2022 berjumlah 486 orang. Adapun jumlah penderita di kota Banjarmasin sendiri sebanyak 57 orang. Adapun data penderita stroke di Rumah Sakit Bhayangkara pada tahun 2023 sebanyak 154 orang, dan pada tahun 2024 bulan Januari-Agustus jumlah penderita sebanyak 137 orang. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ramdani, (2018) bahwa rata-rata penderita pasca stroke dapat mengalami stroke berulang pada periode waktu kurang dari 1 tahun dan lebih dari 1 tahun.

Untuk mengurangi angka kejadian stroke berulang maka perlu memahami proses rehabilitasi dan pentingnya pengendalian faktor risiko. Perubahan gaya hidup menjadi penyebab stroke berulang berdampak menurunkan produktifitas sumber daya manusia. Peningkatan gaya hidup sehat dengan program edukasi pencegahan Stroke yang dapat di lakukan dengan cara perilaku “CERDIK”, yaitu Cek Kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stress (Rustiawati, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada pasien dengan kejadian stroke berulang di RS Bhayangkara Banjarmasin sebanyak 3 responden di dapatkan bahwa ada 1 dari 3 responden yang jarang untuk mengkonsumsi obat rutin dikarenakan keluhan yang sudah berkurang, dan jarang melakukan aktifitas fisik seperti olahraga.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian pra eksperimental dengan rancangan *one group pretest posttest design*. *Pre-experimental design* ialah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. Desain ini dari awal sudah dilakukan observasi melalui *pretest* terlebih dahulu, kemudian diberikan perlakuan atau intervensi, selanjutnya diberikan *posttest* sehingga dapat mengetahui perubahan-perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan atau intervensi, namun dalam desain ini tidak ada kontrol sebagai

pembandingan antar kelompok. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *purposive sample* yaitu dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
19-25 tahun	0	0 %
26-35 tahun	2	6,7 %
36-55 tahun	19	63,3 %
56-65 tahun	6	20 %
>65 tahun	3	10 %
Total	30	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	14	46,7 %
Perempuan	16	53,3 %
Total	30	100
Pendidikan		
SD	7	23,2 %
SMP	6	20,0 %
SMA	13	43,3 %
S1	4	13,3 %
Total	30	100
Pekerjaan		
Buruh	3	10,0 %
Petani	4	13,3 %
ASN	4	13,3 %
Pensiunan	2	6,7 %
Swasta	6	20,0 %
IRT	11	36,7 %
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dari 30 responden diketahui bahwa karakteristik usia responden pada saat dilakukan penelitian dengan data yang paling banyak yaitu rentang usia 36-55 tahun dengan persentase sebesar 63,3 %. Karakteristik jenis kelamin responden pada saat dilakukan penelitian dengan data yang paling banyak adalah pada jenis kelamin Perempuan sebanyak 16 responden dengan persentase sebesar 53,3%. karakteristik Pendidikan responden pada saat dilakukan penelitian dengan data yang paling banyak adalah SMA sebanyak 13 responden dengan persentase sebesar 43,3%. Karakteristik pekerjaan responden pada saat dilakukan penelitian dengan data yang paling banyak adalah IRT sebanyak 11 responden dengan persentase 36,7 %.

Tabel 2. Pretest Perilaku CERDIK & PATUH

Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
0-3 (Kurang)	12	40,0 %
4-7 (Cukup)	10	33,3 %
8-11 (Baik)	8	26,7 %
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 2 hasil pretest perilaku CERDIK dan PATUH yang tertinggi yaitu berada pada rentang nilai 0-3 (Kurang) sebanyak 12 responden dengan persentase 40,0%.

Tabel 3. Pretest Perilaku CERDIK & PATUH

Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
0-3 (Kurang)	8	26,7 %
4-7 (Cukup)	7	23,3 %
8-11 (Baik)	15	50,0 %
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 3 hasil posttest perilaku CERDIK dan PATUH yang tertinggi yaitu berada pada rentang nilai 8-11 (Baik) sebanyak 15 responden dengan persentase 50,0%.

Tabel 4. Pretest faktor resiko stroke berulang

Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
R.Tinggi (6-8)	5	16,7 %
R.Sedang (4-6)	15	50,0 %
R.Rendah (<3)	10	33,3 %
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4 hasil pretest faktor resiko stroke berulang yang tertinggi yaitu berada risiko sedang yaitu sebanyak 15 responden (50,0%).

Tabel 5. Posttest Faktor Resiko Stroke Berulang

Skor	Frekuensi (n)	Persentase (%)
R.Tinggi (6-8)	2	6,7 %
R.Sedang (4-6)	5	16,7 %
R.Rendah (<3)	23	76,7%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 5 hasil pretest faktor resiko stroke berulang yang tertinggi yaitu berada risiko rendah yaitu sebanyak 23 responden (76,7%).

Tabel 6. Uji Statistik Wilcoxon

Test Statistics ^a	
Z	-3.056
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.002
Test Statistics ^a	
Z	-2.472
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.015

Hasil Uji *Wilcoxon* pada tabel 5 didapatkan hasil p-Value sebesar 0,002 dan 0,015 dimana p-value < 0,05. Keputusan dalam uji *Wilcoxon Signed Rank Test* jika nilai Sign. ($p > 0,05$) maka H_1 ditolak H_0 diterima, dan jika nilai Sig. ($p < 0,05$) maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh efektivitas perilaku CERDIK dan PATUH terhadap pencegahan stroke berulang di RS Bhayangkara.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan berkontribusi terhadap kejadian stroke berulang. Mayoritas responden berada dalam rentang usia 36-55 tahun (63,3%), yang memiliki risiko lebih tinggi mengalami stroke berulang akibat perubahan fisiologis dan peningkatan penyakit penyerta seperti hipertensi, diabetes melitus, dan dislipidemia. Studi Santoso & Rahmawati (2021) menunjukkan bahwa edukasi rutin dapat menurunkan risiko stroke berulang sebesar 30% pada kelompok usia ini.

Dari segi jenis kelamin, perempuan lebih dominan (53,3%) dalam kelompok pasien stroke berulang, yang dikaitkan dengan faktor hormonal dan penyakit penyerta. Pendidikan juga berperan dalam kejadian stroke berulang, dengan mayoritas responden memiliki pendidikan SMA (43,3%). Dari segi pekerjaan, ibu rumah tangga (IRT) merupakan kelompok tertinggi (36,7%) dalam penelitian ini. Kelompok dengan aktivitas fisik tinggi (IRT, buruh, petani) serta pekerjaan dengan tingkat stres tinggi (ASN, swasta) memiliki risiko stroke berulang yang lebih tinggi.

Kesimpulannya, faktor usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan jenis pekerjaan memiliki

pengaruh terhadap kejadian stroke berulang. Edukasi yang lebih baik, perubahan gaya hidup, serta kepatuhan terhadap terapi sangat penting dalam upaya pencegahan dan pengelolaan stroke berulang.

Perilaku CERDIK & PATUH

Berdasarkan hasil penelitian yang Resume Pembahasan Pretest dan Posttest Perilaku CERDIK dan PATUH. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan signifikan dalam perilaku CERDIK dan PATUH setelah edukasi. Pada pretest, 40% responden memiliki skor rendah (0-3), sedangkan setelah edukasi, 50% responden mencapai kategori "Baik" (8-11). Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan signifikan dengan $p = 0,015$ ($p < 0,05$).

Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini, di mana edukasi berbasis perilaku meningkatkan kepatuhan pasien stroke dalam mengontrol faktor risiko seperti hipertensi dan diabetes (Nursalam et al., 2020). Studi di Indonesia oleh Sari et al. (2022) juga menemukan bahwa edukasi CERDIK dan PATUH meningkatkan kepatuhan pasien hingga 35%, sementara Wijaya & Rahmawati (2023) melaporkan penurunan kasus stroke berulang hingga 40% dalam satu tahun.

Edukasi berkelanjutan, dukungan keluarga, serta penggunaan media edukasi seperti video dan booklet diperlukan untuk memastikan perubahan perilaku yang berkelanjutan. Program follow-up juga dibutuhkan guna mempertahankan efektivitas edukasi dalam mencegah stroke berulang dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Faktor Risiko Stroke Berulang

Penelitian ini menunjukkan adanya perubahan signifikan dalam faktor risiko stroke berulang setelah intervensi. Pada pre-test, mayoritas responden (50,0%) berada dalam kategori risiko sedang, 16,7% dalam risiko tinggi, dan 33,3% dalam risiko rendah. Setelah intervensi, mayoritas responden (76,7%) berpindah ke kategori risiko rendah, hanya 6,7% yang tetap dalam risiko tinggi, dan 16,7% dalam risiko sedang.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dan pengelolaan faktor risiko seperti

hipertensi, diabetes, dan hiperkolesterolemia dapat menurunkan risiko stroke berulang (Anderson et al., 2020).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa intervensi berbasis edukasi dan pemantauan faktor risiko stroke dapat secara efektif menurunkan risiko stroke berulang. Temuan ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pencegahan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.

Hasil Uji Statistik Wilcoxon

Penelitian ini menunjukkan perubahan signifikan dalam faktor risiko stroke berulang setelah intervensi. Pada pre-test, mayoritas responden (50,0%) berada dalam kategori risiko sedang, 16,7% dalam risiko tinggi, dan 33,3% dalam risiko rendah. Setelah intervensi, mayoritas responden (76,7%) berpindah ke kategori risiko rendah, hanya 6,7% yang tetap dalam risiko tinggi, dan 16,7% dalam risiko sedang.

Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan dan pengelolaan faktor risiko seperti hipertensi, diabetes, dan hiperkolesterolemia dapat menurunkan risiko stroke berulang (Anderson et al., 2020).

Penurunan risiko stroke berulang juga diperkuat dengan peningkatan jumlah responden di kategori "Risiko Rendah" dari 33,3% menjadi 76,7% setelah edukasi. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,002$ dan $0,015$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Keputusan dalam uji *Wilcoxon* Signed Rank Test mendukung bahwa intervensi perilaku CERDIK dan PATUH berpengaruh terhadap pencegahan stroke berulang. Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang lebih personal dan berkelanjutan diperlukan agar dapat menjangkau individu dengan risiko tinggi secara lebih efektif.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi dan pemantauan faktor risiko stroke dapat secara signifikan menurunkan risiko stroke berulang. Hasil ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program pencegahan stroke yang lebih

komprehensif dan berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.

SIMPULAN

Intervensi berbasis edukasi dan pemantauan faktor risiko terbukti efektif dalam menurunkan risiko stroke berulang. Penelitian ini menunjukkan peningkatan signifikan responden dalam kategori risiko rendah dari 33,3% menjadi 76,7% setelah intervensi. Hasil uji Wilcoxon mendukung efektivitas intervensi ini dengan nilai $p < 0,05$. Temuan ini dapat menjadi dasar program pencegahan stroke yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.

REFERENSI

- American Heart Association. (2021). *Stroke: Causes, Symptoms, and Treatment*. AHA Publications.
- Anderson, C., et al. (2020). Risk Factors and Prevention of Recurrent Stroke: A Systematic Review. *International Journal of Stroke*, 15(5), 456-472.
- Darussalam, R. (2022). *Epidemiologi Stroke dan Pencegahannya*. Surabaya: Universitas Airlangga Press.
- Nursalam, N., et al. (2020). Intervensi Edukasi Berbasis Perilaku untuk Meningkatkan Kepatuhan Pasien Stroke. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 123-137.
- Ramdani, M. (2018). Analisis Faktor Risiko Stroke Berulang pada Pasien Pascakejadian Stroke Pertama. *Jurnal Kedokteran Indonesia*, 10(4), 255-270.
- Rustiawati, D. (2022). Gaya Hidup Sehat untuk Pencegahan Stroke Berulang: Penerapan Perilaku CERDIK. *Jurnal Keperawatan*, 9(3), 215-228.
- Sari, M., et al. (2022). The Role of Health Education in Preventing Recurrent Stroke Among Indonesian Patients. *Indonesian Journal of Nursing*, 13(1), 98-112.
- Santoso, A., & Rahmawati, D. (2021). Efektivitas Program Edukasi terhadap Penurunan Risiko Stroke Berulang. *Jurnal Kedokteran*, 15(2), 79-91.
- Wijaya, R., & Rahmawati, S. (2023). Evaluasi Program Edukasi Stroke: Dampak terhadap Kepatuhan Pasien. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), 123-136.
- World Stroke Organization. (2022). *Global Stroke Statistics and Prevention Strategies*. Geneva: WSO Publications.