

Available online at [www.jurnal.abulyatama.ac.id/abdimas](http://www.jurnal.abulyatama.ac.id/abdimas)  
ISSN 2474-1845 (Online)

# Jurnal Abdimas UNAYA

(Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)



## Penyuluhan Kesehatan Saraf Pada Masyarakat Gampong Leupung

Ratih Ayu Atika<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abulyatama, Aceh Besar, 23374, Indonesia

\*Email korespondensi: [ratihayuatika\\_fk@abulyatama.ac.id](mailto:ratihayuatika_fk@abulyatama.ac.id)<sup>1</sup>

Diterima 20 Agustus 2021; Disetujui 21 September 2021; Dipublikasi 20 September 2021

**Abstract:** *Neurological Health Counseling in the Community of Gampong Leupung Author: dr. Ratih Ayu Atika, MKM Neurological health disorders are one of the health issues that frequently occur in society, yet awareness regarding their prevention and management is still relatively low. Factors such as malnutrition, unhealthy lifestyles, and lack of knowledge about neurological health can increase the risk of neurological disorders. Therefore, this community service activity aims to provide education related to nerve health to the community in Gampong Leupung. The method used in this activity is a lecture and an interactive question-and-answer session. The material provided includes a basic understanding of the nervous system, risk factors for nervous disorders, as well as prevention and management steps. In addition, demonstrations were conducted on healthy lifestyle practices to maintain nerve health. The results of the outreach showed an increase in public understanding of the importance of maintaining nerve health and the application of a healthy lifestyle in daily life. Active participation in discussions and Q&A sessions also reflects the high enthusiasm of the community towards the material presented. In conclusion, this outreach activity has a positive impact on increasing public awareness and knowledge about neurological health. It is hoped that similar educational programs can continue to be conducted to provide long-term benefits for public health.*

**Keywords:** *nerve health 1, community outreach 2, nutrition and neurology 3.*

**Abstrak:** Penyuluhan Kesehatan Saraf pada Masyarakat Gampong Leupung Penulis: dr. Ratih Ayu Atika, MKM Gangguan kesehatan saraf merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang sering terjadi di masyarakat, namun kesadaran mengenai pencegahan dan penanganannya masih tergolong rendah. Faktor seperti malnutrisi, gaya hidup tidak sehat, dan kurangnya pengetahuan tentang kesehatan saraf dapat meningkatkan risiko gangguan neurologis. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi terkait kesehatan saraf kepada masyarakat di Gampong Leupung. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah dan sesi tanya jawab interaktif. Materi yang diberikan mencakup pemahaman dasar tentang sistem saraf, faktor risiko gangguan saraf, serta langkah-langkah pencegahan dan penanganannya. Selain itu, dilakukan demonstrasi mengenai pola hidup sehat untuk menjaga kesehatan saraf. Hasil dari penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan saraf serta penerapan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Partisipasi aktif dalam diskusi dan tanya jawab juga mencerminkan tingginya antusiasme masyarakat terhadap materi yang disampaikan. Kesimpulannya, kegiatan penyuluhan ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan saraf. Diharapkan program edukasi serupa dapat terus dilakukan untuk memberikan manfaat jangka panjang bagi kesehatan masyarakat.

**Kata kunci :** *kesehatan saraf 1, penyuluhan masyarakat 2, gizi dan neurologi 3.*

Anak-anak dengan status gizi kurang masih masyarakat yang utama di Indonesia (Riskesdas, menjadi salah satu masalah kesehatan 2010). Di negara berkembang kekurangan gizi

memberikan kontribusi terhadap tingginya rata-rata angka kematian. Tidak mempunyai cadangan lemak dan sangat sedikit otot dialami oleh anak-anak dengan kekurangan gizi. Ketika terjadi kekurangan nutrisi, anak-anak mengalami insiden penyakit yang tinggi karena tubuh tidak mampu melawan infeksi sehingga perkembangan otak menjadi lambat.

Data menunjukkan bahwa angka kematian akibat penyakit infeksi yang terjadi pada anak dengan kekurangan nutrisi, tiga hingga 27 kali lebih besar daripada anak-anak yang gizinya baik, sehingga malnutrisi merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap gangguan sistem saraf anak dan dapat menjadi penyebab kematian pada anak (Zulaekah, 2014).

Malnutrisi anak terus menjadi masalah kesehatan masyarakat di negara berkembang. Usia anak-anak, jarak kelahiran sebelumnya, status pendidikan ibu, status kekayaan, dan wilayah merupakan faktor yang secara independen terkait dengan status gizi anak-anak. Secara global, ada 165 juta anak stunting dan 51 juta anak wasting pada tahun 2012. Ini membunuh 31 juta balita setiap tahun.

Balita merupakan kelompok umur yang paling rentan mengalami malnutrisi. Jika terjadi kekurangan nutrisi pada tahap awal kehidupan dapat meningkatkan risiko infeksi, mortalitas, dan morbiditas bersamaan dengan penurunan perkembangan mental dan kognitif. Kekurangan nutrisi pada anak bisa bertahan lama dan melampaui masa kanak-kanak. Kekurangan nutrisi pada usia dini menurunkan

prestasi pendidikan dan produktivitas tenaga kerja dan meningkatkan risiko penyakit kronis di usia lanjut (Endris, 2014).

Seribu hari pertama kehidupan merupakan masa kritis bagi perkembangan saraf anak. Kekurangan nutrisi merupakan kontributor utama gangguan perkembangan saraf anak, terutama di rangkaian sumber daya yang rendah. Anak-anak dengan nutrisi yang seimbang memiliki peluang yang lebih baik untuk berkembang. Sebaliknya, anak-anak yang dibesarkan dalam kondisi buruk, kekurangan gizi dan kelebihan gizi berisiko terhadap kesehatan dan hasil sosial yang negatif sepanjang perjalanan hidup mereka (John CC, 2017). Keterlambatan perkembangan saraf dan malnutrisi saling berinteraksi dan berkontribusi pada beban penyakit yang signifikan dalam pengaturan global. Harus dilakukan penilaian yang terintegrasi dengan baik dengan rencana manajemen atau nasihat sehingga akan meningkatkan hasil status gizi ke arah yang lebih baik (Gladstone M, 2014).

Perkiraan global menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga anak di bawah usia lima tahun di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah sangat berisiko tidak mencapai potensi perkembangan mereka, berdasarkan kemiskinan dan stunting. Masalah terkait kesehatan dan gizi anak dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk belajar sehingga nutrisi sangat diperlukan terutama pada proses pertumbuhan dan perkembangan anak (John CC, 2017).

Neuropati adalah suatu gangguan saraf

perifer baik sensorik, motorik atau campuran. Setidaknya 1,5 juta pasien berkunjung ke dokter neurologi tiap tahun dengan keluhan gangguan sistem saraf perifer, angka ini berarti 10% dari kunjungan seluruh pasien neurologi. Neuropati perifer merupakan gangguan sistem saraf pusat yang paling sering terjadi. Kesehatan saraf pusat adalah sesuatu yang sangat bernilai bagi manusia, karena siapapun tanpa pandang bulu dapat mengalami gangguan kesehatan saraf pusat. Manusia tentunya memiliki kerentanan terhadap serangan virus dan kuman penyakit saraf pusat, belum lagi terkadang kurangnya kepekaan terhadap gejala-gejala penyakit saraf pusat. Pada masyarakat umumnya masih banyak ditemukan orang-orang yang tidak terlalu memperhatikan dan tidak memahami masalah kesehatan saraf pusat.

Di zaman dewasa ini kemudahan dengan adanya para dokter ahli maupun tenaga medis lainnya, sering sekali juga kita menemukan kelemahan-kelemahan dalam penanganan konsultasi, diantaranya jam dan waktu kerja (praktek) yang terbatas sehingga banyak pasien harus menunggu dalam antrian, belum lagi biaya konsultasi yang sangat mahal walau sekedar berkonsultasi. Oleh karena kelemahan-kelemahan tersebut, maka masyarakat selaku pengguna jasa sangat membutuhkan sebuah sistem yang dapat memberi kemudahan dalam mendiagnosa penyakit yang dialami sehingga sedini mungkin agar dilakukan pencegahan dan pengobatan yang dapat dilakukan lebih awal maupun

memudahkan masyarakat dalam berkonsultasi lebih lanjut dengan dokter ahli. Untuk meminimalisir kelemahan tersebut maka dibutuhkan sebuah sistem yang dapat mendiagnosa suatu penyakit saraf pusat yaitu berupa suatu sistem pakar. Di dalam berbagai bidang pemanfaatan teknologi sudah menjadi hal yang lumrah seperti yang kita ketahui, salah satunya adalah dalam bidang kesehatan atau medis, teknologi yang dimanfaatkan salah satunya adalah sistem pakar.

## **KAJIAN PUSTAKA**

### *1. Kesehatan Saraf dan Faktor yang Mempengaruhinya*

Sistem saraf merupakan salah satu bagian penting dalam tubuh manusia yang berperan dalam mengatur berbagai fungsi fisiologis, termasuk pergerakan, sensorik, dan respons terhadap lingkungan. Gangguan pada sistem saraf dapat menyebabkan berbagai penyakit neurologis yang berdampak pada kualitas hidup seseorang (John et al., 2017).

Beberapa faktor utama yang dapat mempengaruhi kesehatan saraf antara lain:

- **Malnutrisi:** Gizi yang tidak seimbang dapat menghambat perkembangan saraf, terutama pada anak-anak di usia dini (Endris et al., 2017).
- **Infeksi dan Peradangan:** Infeksi yang tidak tertangani dapat menyebabkan kerusakan pada jaringan saraf dan meningkatkan risiko gangguan neurologis (Zulaekah et al., 2014).

- **Gaya Hidup Tidak Sehat:** Kurang aktivitas fisik, konsumsi makanan tidak sehat, dan stres dapat memperburuk kesehatan saraf (Gladstone et al., 2014).

## 2. Malnutrisi dan Dampaknya terhadap Sistem Saraf

Kekurangan nutrisi telah lama dikaitkan dengan gangguan perkembangan saraf, terutama pada anak-anak di negara berkembang. Studi menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami malnutrisi memiliki risiko lebih tinggi terhadap keterlambatan perkembangan kognitif dan gangguan fungsi saraf (Riskesdas, 2010).

Menurut Gladstone et al. (2014), seribu hari pertama kehidupan merupakan periode kritis bagi perkembangan saraf anak. Jika terjadi defisiensi nutrisi dalam periode ini, dampaknya dapat bersifat jangka panjang, termasuk gangguan pertumbuhan otak dan penurunan kapasitas intelektual. Oleh karena itu, pemenuhan gizi yang baik sangat penting dalam menjaga kesehatan saraf, terutama pada masa pertumbuhan.

## 3. Pencegahan dan Penanganan Gangguan Saraf

Pencegahan gangguan saraf dapat dilakukan melalui berbagai langkah, antara lain:

- **Pola makan sehat:** Konsumsi makanan yang kaya akan vitamin B12, omega-3, dan antioksidan dapat membantu menjaga fungsi saraf (Halodoc, 2022).

- **Aktivitas fisik:** Olahraga secara rutin dapat meningkatkan sirkulasi darah ke otak dan membantu menjaga kesehatan saraf (John et al., 2017).

- **Pendidikan dan Penyuluhan:** Meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan saraf melalui penyuluhan dapat membantu dalam deteksi dini dan pencegahan gangguan saraf (Daniel, 2018).

Menurut Hendra & Galuh (2016), sistem pakar berbasis teknologi dapat digunakan untuk membantu diagnosis dini penyakit saraf, sehingga memungkinkan masyarakat untuk lebih cepat mendapatkan informasi dan perawatan yang tepat.

## 4. Pentingnya Edukasi dan Penyuluhan Kesehatan Saraf

Penyuluhan kesehatan saraf menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan sistem saraf. Studi menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang baik dapat mengurangi risiko gangguan neurologis melalui perubahan perilaku dan kebiasaan hidup sehat (Riskesdas, 2010).

Program penyuluhan juga dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengenali gejala awal gangguan saraf, sehingga mereka dapat segera mencari pertolongan medis sebelum kondisi memburuk. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan perlu dilakukan secara

berkelanjutan untuk memastikan masyarakat memahami pentingnya menjaga kesehatan saraf dan menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **1. Kerangka pemecahan masalah**

Dari permasalahan yang muncul disusun berbagai alternatif untuk memecahkan masalah. Selanjutnya dari berbagai alternatif, dipilih alternatif yang paling mungkin dilaksanakan. Berdasarkan kerangka berpikir tersebut, maka metode dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut.

- Pemecahan, Mahasiswa belum mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan saraf pada masyarakat gampong leupung
- Pemecahan permasalahan, penyuluhan kepada masyarakat untuk cara menjaga kesehatan saraf pada masyarakat gampong leupung
- Alternative pemecahan masalah, Meningkatkan pemahaman mahasiswa bagaimana cara menjaga kesehatan saraf pada masyarakat gampong leupung
- Metode kegiatan, Ceramah dan tanya jawab segala sesuatu bagaimana cara menjaga kesehatan syaraf pada masyarakat gampong leupung

### **2 Realisasi Pemecahan Masalah.**

a) Ceramah dan tanya jawab.

- Kegiatan ceramah dan tanya jawab dilakukan untuk memberikan pemahaman peserta tentang bagaimana cara menjaga kesehatan saraf pada masyarakat gampong leupung

- Materi ini akan diberikan oleh dosen Universitas Abulyatama Aceh. Materi yang diberikan memuat berbagai persoalan terkait menjaga kesehatan syaraf pada masyarakat gampong leupung

b) Keterkaitan Kegiatan Penyuluhan ini melibatkan instansi Universitas Abulyatama Aceh dan Perangkat Desa. Kedua instansi yang terlibat ini mendapat keuntungan secara bersama sama (mutual benefit).

1. Puskesmas Di desa Leupung sebagai tempat pelaksanaan kegiatan mendapatkan pengetahuan dan secara tidak langsung peserta lebih memahami bagaimana cara menjaga kesehatan saraf pada masyarakat gampong leupung

2. Universitas Abulyatama Aceh melalui Lembaga Pendidikan ini berperan menyediakan dana, sehingga mendukung pelaksanaan dharma ketiga dari tri Dharma Perguruan Tinggi.

c) Khalayak Sasaran Khalayak yang dijadikan sasaran kegiatan ini adalah para masyarakat di lingkungan desa Leupung.

d) Rancangan Evaluasi Untuk mengetahui apakah program yang akan dilaksanakan ini

berdampak positif atau sejauh mana program ini terlaksana, sudah barang tentu dibuat suatu evaluasi yang meliputi :

1. Dilakukan Penyuluhan kepada masyarakat di Di desa Leupung tentang bagaimana cara melakukan Basic Life Support
2. Dilakukan Penyuluhan kepada masyarakat di Di desa Leupung tentang bagaimana cara melakukan Basic Life Support

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Pembahasan**

Hasil yang didapatkan dari pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa terlaksananya kegiatan pelatihan. Langkah awal kegiatan pengabdian berupa penyampaian usulan pelatihan menjaga kesehatan saraf pada masyarakat gampong leupung. Hasil kegiatan berupa kesepakatan waktu pelaksanaan pelatihan, tempat dan jumlah peserta yang diusulkan. Pelaksanaan pelatihan, dengan rincian kegiatan meliputi sesi pembukaan dan pengenalan pemateri, para fasilitator dan juga peserta. Dalam sesi ini juga dijelaskan tujuan dan hasil yang diharapkan dari kegiatan yang akan dilaksanakan.

Menjaga jaringan saraf tetap sehat adalah hal yang penting dilakukan. Pasalnya, gangguan pada jaringan ini bisa memicu beragam penyakit, hingga

mengganggu fungsi tubuh secara keseluruhan. Tidak sedikit orang yang mengira bahwa penyakit yang berkaitan dengan jaringan saraf hanya terjadi pada lansia. Namun, faktanya tidak begitu.

Penyakit ini ternyata bisa terjadi kapan saja, termasuk di usia muda. Maka dari itu, merawat agar jaringan ini tetap sehat adalah hal yang penting dilakukan. Kabar baiknya, kerusakan pada jaringan saraf ternyata bisa dicegah.

Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi pentingnya tentang bagaimana cara menjaga kesehatan syaraf pada masyarakat. Kegiatan pemberian materi berlangsung kurang lebih 60 menit. Pada sesi pemberian materi para peserta sangat antusias, terlihat dari beberapa peserta mengajukan pertanyaan terkait materi yang diberikan. Setelah pemberian materi dan tanya jawab bersama para peserta, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pentingnya tentang bagaimana cara menjaga kesehatan syaraf pada masyarakat

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Kesimpulan dari pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini adalah keberhasilan edukasi tentang Bantuan Hidup Dasar kepada mahasiswa dengan bukti :

- 1). Masyarakat memahami bagaimana

menjaga kesehatan syaraf

2). Masyarakat memahami bagaimana menangani agar terhindar dari penyakit syaraf

#### Saran

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini sebagai berikut:

Kegiatan ini perlu ditindaklanjuti dan terus disosialisasikan kembali di universitas

#### DAFTAR PUSTAKA

- Endris, N., Asefa, H., & Dube, L. (2017). *Prevalence of Malnutrition and Associated Factors among Children in Rural Ethiopia*.
- Gladstone, M., Mallewa, M., Jalloh, A. A., Voskuil, W., Postels, D., & Groce, N. (2014). *Assessment of Neurodisability and Malnutrition in Children in Africa*. *Semin Pediatr Neurol*, 21(50-7).
- John, C. C., Black, M. M., & Nelson, C. A. (2017). *Neurodevelopment: The Impact of Nutrition and Inflammation During Early to Middle Childhood in Low Resource Settings*. *Pediatrics*, 139(suppl1):S59-S71.
- Riskesdas. (2010). *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Zulaekah, S., Purwanto, S., & Hidayati, L. (2014). *Anemia Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Malnutrisi*. *KEMAS Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 106–114.

Daniel Alexander Octavianus Turang. (2018). *Aplikasi Sistem Pakar Berbasis Web Untuk Mendiagnosa Penyakit Saraf Pusat Dengan Metode Forward Chaining*. *KLIK*, 5(1), 87-97.

Hendra Marcos & Galuh Kusumastuti. (2016). *Sistem Pakar Diagnosis Penyakit Saraf Pusat dengan Metode Forward Chaining*. *CITISEE 2016*, 9-15.

Halodoc. (2022). *Menjaga Kesehatan Saraf: Pencegahan dan Penanganan Awal*. Diakses dari <https://www.halodoc.com/kesehatan/saraf>.

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Fundamentals of Nursing*. Elsevier Health Sciences.

Tarwoto. (2010). *Kesehatan Masyarakat dan Personal Hygiene*. Bandung: Alfabeta.