

PENCEGAHAN DAN SIMULASI DETEKSI DINI VERTIGO DI MESJID BAITURRAHMAN LEUWISARI

Henri Setiawan¹⁾, Reffi Nantia Khaerunnisa²⁾, Heri Ariyanto³⁾, Fidya Anisa Firdaus⁴⁾

^{1,2,3,4} Ilmu Keperawatan, STIKes Muhammadiyah Ciamis

E-mail: henrisetiawan1989@gmail.com

Doi : [https:// 10.30787/gemassika.v6i1.597](https://doi.org/10.30787/gemassika.v6i1.597)

Received: Agustus 2020 | Revised: Februari 2021 | Accepted: Nopember 2021

ABSTRACT

Vertigo is a sensation of movement from the body like turning without actual rotation. Vertigo is not always caused by a dangerous disease, but in the long term and if not treated immediately vertigo will cause some adverse effects on quality of life to death. This counseling activity aims to introduce the concept of vertigo, signs and symptoms and practice ways to recognize and eliminate the symptoms of vertigo to the Aisyiyah women's group in Leuwisari sub-district. The outreach activities were carried out by way of explanation and discussion on 65 members of Aisyiyah in the Leuwisari sub-district at the Baiturrahman mosque on October 4, 2019. Before and after the counseling, participants were given a questionnaire to evaluate the activities as a measure of the success of the activity. In this health education activities the participants of the activity gained increased knowledge compared to before the implementation of health education was given. The results of this activity showed that 62% of participants gave a very good assessment and 21% gave a good level of health education activities about vertigo. The author suggests that this activity can be carried out routinely to community groups by the local public health center.

Keywords: *aisyiah; early screening, prevention, vertigo*

PENDAHULUAN

Vertigo merupakan suatu gejala dengan sensasi diri sendiri atau sekeliling serasa bergoyang dan berputar yang ditandai dengan pusing disertai gejala lainnya seperti kehilangan keseimbangan tubuh, keringat dingin, mual dan muntah (Zhu, Zhao, Ju,

Wang, & Chen, 2019). Ilusi atau sensasi berputar yang dirasakan diri sendiri disebut vertigo subjektif dan jika sebaliknya maka disebut dengan vertigo objektif (Chen, Zhao, Yue, & Zhang, 2020). Serangan ini dapat berupa pusing ringan yang datang secara berkala atau berlangsung lama sehingga

penderita tidak bisa beraktivitas secara normal (Priyono & Nusadewiarti, 2020).

Secara umum penyebab vertigo adalah gangguan vestibular akibat adanya gerakan kepala atau perubahan posisi, kelainan didalam telinga, hipertensi, migrain, neuritis vestibular, penyakit meniere dan gangguan kecemasan (Kaski, Agarwal, & Murdin, 2019). Selain itu vertigo dapat menjadi keluhan utama pada pasien stroke ataupun jantung koroner (Hardyanti, Halim, & Muchtar, 2019). Mekanisme yang mendasari penyakit ini belum jelas. Namun ada korelasi yang signifikan antara rekurensi BPPV dengan penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup, seperti hipertensi dan hiper lipidemia (Liu, Kuo, Wang, Chiu, & Chen, 2017).

Vertigo di klasifikasikan menjadi vertigo perifer dan vertigo sentral. Vertigo sentral lebih jarang terjadi dibandingkan vertigo perifer, namun vertigo sentral dapat menjadi tanda awal penyakit berbahaya pada pasien (Alyono, 2018). Vertigo sentral disebabkan oleh trauma pada otak, infeksi, degenerasi spinocerebellar, gangguan sistem veterobasilar, tumor serebelum dan batang otak (Bigelow, Semenov, Lac, Hoffman, & Agrawal, 2015).

Vertigo ini merupakan gejala umum yang dikeluhkan lebih dari 90 juta orang di Amerika. Vertigo terjadi pada sekitar 32% kasus, dan

sampai dengan 56,4% Pada populasi orang tua. Di Indonesia vertigo terjadi pada 5% dari keseluruhan jumlah penduduk. Beberapa penelitian menyatakan bahwa wanita memiliki prevalensi lebih tinggi di bandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan karena pengaruh hormon. Selain itu, usia lebih dari 60 tahun 7 kali lebih beresiko dibandingkan usia antara 18-39 tahun (Sheikhzadeh, Lotfi, Mousavi, Heidari, & Bakhshi, 2016).

Jika tidak segera ditangani vertigo akan menyebabkan beberapa dampak buruk bagi penderitanya antara lain ancaman nyawa. Hal ini terjadi terutama serangan vertigo yang terjadi pada saat penderita sedang menyetir atau mengendarai motor sehingga menyebabkan gangguan konsentrasi. Dampak yang kedua adalah bisa jadi gejala atau tanda awal penyakit tertentu yang berhubungan dengan otak dan telinga. Vertigo juga bisa menjadi penyebab serius dari gejala awal tumor otak (Dommaraju & Perera, 2016).

Dampak ketiga adalah vertigo dapat menjadi indikasi serius terhadap gangguan pada telinga atau organ pendengaran. Infeksi yang terjadi pada bagian dalam telinga bisa menyebabkan kerusakan organ telinga sehingga penderita bisa kehilangan pendengaran secara permanen. Kondisi inilah yang harus diwaspadai oleh semua penderita vertigo (Cheng, 2019).

Itulah beberapa penjelasan penyebab dan dampak dari gejala vertigo. Selain faktor penyakit semua penyebab vertigo dapat dicegah sejak dini dengan mengurangi konsumsi garam, menghindari asap roko, mengurangi konsumsi makanan berlemak, menjaga tekanan darah dan kolestrol agar tetap stabil merupakan upaya untuk mencegah terjadinya vertigo. Faktor pengetahuan dan sumber serta akses informasi yang cukup akan meningkatkan motivasi masyarakat untuk meningkatkan kualitas hidup dengan menghindari faktor-faktor penyebab vertigo (Hardyanti et al., 2019)

Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan vertigo adalah dengan melakukan penyuluhan sebagai bagian dari promosi kesehatan yang dilakukan oleh perawat selain upaya preventif, rehabilitatif, dan kuratif.

MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Permasalahan kelompok mitra berdasarkan wawancara dari 7 ibu-ibu kader Aisyiyah ada 4 yang belum tahu tentang pencegahan dan deteksi dini vertigo.

Data tersebut menunjukkan tingkat pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya pencegahan dan deteksi dini vertigo di kalangan ibu-ibu kader Aisyiyah Lewisari sangat kurang.

Tolok ukur sebelum pemberian penyuluhan tentang pentingnya pencegahan dan deteksi dini vertigo adalah pengetahuan ibu-ibu kader Aisyiyah di kecamatan Lewisari yang kurang. Sedangkan target dan luaran yang dihasilkan dari penyuluhan ini adalah:

1. Peningkatan pengetahuan ibu-ibu kader Aisyiyah di kecamatan Lewisari tentang pentingnya pencegahan dan deteksi dini vertigo.
2. Leaflet sebagai media promosi untuk membantu menambah pengetahuan ibu-ibu kader Aisyiyah di kecamatan Lewisari.
3. Jurnal ilmiah sebagai tambahan referensi untuk program selanjutnya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan cara eksplanasi dan diskusi pada 65 ibu-ibu Aisyiyah di kecamatan leuwisari yang di kumpulkan di mesjid baiturrahman pada tanggal 4 oktober 2019 yang diundang melalui undangan secara terbuka via media sosial. Sebelum dan setelah penyuluhan, partisipan diberikan kuisisioner untuk evaluasi kegiatan sebagai tolak ukur tingkat keberhasilan kegiatan. Instrumen penyuluhan menggunakan pamflet dan power point

presentation yang berisi tentang penjelasan penyakit vertigo, meliputi devinisi etiologi, manifestasi klinis, penatalaksanaan dan pencegahan dini secara tepat.

Tahap pertama yang dilakukan sebelum kegiatan dilaksanakan adalah survey. Survey dilakukan kepada kelompok sasaran dengan tujuan untuk mendapatkan informasi mengenai lokasi dan tujuan yang cocok dan sesuai untuk diadakan kegiatan serupa. Tahap kedua adalah tahap assessment. Pada tahap ini dilakukan penilaian- penilaian terhadap permasalahan yang ada dan dipecahkan solusi berdasarkan kesepakatan bersama. Selanjutnya adalah tahap persiapan. Tahap ini melakukan persiapan sarana dan prasarana meliputi pemilihan tempat sosialisasi yang tepat dan efektif juga persiapan alat-alat yang dibutuhkan seperti sound system, layar presenting dan lain-lain.

Tahap selanjutnya yaitu kegiatan inti. Kegiatan ini merupakan kegiatan yang paling penting, yaitu dilakukannya pendidikan kesehatan dengan metode ceramah umum dan tanya jawab. Agar materi tersampaikan dengan maksimal, maka digunakan media berupa leflet berisi tentang penjelasan penyakit vertigo, meliputi devinisi etiologi, manifestasi klinis, penatalaksanaan dan pencegahan dini secara tepat.

Setelah kegiatan dilaksanakan, tahap selanjutnya adalah evaluasi. Meliputi evaluasi struktur, proses dan hasil

HASIL PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Mesjid Biaturrahman di laksanakan dengan melibatkan 65 ibu-ibu kader Aisyiyah. Pada awal kegiatan dilakukan perkenalan tim penyuluh dilanjutkan dengan pemberian quisioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta kegiatan tentang pencegahan dan deteksi dini vertigo.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan di Mesjid Baiturrahman Leuwisari

Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama tiga jam yang terdiri dari pembukaan, perkenalan, sambutan-sambutan dari tokoh masyarakat setempat, materi inti serta simulasi deteksi dini vertigo. Peserta diberikan waktu yang cukup luas untuk bertanya dan berdiskusi mengenai berbagai hal yang berhubungan

dengan vertigo. Dalam kegiatan tersebut, peserta antusias berpartisipasi, diskusi dan tanya jawab hingga kegiatan selesai.

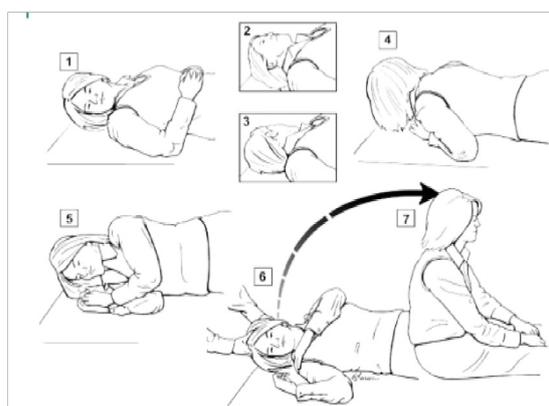
Masjid menjadi pilihan yang tepat dalam melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan di daerah Leuwisari. Daya tampung masjid yang cukup banyak memungkinkan peserta dapat mengikuti kegiatan dalam jumlah yang cukup banyak, namun tetap nyaman dengan kecukupan oksigen dan cahaya ruangan. Selain itu, masjid memiliki fasilitas yang dibutuhkan dalam kegiatan penyuluhan seperti *sound system*, dinding ruangan berwarna putih yang memungkinkan proyektor dapat dilihat dengan jelas oleh partisipan.



Gambar 2. Narasumber memberikan penyuluhan

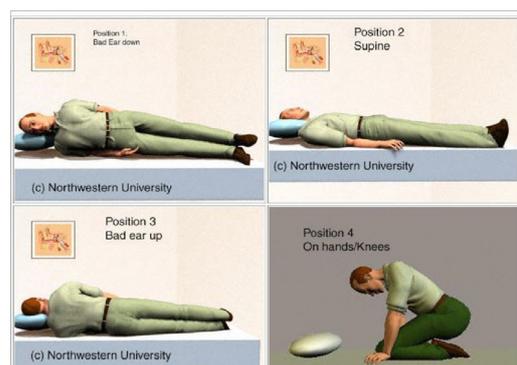
Pada gambar 2, narasumber memberikan penjelasan mengenai deteksi dini vertigo yang dapat dilakukan secara mandiri atau dengan bantuan tenaga kesehatan. Selain memberikan penjelasan melalui PowerPoint, narasumber melakukan demonstrasi di depan partisipan.

Secara umum, deteksi dini yang didemonstrasikan oleh narasumber berpedoman pada sumber literatur yang diperoleh dari perpustakaan dengan mengikuti gambar-gambar petunjuk di bawah ini.



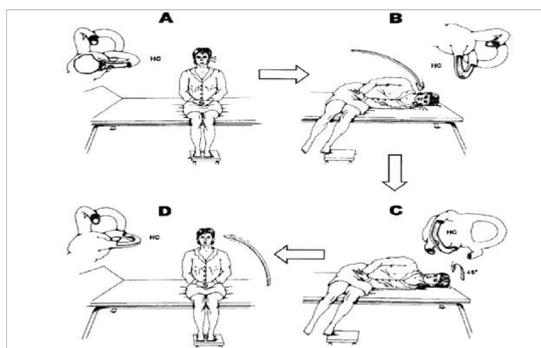
Gambar 3. Barbeacue Manuver

Pasien diminta untuk berputar 360° dalam posisi tidur, dimulai dengan telinga yang sakit di posisi bawah, berputar 90° sampai satu putaran lengkap (360°). Setiap posisi dipertahankan selama 30 detik (Nicácio et al., 2016).



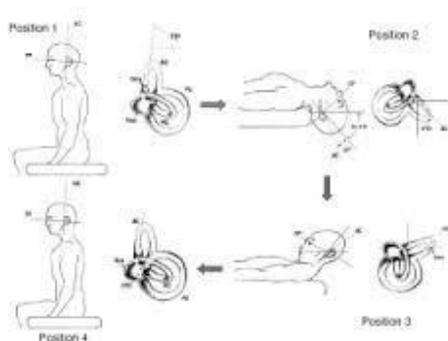
Gambar 4. Long Roll Manuever

Pasien berputar 270° dalam posisi tidur miring ke sisi telinga yang sakit, berputar 90° tiap satu menit menuju ke telinga yang sehat dengan total putaran 270°.



Gambar 5. Gufoni Maneuver

Pasien duduk dengan kepala menghadap lurus ke depan dan direbahkan dengan cepat ke arah sisi lesi, posisi ini dipertahankan selama satu menit setelah nistagmus apogeotropik berakhir. Dalam posisi rebah, kepala pasien diputar 45° ke depan (hidung ke atas), posisi ini dipertahankan selama dua menit. Pasien kembali ke posisi semula.

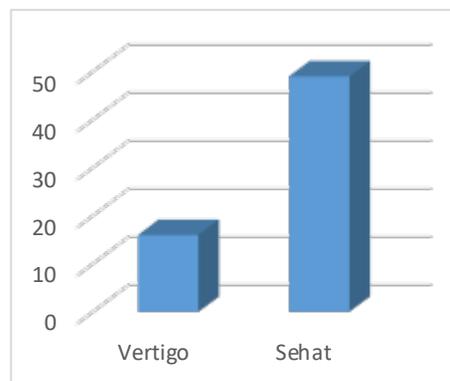


Gambar 6. Forced Prolonged Position
 Manuever

Pasien diminta untuk tidur miring dengan telinga yang sakit berada di posisi atas selama 12 jam.

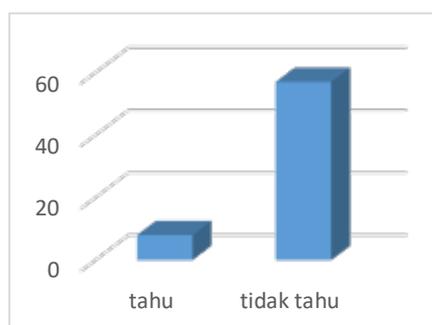
Setelah narasumber memberikan penjelasan mengenai teori dalam deteksi dini vertigo, kegiatan dilanjutkan dengan kegiatan

praktik deteksi dini yang dibantu oleh 8 orang tim penyuluh berdasarkan daftar hadir yang diisi oleh peserta dengan wawancara gejala vertigo.



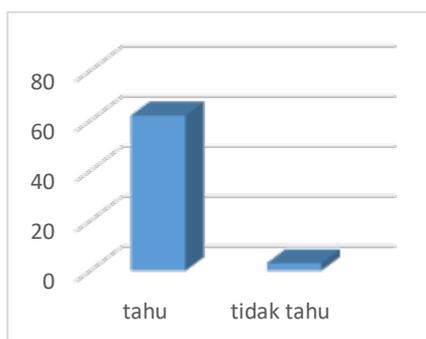
Grafik 1. Gambaran Jumlah partisipan yang mengalami gejala vertigo

Grafik 1 menunjukkan bahwa jumlah partisipan yang mengalami gejala vertigo sebanyak 15 orang, sehingga tim memberikan pendampingan kepada 15 orang partisipan yang mengalami gejala tersebut dengan mempraktekan materi yang sudah disampaikan oleh narasumber. Hasilnya memang ke-15 orang tersebut mengalami vertigo.



Grafik 2. Pengetahuan Pre-test

Grafik 2 menunjukkan gambaran respon pengetahuan partisipan sebelum mendapatkan materi penyuluhan dari narasumber. Peserta mengisi pertanyaan tertutup berupa “Apakah Bapak/Ibu mengetahui tentang deteksi dini dan pencegahan vertigo?”



Grafik 3. Pengetahuan Post-test

Dari grafik 2 dan 3 dapat diketahui respon pengetahuan partisipan tentang deteksi dini dan pencegahan vertigo. Kedua grafik tersebut menjelaskan bahwa jumlah partisipan yang mengetahui tentang deteksi dini dan pencegahan vertigo mengalami peningkatan setelah dilakukan penyuluhan. Terdapat 58 peserta yang tingkat pengetahuannya meningkat. Dan masih ada 7 peserta yang pengetahuannya masih sama.

Dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, perawat memiliki peran penting dengan melakukan upaya preventif, promotif, rehabilitatif dan kuratif. Preventif adalah upaya pencegahan terhadap suatu penyakit yang dapat menurunkan derajat kesehatan masyarakat, sedangkan promotif berupaya meningkatkan pengetahuan masyarakat

tentang suatu penyakit sehingga meningkatkan motivasi untuk mencegah terjadinya penyakit tersebut.

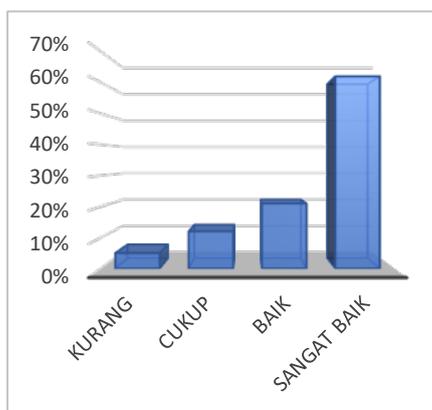
Upaya promotif sangat erat kaitannya dengan perubahan perilaku masyarakat dalam menjaga kesehatan. Mengubah kebiasaan dan perilaku bukanlah hal mudah, butuh waktu yang cukup lama untuk memberikan pemahaman terhadap suatu penyakit dan menumbuhkan kesadaran untuk mencegahnya sejak dini. Banyak penyakit muncul disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat atau perilaku masyarakat yang tidak sehat, diantaranya vertigo (KhansaAmany, Aih, & Amalia, 2019).

Tujuan utama penyuluhan kesehatan yaitu supaya orang mampu menerapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri, mampu memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya. Dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar dan mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup dan derajat kesehatan masyarakat.

Vertigo dapat dicegah dengan olahraga secara teratur, pola makan yang sehat, mengurangi konsumsi garam, menghindari asap roko, mengurangi konsumsi makanan berlemak, menjaga tekanan darah dan kolesterol agar tetap stabil. Dan pola hidup seperti ini perlu di dorong melalui program promosi kesehatan (Sheikhzadeh et al., 2016).

Promosi kesehatan pencegahan dan simulasi deteksi dini vertigo sangat tepat diberikan kepada ibu-ibu karena pada masa tersebut tidak sedikit dari mereka yang beresiko terserang gejalanya. Output dari proses fikir tersebut diharapkan terinternalisasi sehingga tumbuh kesadaran dan motivasi untuk mengubah perilaku tidak sehat yang dapat meningkatkan resiko terjadinya vertigo. Konsumsi makanan tinggi garam dan berlemak merupakan kebiasaan ibu-ibu yang berdampak buruk terhadap kesehatan tubuh, terutama bagi penderita penyakit stroke dan meniere. Semua ini dapat dicegah melalui promosi kesehatan tersebut (Priyono & Nusadewiarti, 2020).

Berdasarkan hasil evaluasi kuesioner dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa promosi kesehatan pencegahan dan simulasi deteksi dini vertigo partisipan memberikan penilaian mayoritas “Sangat Baik” yang dapat dilihat pada Grafik 4.



Grafik 4. Penilaian peserta terhadap kegiatan penyuluhan

Hasil evaluasi terhadap promosi kesehatan yang dilaksanakan kepada para peserta kegiatan, didapatkan 62% menyatakan bahwa kegiatan ini secara keseluruhan sudah sangat baik dan 21% menyatakan baik. Berdasarkan hasil evaluasi memberikan sebuah indikator bahwa kegiatan yang dilaksanakan secara garis besar dapat diterima dan dipahami oleh para peserta kegiatan.

Adapun menurut hasil pengamatan pengamatan yang dilakukan selama pendidikan kesehatan 85% peserta memperhatikan tim penyuluh, indikator bahwa informasi telah terserap. Peserta tampak menyimak dengan serius saat penyampaian materi. Peserta tampak bersemangat dalam mengikuti pendidikan kesehatan karena banyak terlihat peserta berperan aktif saat diajak pemateri maupun saat pemateri memberikan pertanyaan

KESIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan pencegahan dan simulasi deteksi dini vertigo berlangsung dengan lancar dengan lancar. Peserta mampu memahami materi yang disampaikan dengan baik, selama kegiatan berlangsung peserta terlihat aktif dan bersemangat. kegiatan ini perlu dilanjutkan secara berkesinambungan dengan beberapa perbaikan seperti penggunaan alat peraga yang lebih atraktif,

informatif dan edukatif. Sehingga beberapa proses fisiologis dapat dilihat kasat mata.

Ucapan terimakasih disampaikan kepada ketua STIKes Muhammadiyah Ciamis yang memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada

masyarakat ini dari sisi anggaran. Juga kepada pimpinan cabang Aisyiyah leuwisari yang memberikan izin rekomendasi sehingga kegiatan berlangsung tertib.

DAFTAR PUSTAKA

- Alyono, J. C. (2018). Vertigo and Dizziness Understanding and Managing Fall Risk. *Otolaryngologic Clinics of NA*. <https://doi.org/10.1016/j.otc.2018.03.003>
- Bigelow, R. T., Semenov, Y. R., Lac, S., Hoffman, H. J., & Agrawal, Y. (2015). Vestibular vertigo and comorbid cognitive and psychiatric impairment : the 2008 National Health Interview Survey. *Journal Neurol Neurosurg Psychiatry*, 1–6. <https://doi.org/10.1136/jnnp-2015-310319>
- Chen, J., Zhao, W., Yue, X., & Zhang, P. (2020). Risk Factors for the Occurrence of Benign Paroxysmal Positional Vertigo : A Systematic Review and Meta-Analysis. *Frontiers in Neurology*, 11, 1–12. <https://doi.org/10.3389/fneur.2020.00506>
- Cheng, K. (2019). Prevention or Treatment of Hunan Ear Pain , Itch or Vertigo (Dizziness) Caused by Cerumen (Earwax) Impaction and Ear Hairs. *Open Science Journal of Clinical Medicine*, 7(2), 48–51.
- Dommaraju, S., & Perera, E. (2016). An approach to vertigo in general practice. *The Royal Australian College of General Practitioners*, 45(4), 190–194.
- Hardyanti, I., Halim, W., & Muchtar, M. (2019). Hubungan Antara Faktor-Faktor Resiko Cerebro-Kardiovaskuler Dengan Kejadian Vertigo Di RSUD Anutapura Palu Tahun 2018. *Jurnal Medika Alkhairaat*, 1(1), 16–20.
- Kaski, D., Agarwal, K., & Murdin, L. (2019). Acute vertigo. *BMJ*, 1–5. <https://doi.org/10.1136/bmj.l5215>

- KhansaAmany, Aih, C., & Amalia, L. (2019). Clinical Profile of Stroke Patients with Vertigo in Hasan Sadikin General Hospital Bandung Neurology Ward. *Journal of Medicine and Health*, 2(3), 856–866.
- Liu, D., Kuo, C., Wang, C., Chiu, C., & Chen, T. (2017). Age-Related Increases in Benign Paroxysmal Positional Vertigo Are Reversed in Women Taking Estrogen Replacement Therapy : A Population-Based Study in Taiwan. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2017.00404>
- Nicácio, C., Myrelly, K., Ribeiro, O. B. D. F., Vanessa, R., Freitas, D. M., Maria, L., ... Guerra, O. (2016). Vertiginous Symptoms and Objective Measures of Postural Balance in Elderly People with Benign Paroxysmal Positional Vertigo Submitted to the Epley Maneuver. *International Archives of Otorhinolaryngology*, 20(1), 61–68.
- Priyono, A. H., & Nusadewiarti, A. (2020). “ Family Medicine Approach sebagai Tatalaksana Benign Paroxysmal Positional Vertigo (BPPV) Kanal Posterior Kanan Komorbid Hipertensi pada Perempuan Usia 49 Tahun : Sebuah Laporan Kasus .” *Scientific Medical Journal*, 1(2), 1–10.
- Sheikhzadeh, M., Lotfi, Y., Mousavi, A., Heidari, B., & Bakhshi, E. (2016). The effect of serum vitamin D normalization in preventing recurrences of benign paroxysmal positional vertigo: A case-control study. *Caspian Journal International*, 7(3), 173–177.
- Zhu, C. T., Zhao, X. Q., Ju, Y., Wang, Y., & Chen, M. M. (2019). Clinical Characteristics and Risk Factors for the Recurrence of Benign Paroxysmal Positional Vertigo. *Frontiers in Neurology*, 10, 1–6. <https://doi.org/10.3389/fneur.2019.01190>