

Pencegahan Serangan Stroke pada Ibu Rumah Tangga dengan Pengendalian Faktor Risiko Stres melalui Metode SUPERNOL

Ni Luh Putu Thrisna Dewi^{1*}, Ni Made Nopita Wati², Ketut Lisnawati³, Anak Agung Sri Sanjiwani⁴,
I Nyoman Sudarma⁵

¹Pendidikan Profesi Ners Program Profesi STIKes Wira Medika Bali

^{2,3,4}Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Wira Medika Bali

⁵Analisis Kesehatan STIKes Wira Medika Bali

Jl. Kecak No.9A, Tonja, Denpasar Utara, Kota Denpasar, 80239, Bali, Indonesia

*Email Korespondensi: thrisnadewi@stikeswiramedika.ac.id

Abstract

The incidence of stroke increases with age, in the literature studies that have been conducted it is stated that women tend to have risk factors for stroke and are more experienced by housewives. The main trigger for housewives having a stroke is stress, so the right solution is needed to reduce stress. In this community service, efforts to overcome the stress suffered by housewives are carried out by increasing understanding in managing stress using the SUPERNOL method. This community service activity aims to make housewives know how to apply the SUPERNOL method to control their stress and avoid strokes or repeated attacks. The method used in this community service is through counseling. Based on the results of the data evaluation on the level of knowledge of housewives in managing stress using the SUPERNOL method, it showed significant changes in managing stress. The pre-test results were initially dominated by a lack of knowledge level of 52%, then the post-test was dominated by good level of knowledge, 80% related to stress control. This incident is due to exposure to appropriate information and in accordance with the conditions experienced will greatly assist a person in making decisions regarding actions to be taken in order to obtain optimal health status and increased public understanding of the conditions experienced will have a positive impact on the behavior to be carried out in daily life. The use of the SUPERNOL method can be said to be effective and efficient because it can be quickly understood by people with stroke, so in the near future it needs to be disseminated not only as a stress controller in stroke patients but also for stress complaints in all walks of life.

Keywords: IRT, stroke attack, stress, SUPERNOL

Abstrak

Insiden stroke meningkat seiring bertambahnya usia, pada studi literatur yang telah dilakukan dinyatakan bahwa perempuan cenderung memiliki faktor risiko stroke dan lebih banyak dialami oleh ibu rumah tangga (IRT). Rerata pemicu utama IRT mengalami stroke adalah stress, sehingga perlu ada solusi tepat untuk mengurangi stres. Dalam pengabdian masyarakat ini, upaya untuk mengatasi stress yang dirasakan IRT dilakukan dengan meningkatkan pemahaman dalam mengelola stress dengan metode SUPERNOL. Kegiatan PKM ini bertujuan agar IRT mengetahui cara penerapan metode SUPERNOL untuk mengendalikan stress yang dimiliki dan terhindar dari serangan stroke ataupun serangan berulang. Metode yang digunakan pada pengabmas ini melalui penyuluhan. Berdasarkan hasil evaluasi data tingkat pengetahuan IRT dalam mengelola stres menggunakan metode SUPERNOL menunjukkan perubahan yang signifikan dalam mengelola stres, dimana dari hasil pre-test awalnya didominasi oleh tingkat pengetahuan yang kurang 52 % kemudian post-test didominasi menjadi tingkat pengetahuan yang baik 80 % terkait pengendalian stres. Hal ini dikarenakan paparan informasi yang tepat dan sesuai dengan kondisi yang dialami akan sangat

membantu seseorang dalam mengambil keputusan mengenai tindakan yang dilakukan demi memperoleh derajat kesehatan yang optimal dan pemahaman masyarakat yang meningkat tentang kondisi yang dialami akan berdampak positif terhadap perilaku yang akan dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan metode SUPERNOL dapat dikatakan efektif dan efisien karena bisa dengan cepat dipahami oleh para penyandang stroke, sehingga kedepannya perlu disebarluaskan bukan hanya sebagai pengendali stress dipasien stroke tetapi juga untuk keluhan stress diseluruh lapisan masyarakat.

Kata Kunci: IRT, Serangan Stroke, Stress, SUPERNOL

PENDAHULUAN

Insiden stroke meningkat seiring bertambahnya usia, diperkirakan sekitar 10% stroke iskemik terjadi pada individu di bawah usia 50 tahun. Stroke sendiri memiliki konsekuensi yang dapat memperburuk kondisi seseorang baik secara fisik ataupun psikologis terutama pada kelompok dewasa muda, karena berpotensi meninggalkan gejala sisa yang serius seperti cacat fisik, kehilangan fungsi penglihatan, gangguan kognitif dan kelelahan yang dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan aktivitas fisik dan mobilitas fisik, serta kehidupan social bahkan kualitas hidupnya. Selain itu, stroke memiliki dampak sosial ekonomi yang cukup besar karena menyebabkan kehilangan pekerjaan dan membutuhkan biaya perawatan kesehatan yang tinggi ¹. Pada studi literatur yang telah dilakukan dinyatakan bahwa perempuan cenderung memiliki factor risiko stroke kardioembolik lebih banyak dari pada pria dan cenderung dialami oleh ibu rumah tangga ². Hal ini diperkuat dari penelitian yang dilakukan Kristie bahwa stroke merupakan penyebab utama kematian ketiga pada perempuan di Selandia Baru setelah penyakit jantung dan kanker. Tingginya mortalitas, morbiditas, serta kecacatan yang dialami oleh perempuan yang mengalami stroke menyebabkan ketidakseimbangan ekosistem didalam keluarga utamanya yang berfokus menjadi ibu rumah tangga, karena ibu rumah tangga diyakini memiliki peran multifungsi dalam merawat anak, suami atau menyelesaikan segala urusan rumah ³.

Aspek fisiologi dan epidemiologi stroke yang terjadi pada perempuan distimulasi oleh factor biologi vascular, preeklamsia, faktor risiko hormonal penyakit peripartum, hemodinamik, gangguan hipertensi pada kehamilan, terutama preeklamsia/tokse mia, Endotelopati multiorgan sistemik, gangguan psikologis dari stress hingga depresi ⁴. Factor risiko stroke ini dibuktikan dengan data yang menunjukkan bahwa pasien perempuan yang mengalami stroke diantaranya cenderung memiliki pekerjaan shift malam sebesar (7%) berprosesi sebagai ibu rumah tangga sebesar (46,8%), karyawan swasta (10,6%), petani (7,9%) dan wiraswasta (7,3%) dan rerata pemicu utama mengalami stroke adalah stress ⁵. Penelitian yang dilakukan di Indonesia juga memaparkan data bahwa sebagian besar penderita stroke yang berjenis kelamin perempuan yakni 42 % merupakan ibu rumah tangga⁶. Defisit neurologis yang terjadi pada stroke baik local ataupun global merupakan manifestasi klinis dari serangan stroke yang terjadi secara mendadak dan cepat sehingga dapat menyebabkan kematian. Pola makan dan pola aktifitas yang tidak sehat menjadi salah satu factor pemicu meningkatnya kejadian stroke dilapisan masyarakat. Namun, tidak dapat dipungkiri juga bahwa factor usia atau adanya riwayat penyakit seperti diabetes, hipertensi, kolesterol, kelainan jantung, kebiasaan merokok, dan stress berkepanjangan juga menjadi factor predisposisi dari serangan stroke yang perlu diwaspadai ⁷.

Stres dapat dikatakan saat ini menjadi factor utama yang menstimulus adanya serangan stroke. Selain itu stress juga berdampak pada ketidakstabilan tekanan darah baik itu hipertensi ataupun hipotensi yang tentunya memperburuk kondisi seseorang. Hal ini menjadi fakta yang tidak dapat dipungkiri bahwa stress perlu diberikan perhatian khusus. Di

Indonesia stress juga dinyatakan memiliki prevalensi yang cukup tinggi yakni sebesar 10% dari total penduduk yang ada di Indonesia diidentifikasi mengalami stress berat bahkan gangguan mental. Hal ini mungkin disebabkan rendahnya tingkat ekonomi pada sebagian masyarakat yang berdampak sulitnya memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, ketika terjadi serangan stroke pada tingkat ekonomi rendah akan menambah beban tersendiri mengingat biaya pengobatan yang relatif mahal, demikian pula bila terjadi pada ibu rumah tangga yang cenderung lebih banyak bergantung dengan penghasilan suami, sehingga perlu ada solusi tepat untuk mengurangi stres⁸.

Pada pengabdian masyarakat ini, upaya untuk mengatasi stress yang dirasakan ibu Rumah tangga (IRT) dilakukan dengan menggunakan metode SUPERNOL, sejauh ini terdapat berbagai teori terkait pengelolaan stress namun sangat sedikit yang mengkhususkan ke poin spiritual sebagai salah satu media penyembuh. Padahal aspek ini tidak kalah penting untuk membantu seseorang dalam menyelesaikan masalah dan menjalani proses pemulihannya. Konsep ini menekankan bahwa ibadah merupakan salah satu hal yang penting dalam kehidupan seseorang. Pengelolaan stress pada konsep SUPERNOL mencakup 3 aspek, yaitu fisik, psikis dan spiritual yang sejatinya menjadi dasar dari keberhasilan manajemen stres. Kesadaran individu untuk memaknai sesuatu yang terjadi pada dirinya, menerima dan menyerahkan kembali kepada Sang pencipta menjadikan seseorang merasa lebih ringan. Karena sadar segala sesuatu yang terjadi terkadang tidak bisa hanya dipaksakan sesuai dengan kemauan kita sendiri saja tetapi harus dapat menerima juga hal yang tidak sejalan dengan keinginan kita demi mendapatkan solusi terbaik, adanya kesadaran dan penerimaan dengan baik yang nantinya akan sangat membantu dalam pengelolaan stress. Sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa pengelolaan stres yang optimal adalah berhasil mendekatkan manusia kepada penciptanya, karena titik inilah manusia menjadi benar-benar jujur dan tulus⁹.

Konsep manajemen stress “SUPERNOL” memaparkan bawasannya individu dapat mengelola perasaan secara bertahap untuk menerima kenyataan yang terjadi dihadapannya dan mengarahkan diri menuju pikiran positif. Begitupula dengan bagian penting dari aspek fisik individu, bisa mendapatkan perhatian dalam manajemen stress “SUPERNOL”¹⁰. Kegiatan PKM ini bertujuan agar Ibu Rumah Tangga mengetahui cara penerapan metode SUPERNOL untuk mengendalikan stress yang dimiliki dan terhindar dari serangan stroke ataupun serangan berulang.

METODE

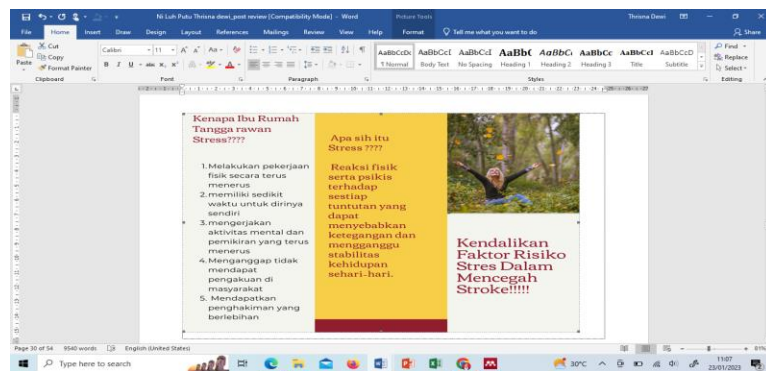
Rangkaian Kegiatan Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada bulan Desember 2022 – Januari 2023, dimana pengabdian ini dilaksanakan di Yayasan Tapasya Stroke Centre Amaranee dengan sasaran Ibu Rumah Tangga sebagai *caregiver* Stroke ataupun IRT yang sudah mengalami stroke selama 3 hari dari tanggal 9-11 Januari 2023.

Kegiatan PKM ini dilakukan dengan memberikan edukasi dan demonstrasi terkait metode SUPERNOL kepada *survivor* dan *caregiver* stroke dalam mengendalikan stress sebagai salah satu factor risiko stroke. Tahap pelaksanaan PKM ini dimulai dari tahapan persiapan, yakni tahapan awal dari pelaksanaan pengabmas, dimana tim dari pengabmas melaksanakan survey dan mengurus surat izin kepada Yayasan Amaranne untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat terkait edukasi metode supernal kepada IRT dibawah naungan Yayasan yang saat ini sebagai *survivor* ataupun *cargiver* stroke. Setelah berdiskusi dan mendapatkan izin dari Yayasan tim pengabmas lanjut ketahap persiapan yakni persiapan materi, kuesioner dan pembuatan leaflet. Dimana leaflet yang digunakan dilengkapi dengan poin factor risiko stroke, penyebab stress, dan cara pelaksanaan metode SUPERNOL yang

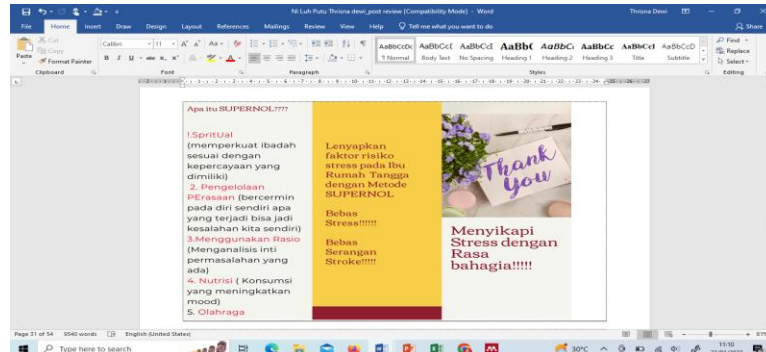
nantinya dapat dilakukan dimana saja, kapan saja dan tanpa efek samping, karena kajian manajemen stress dengan SUPERNOL terdiri dari ¹⁰:

1. SpritUal,
2. pengelolaan PERasaan,
3. menggunakan Rasio,
4. Nutrisi
5. Olahraga

Sehingga konsep manajemen stress SUPERNOL ini dapat menjangkau perbaikan stress dari aspek fisik, psikis dan spiritual. Dimana hal ini tidak membutuhkan biaya banyak melainkan konsistensi dalam melaksanakan metode yang praktis ini, agar mendapatkan hasil yang optimal.



Gambar 1. lealeat Metode SUPERNOL mengelola stress untuk mencegah Stroke



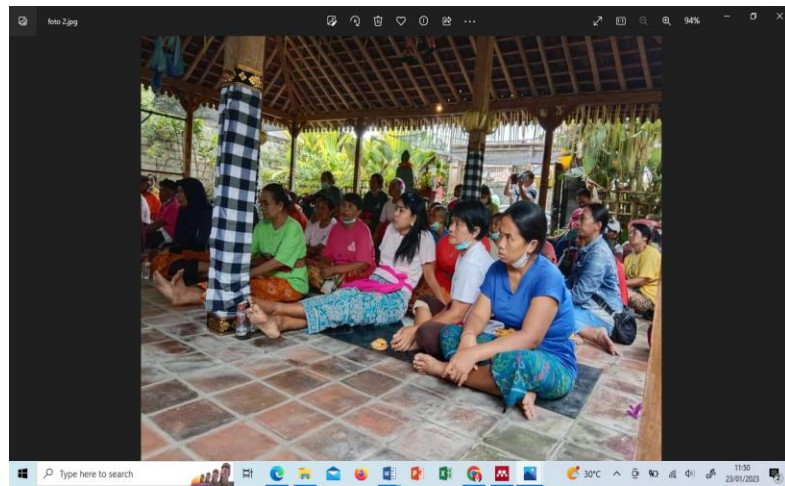
Gambar 2. lealeat Metode SUPERNOL mengelola stress untuk mencegah Stroke

1. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dengan memberikan edukasi terkait metode SUPERNOL sebagai salah satu cara ampuh untuk mengendalikan stress dan meminimalisir stress yang dinyatakan sebagai salah satu factor risiko utama terkena serangan stroke ataupun memicu adanya stroke berulang. Selain itu tim pengabmas juga membagikan leaflet dan mengajak seluruh peserta untuk Bersama-sama mendemonstrasikan pelaksanaan SUPERNOL yang diawali dengan mengenali diri sendiri dan menerima stress yang dimiliki sebagai bagian yang ada dalam diri, sehingga memudahkan individu untuk dapat mengendalikan stress yang dimiliki dan pada pelaksanaan juga dilakukan pengukuran tekanan darah serta pengisian kuesioner terkait pengetahuan tentang pengendalian stress dengan SUPERNOL sebelum dan setelah mempraktikan metode SUPERNOL.



Gambar 3. Pelaksanaan pemberian edukasi Metode SUPERNOL



Gambar 4. Peserta menyimak dan mendemonstrasikan Metode SUPERNOL

2. Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi (Monev) dilaksanakan langsung kepada peserta yang menjadi sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Monev kegiatan ini terdiri dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi hasil. Terkait proses yang dilakukan dengan memberikan waktu untuk berdiskusi/tanya jawab setelah selesai melakukan demonstrasi metode SUPERNOL pada IRT yang sebagai *caregiver* ataupun *survivor* stroke. Evaluasi pada pengabmas ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta dalam memahami metode SUPERNOL yang dapat digunakan ketika mengalami stress dalam kehidupan sehari-hari. Secara keseluruhan peserta dapat mengungkapkan dan mengenali penyebab stress yang dimiliki sehingga focus SUPERNOL dapat lebih mudah dilakukan dan rata-rata peserta mengatakan jauh lebih lega setelah mempraktekan metode SUPERNOL pada stress yang dimiliki.



Gambar 5. Pemeriksaan Tekanan Darah setelah pelaksanaan Metode SUPERNOL

HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi terkait dengan factor risiko stroke dan pengendalian factor risiko stroke sangat penting untuk disebarluaskan kepada *survivor* ataupun *caregiver stroke* utamanya yang berstatus IRT. Seperti halnya pada pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh tim pengmas ini rerata peserta penyuluhan mengungkapkan ada rasa kawatir, kecewa, takut bahkan tidak bisa tidur di malam hari karena adanya pikiran berlebih terkait kondisi stroke yang dijalani. Dimana hal yang dialami ini merupakan bagian stress yang kebanyakan tidak disadari oleh individu yang bersangkutan sehingga dapat berefek buruk terhadap peningkatan tekanan darah¹¹. Peningkatan tekanan darah yang tidak dapat dikontrol dengan baik tentunya berkontribusi negative pada kondisi fisik seseorang, sehingga perlu diinformasikan juga bahwa bukan hanya pola makan yang tidak baik dapat menyebabkan ketidakstabilan tekanan darah tetapi stress juga dapat memicu meningkatnya tekanan darah yang pada akhirnya menjadi stimulus serangan stroke¹¹.

Pemberian edukasi dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait pengelolaan stress adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk menghindari serangan stroke ataupun serangan berulang. Paparan informasi yang tepat terkait dengan kondisi yang dialami tentunya sangat membantu seseorang dalam mengambil keputusan mengenai tindakan yang dilakukan demi memperoleh derajat kesehatan yang optimal¹².

Pemahaman masyarakat yang meningkat tentang kondisi yang dialami akan berdampak positif terhadap perilaku yang akan dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya *survivor* ataupun *caregiver* yang paham terkait pencetus stress yang dialami tentunya lebih paham apa tindakan yang harus dilakukan untuk mengatasi hal tersebut misalnya pada pengkajian yang dilakukan kepada peserta penyuluhan ketika mempraktikkan metode SUPERNOL ada *survivor stroke* yang merasa kurang nyaman atau malu untuk meminta bantuan kepada orang yang merawatnya, sedangkan yang bersangkutan secara fisik memang kurang mampu untuk melakukan sendiri, ini yang menjadi penyebab *survivor* tersebut gampang marah dan sulit tidur di malam hari. Begitu pula ketika dikaji pada IRT yang menjadi *caregiver stroke* dari suaminya, terkadang *caregiver* tersebut merasa sedih dan kecewa karena suami yang dirawatnya terlalu cerewet dan kurang menghargai apa yang telah disediakan. Contoh kasus seperti ini apabila tidak diungkapkan secara langsung dan tidak diselesaikan secara bertahap tentunya akan menjadi beban pikiran yang membuat stress berkepanjangan¹³.

Awalnya banyak peserta yang memilih diam terhadap beban pikiran yang dirasakan karena sudah menyimpulkan sendiri bahwa penyandang stroke hanya akan menjadi beban keluarga, padahal belum tentu dari *caregiver* merasa seperti itu, apabila sudah diberikan pemahaman dan pengertian yang tepat seorang penyandang stroke tetap bisa melakukan aktifitasnya sebatas toleransi atau kemampuan maksimalnya dan yang merawatpun akan memahami batasan yang bisa dilakukan tanpa memaksakan aktifitas lain diluar kemampuan dari *survivor* stroke begitu juga sebaliknya terhadap *caregiver* stroke ¹⁴. Kembali ke titik NOL, mengenali, menerima, memahami dan melepaskan adalah konsep inti yang ada di Metode SUPERNOL dalam mengendalikan stress. Dimana kajian dari metode ini memaparkan mengendalikan stress akan berdampak positif untuk menjaga kesehatan psikologis ataupun kesehatan fisik ¹⁰. Sehingga sangat cocok diterapkan pada lapisan masyarakat utamanya yang memiliki kondisi kronis seperti stroke yang tentunya dalam proses pemulihan ataupun rehabilitasi dari para *survivor* dan *caregiver* terkadang sama-sama merasakan kejenuhan dalam menjalani perawatan yang terkait dengan kondisi stroke.

Tabel 1. Hasil Penilaian pengetahuan terkait Metode SUPERNOL

No	Tingkat Pengetahuan IRT terkait Penerapan Metode SUPERNOL dalam pengendalian stress untuk mencegah Stroke	Pre-Test		Post-test	
		N	%	N	%
1	Baik	2	8	20	80
2	Cukup	10	40	5	20
3	Kurang	13	52	0	0
	Total	25	100	25	100

Berdasarkan tabel 1. Terkait dengan distribusi data tingkat pengetahuan IRT dalam mengelola stres menggunakan metode SUPERNOL, didapatkan hasil bawasanya dari pre dan post menunjukkan perubahan yang signifikan setelah diberikan edukasi metode SUPERNOL dalam mengelola stres dimana dari hasil pre-test awalnya didominasi oleh tingkat pengetahuan yang kurang kemudian post-test didominasi menjadi tingkat pengetahuan yang baik terkait pengendalian stres. Pengetahuan kurang yang dimaksudkan disini adalah para penyandang stroke tidak memahami mekanisme koping yang tepat ketika mengalami stres dan sulit untuk mengenali penyebab stresnya, sedangkan pengetahuan cukup yakni penyandang stroke paham dirinya mengalami stres tetapi sulit untuk mengungkapkan ataupun menanganinya, pengetahuan baik yakni penyandang stroke paham terhadap stres yang dimiliki dan paham menggunakan metode SUPERNOL sebagai salah satu metode yang efektif dapat digunakan ketika mengalami stres. Tingkat pengetahuan ini dinilai berdasarkan range angka sesuai jawaban responden ketika melengkapi kuesioner.

KESIMPULAN

Stres merupakan reaksi kimiawi yang dirasakan oleh semua orang terkait dengan kondisi fisik ataupun psikis tidak terkecuali pada *survivor* dan *caregiver* stroke yang berstatus IRT. Dengan memberikan edukasi terkait penerapan metode SUPERNOL para peserta pengabdian masyarakat dapat memahami cara mengelola stress yang dialami. Karena pencegahan stroke ataupun serangan berulang tidak hanya cukup dengan menjaga pola makan menjaga kesehatan mental dengan mengelola stress juga penting untuk dilakukan. Pada pengabdian masyarakat ini terbukti bahwa dengan pemahaman yang baik terkait penerapan Metode SUPERNOL para peserta mampu mengenali, memahami serta mengambil keputusan terkait penyelesaian masalah yang membuatnya merasa stress dengan

diimbangi pola makan sehat dan olah raga secukupnya yang merupakan bagian metode ini. Edukasi terkait metode SUPERNOL juga dapat diberikan pada setiap pelaksanaan pengabdian masyarakat sebagai informasi yang edukatif dalam mengelola stress.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan tim penulis kepada para peserta pengabdian masyarakat yakni IRT baik dari *survivor* ataupun *caregiver* stroke yang telah berpartisipasi dengan baik selama proses PKM berlangsung. terimakasih juga kami haturkan kepada Yayasan amaranes serta STIKES Wira Medika yang telah memfasilitasi pengabdian masyarakat ini sehingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nawaz, B. *et al.* Young ischaemic stroke incidence and demographic characteristics – The Norwegian stroke in the young study – A three-generation research program. *Eur. Stroke J.* 4, 347–354 (2019).
2. Arnao, V., Acciarresi, M., Cittadini, E. & Caso, V. Stroke incidence, prevalence and mortality in women worldwide. *Int. J. Stroke* 11, 287–301 (2016).
3. Beaglehole, J. C. Incidence of Stroke in Women in Auckland, New Zealand. Ethnic trends over two decades: 1981–2003. *Aust. Q.* 12, 40 (2006).
4. Kaplovitch, E. & Anand, S. S. Stroke in women recognizing opportunities for prevention and treatment. *Stroke* 49, 515–517 (2018).
5. Vahdati, S. S., Ala, A., Hosseinzadeh, N., Asenjan, M. R. & Gorashian, G. Relationship between occurrence of acute stroke and job strain. *Res. Sq.* 1–7 (2022).
6. Puspaningtyas, V. S., Winardi, B. & Sulistiawati, S. Gambaran Penggunaan Kontrasepsi Hormonal Pada Pasien Stroke Iskemik Di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. *Indones. Midwifery Heal. Sci. J.* 3, 37–50 (2021).
7. Noriko, N. *et al.* Pengabdian Masyarakat: Upaya Menghindari Stroke Pada Ibu Rumah Tangga Berusia 30 Tahun Ke Atas. *J. Pemberdaya. Masy. Univ. Al Azhar Indones.* 2, 16 (2020).
8. Adientya, G. & Handayani, F. Stres Pada Kejadian Stroke. *J. Nurs. Stud. Vol. 1, Nomor 1 Tahun 2012, Hal. 183 – 188* Online di <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing> 1, 183–188 (2012).
9. Megawati, S. P. & Lisnawati. Pengaruh pelatihan manajemen stres SUPERNOL terhadap penurunan kecenderungan kenakalan remaja. *J. Psikol. Integr.* 2, 91–101 (2014).
10. Pedak, M. *Metode SUPERNOL Menaklukkan Stres*. Bandung. Penerbit Hikmah PT Mizan Publika. (2009).
11. I. G. K. G. & Sedana, I. G. N. A. K. N. Stress dengan Perilaku Pencegahan Stroke pada Klien Hipertensi. *J. Gema keperawatan* 13, 120–129 (2020).
12. Mawaddah Warahmah, I. P. S. Edukasi Post Stroke pada Lansia di Desa Kasang Kumpeh. *J. Abdimas Kesehat.* 4, 159 (2022).
13. Dewi, N. L. P. T., Wati, N. M. N., Jayanti, D. M. A. D., Lestari, N. K. Y. & Sudarma, I. N. Edukasi Metode CERDIK Dan PATUH Modifikasi Gaya Hidup Sehat Dalam Upaya Mencegah Kejadian Stroke Berulang. *J. Empathy Pengabd. Kpd. Masy.* 3, 42–52 (2022).
14. Dewi, N. L. P. T. & Wati, N. M. N. Hubungan Tingkat Pengetahuan Keluarga dengan Efikasi Diri Pasien Pasca Stroke dalam Mencegah Serangan Berulang. *J. Akad. Baiturrahim Jambi* 11, 203 (2022).