

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stroke merupakan salah satu penyebab kematian dan kecacatan yang signifikan di seluruh dunia. Pada tahun 2013, Stroke menempati peringkat kedua setelah penyakit jantung sebagai penyebab kematian utama. Angka mortalitas, morbiditas, dan kecacatan akibat stroke terus meningkat setiap tahunnya. Penelitian di Ethiopia pada tahun 2019 menunjukkan tingginya angka kejadian stroke di negara tersebut, yang disebabkan oleh kurangnya pemahaman tentang stroke. Diperkirakan ada sekitar 50 juta kasus stroke di seluruh dunia, dengan 9 juta di antaranya mengalami kecacatan berat. Angka kejadian stroke terus meningkat, dari 250,55 per 100.000 orang per tahun menjadi 257,96 per 100.000 orang-tahun, sementara prevalensinya turun dari 434,86 per 100.000 menjadi 393,38 per 100.000 orang Syafni, (2020).

Menurut data dari *World Stroke Organization* (2022), prevalensi stroke pada tahun 2022 menunjukkan bahwa setiap tahunnya terdapat sekitar 13,7 juta kasus baru stroke, yang menyebabkan sekitar 5,5 juta kematian. Sekitar 70% dari total kasus stroke dan 87% dari kematian serta kecacatan akibat stroke terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah. Selama 15 tahun terakhir, stroke secara konsisten menyebabkan lebih banyak kematian di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah daripada di negara-negara berpendapatan tinggi. Prevalensi stroke bervariasi di berbagai wilayah di seluruh dunia Setiawan, (2022).

Indonesia mengalami peningkatan jumlah kasus terjadinya stroke sebanyak (7%) menjadi (10,9%) dibandingkan tahun 2013. Prevalensi stroke di Indonesia tahun 2018 berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun sebesar (10,9%) atau diperkirakan sebanyak 2.120.362 orang Kemenkes RI, (2018).

Secara Nasional, prevalensi stroke di Indonesia tahun 2018 pada penduduk umur ≥ 15 tahun sebesar 10,9% atau diperkirakan sebanyak

2.120.362 orang. Berdasarkan kelompok umur kejadian stroke terjadi lebih banyak pada kelompok umur 55-64 tahun (33,3%) dan proporsi penderita stroke paling sedikit adalah kelompok umur 15-24 tahun (1,2%) Robby et al., (2023).

Data dari Jawa Tengah menunjukkan bahwa jumlah penderita stroke menempati peringkat 13 di Indonesia pada tahun 2018, dengan total kasus stroke mencapai 40.972, terdiri dari 12.542 kasus stroke hemoragik dan 28.430 kasus stroke non hemoragik. Di kota Semarang, terdapat 801 kasus stroke hemoragik dan 2.141 kasus stroke non hemoragik menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018. Selain itu, terdapat sejumlah besar kasus stroke non hemoragik yang dirawat inap di rumah sakit di Indonesia, dengan jumlah tertinggi terjadi di Provinsi Jawa Tengah, mencapai 4.473 orang Stroke merupakan penyebab kematian utama di Kota Surakarta, dengan jumlah kematian mencapai 605 jiwa menurut data dari (Dinas Kesehatan Kota Surakarta pada tahun 2019) Bachtiar et al., (2023).

Hemiparese (kelemahan otot pada sisi tubuh) merupakan salah satu komplikasi yang akan dialami penderita stroke, yaitu penderita stroke tidak akan mampu untuk melakukan aktivitas mandiri. Hemiparesis ini akan berdampak pada penyembuhan yang lama dari itu perlu dilakukan latihan agar dapat mengurangi gejala stroke. Dampak lain dari hemiparese pasien tidak mampu melakukan aktivitas secara mandiri dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari seperti saat berjalan, mandi, melakukan perawatan diri, berpakaian, pergi ke toilet, berpindah tempat, makan yang disebabkan ke lumpuhan sebagian atau seluruh anggota tubuh sehingga pasien tergantung oleh orang lain sehingga adl nya terganggu kualitas hidup pasien juga menurun Permatasari1, (2023).

Terjadinya stroke non hemoragik ditandai dengan penurunan tekanan darah yang mendadak, takikardi, pucat dan pernapasan yang tidak teratur. Serangan stroke dapat terjadi salah satunya jika pembuluh darah yang membawa darah ke otak tersumbat atau

karena terjadinya gangguan sirkulasi pembuluh darah yang mentiadakan darah keotak. Tanda-tanda pasien yang mengalami stroke awalnya yaitu nyeri kepala, muntah-muntah, disatria atau berbicara pelo, kelumpuhan wajah atau anggota badan, untuk mencegah stroke bisa dilakukan dengan menerapkan hidup sehat seperti mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang, rajin berolah raga dan menghindari stress Azizah & Wahyuningsih, (2020).

Usaha penyembuhan meliputi kolaborasi dengan dokter untuk menyediakan terapi dan obat-obatan seperti *diuretik osmotik, steroid, sedatif, dan antihipertensi*. Pemberian latihan ROM merupakan bentuk intervensi non farmakologi keperawatan untuk mengatasi gangguan mobilitas fisik, terapi ROM secara dini dapat meningkatkan kekuatan otot dan mencegah terjadi kecacatan yang permanen pada pasien pasca perawatan dirumah sakit. Perawat juga dapat melakukan tindakan rehabilitatif dengan memberikan terapi gerakan fisik (ROM) dan kompres hangat untuk meningkatkan peredaran darah dalam tubuh, yang pada gilirannya dapat memperkuat ekstremitas pasien stroke. Melalui upaya rehabilitasi ini, terbukti dapat meningkatkan kemampuan pemulihan dan membantu pasien untuk mencapai kondisi kesehatan yang lebih baik Wahyuni et al., (2023).

Latihan Range Of Motion (ROM) merupakan salah satu bentuk latihan dalam proses rehabilitasi yang dinilai mampu untuk mencegah terjadinya kecacatan pada pasien dengan stroke. Latihan ROM merupakan sekumpulan gerakan yang dilakukan pada bagian sendi yang bertujuan untuk meningkatkan fleksibilitas dan kekuatan otot. ROM dapat diterapkan dengan aman sebagai salah satu terapi pada berbagai kondisi pasien dan memberikan dampak positif baik secara fisik maupun psikologis, latihan ringan seperti ROM memiliki beberapa keuntungan antara lain lebih mudah dipelajari dan diingat oleh pasien dan keluarga mudah diterapkan dan merupakan intervensi keperawatan dengan biaya murah yang dapat diterapkan oleh penderita stroke Permatasari1, (2023).

Menurut Purba et al., (2022) menunjukkan bahwa Latihan ROM pasif mempengaruhi rentang sendi pada ekstremitas atas dan bawah pada pasien stroke. Latihan ROM pasif dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan rentang sendi pada ekstremitas atas dan bawah pada pasien stroke. Hasil analisis menunjukkan ROM pasif yang dilakukan pada pasien stroke dapat meningkatkan rentang sendi, dimana reaksi kontraksi dan relaksasi selama gerakan ROM pasif yang dilakukan pada pasien stroke terjadi penguluran serabut otot dan peningkatan aliran darah pada daerah sendi yang mengalami paralisis sehingga terjadi peningkatan penambahan rentang sendi abduksi-adduksi pada ekstremitas atas dan bawah hanya pada sendi-sendi besar. Sehingga ROM dapat dilakukan sebagai alternatif dalam meningkatkan rentang sendi pada pasien stroke.

Hasil penelitian dari Purqoti, (2020) menunjukkan bahwa responden sebagian besar berumur >60 tahun (60%), berjenis kelamin laki-laki (50%) dan perempuan (50%), dan semuanya menderita stroke non hemoragik. Sebelum dilakukan terapi ROM, derajat kekuatan otot pasien termasuk kategori derajat 0 hingga derajat 2. Dan sesudah dilakukan terapi ROM, derajat kekuatan otot pasien termasuk kategori derajat 2 hingga derajat 4. Terdapat perbedaan (peningkatan) derajat kekuatan otot pasien sebelum dan sesudah terapi ROM dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$. Terapi ROM dinyatakan efektif dalam meningkatkan kekuatan otot ekstremitas penderita stroke.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Solo, prevalensi penderita stroke di Solo menunjukkan peningkatan dari tahun 2020 hingga 2024. Kelurahan Karangasem berada di peringkat kedua dengan jumlah penderita stroke tertinggi, yaitu sekitar 63 penderita stroke. Kelurahan Jebres 75 penderita stroke Dwi Puspasar,(2023.).

Studi pendahuluan di RW 04 RT 02 Kelurahan Jebres mengidentifikasi 15 orang lansia yang menderita stroke di RW 04 RT 02. Hasil wawancara dengan tiga penderita stroke menunjukkan bahwa mereka umumnya memeriksakan diri ke dokter atau rumah

sakit untuk memperoleh obat dan melakukan olahraga rutin sebagai pengobatan non-farmakologis. Lansia pertama Tn. J, dengan skala kekuatan otot 1, mengalami kelumpuhan pada anggota gerak kiri dan melakukan latihan ROM (*Range of Motion*) di rumah secara rutin dengan bantuan anggota keluarga. Lansia kedua Tn. F, dengan skala kekuatan otot 2, mengalami kelumpuhan pada anggota gerak kanan. Latihan ROM tidak dilakukan secara rutin karena keluarga tidak memiliki waktu, dan perawatan harian dilakukan oleh Asisten Rumah Tangga (ART) yang kurang memahami pentingnya latihan ROM. Lansia ketiga Tn. A memiliki skala kekuatan otot 1 dengan kelumpuhan pada anggota gerak kiri. Latihan ROM tidak dilakukan karena pasien mengalami kesulitan yang lebih besar dalam bergerak, dan keluarga tidak memiliki cukup pengetahuan untuk melakukan latihan yang sesuai.

Lansia pertama Tn. J tidak memerlukan edukasi tambahan karena keluarganya sudah memahami pentingnya latihan ROM. Lansia kedua Tn. F dan ketiga Tn. A membutuhkan edukasi lebih lanjut, terutama bagi ART yang bertanggung jawab atas perawatan harian pasien dan keluarga yang merawat lansia dengan kesulitan bergerak. Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam perawatan stroke, khususnya bagi mereka yang merawat pasien di rumah.

Penelitian menemukan bahwa pengetahuan keluarga tentang pencegahan komplikasi stroke sangat rendah. Dari 20 responden, 10 memiliki pengetahuan sangat rendah, 6 rendah, dan 4 sedang. Setelah edukasi dengan booklet, 10 responden memiliki pengetahuan tinggi, 9 responden memiliki pengetahuan sedang, dan 1 responden memiliki pengetahuan rendah. Penelitian ini menunjukkan bahwa media booklet secara signifikan meningkatkan pemahaman keluarga tentang pencegahan komplikasi stroke Pedapati et al., (2021).

Penelitian menyatakan bahwa sebelum pendidikan kesehatan dilaksanakan, lebih dari setengah keluarga memiliki pengetahuan

yang cukup (56%) sementara sisanya memiliki pengetahuan yang kurang (44%). Setelah pendidikan kesehatan diberikan, persentase keluarga dengan pengetahuan cukup meningkat menjadi 60%, tidak ada lagi keluarga dengan pengetahuan kurang (0%), dan 40% keluarga memiliki pengetahuan yang baik. Selain itu, sebelum pendidikan kesehatan, sebagian besar keluarga memiliki keterampilan yang kurang (60%), yang menunjukkan ketidakmampuan mereka dalam mempraktikkan latihan ROM dengan benar. Hanya satu keluarga yang memiliki keterampilan baik (4%), dan sisanya memiliki keterampilan sedang (36%). Setelah pendidikan kesehatan diberikan, 40% keluarga mampu mempraktikkan latihan ROM dengan baik, dan 60% lainnya memiliki keterampilan sedang Ningsih et al. (2022).

Penelitian menemukan bahwa sebelum diberikan intervensi melalui Booklet edukasi, sebagian besar keluarga memiliki keterampilan yang kurang, yaitu sebanyak 20 orang (95.2%). Namun, setelah intervensi, jumlah keluarga dengan keterampilan baik meningkat menjadi 13 orang Muhsinin & Kusumawardani (2020).

Karena ketidaktahuan pasien dan keluarga cara melakukan ROM secara mandiri dirumah maka penulis ingin meningkatkan pemahaman keluarga dan pasien tentang latihan Rentang Gerak (ROM) pada pasien stroke untuk memungkinkan mereka melaksanakan latihan otot secara mandiri dirumah melalui media booklet.

Perbedaan buku saku dengan booklet. buku saku adalah buku yang berukuran kecil dan ringan yang berisi tulisan dan gambar berupa penjelasan yang memberikan petunjuk serta mudah dibawa kemana-mana. Booklet adalah Buku berukuran kecil dan tipis berukuran setengah kuarto A4 (21 cm × 29,7 cm) yang dilipat menjadi dua bagian. Buklet berisi informasi mengenai sesuatu berisi tulisan dan gambar-gambar. Kenampakan buklet berupa gambar dengan warna menarik. Jumlah halaman ada 24 halaman

Booklet dipilih karena mudah disimpan, dibawa, dan dipahami, yang dapat membantu audiens dalam menerima dan memahami materi dengan lebih baik, terutama bagi peserta didik yang mungkin menghadapi kesulitan dalam menangkap informasi secara verbal. Dengan demikian, Booklet lebih cepat dan memudahkan mereka menemukan informasi diharapkan dapat menjadi alat pembelajaran yang efektif, membantu pasien stroke dan keluarganya untuk memahami dan melaksanakan latihan ROM dengan lebih baik Merdiyanti et al., (2021).

Booklet dalam konteks kesehatan, khususnya untuk edukasi tentang stroke, memiliki berbagai keunggulan sebagai alat promosi dan pembelajaran. Booklet menyajikan informasi rinci mengenai tanda-tanda stroke, faktor risiko, dan langkah pencegahan secara terstruktur. Dengan desain yang jelas dan informatif, booklet dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang stroke dan mendorong mereka untuk mengadopsi gaya hidup sehat. Dibandingkan dengan media lain seperti video animasi, booklet lebih efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan dengan detail dan kedalaman yang lebih besar. Selain itu, booklet relatif murah untuk diproduksi dan mudah didistribusikan, sehingga sangat praktis untuk kampanye edukasi kesehatan yang luas Kustanti & Widyarani, (2022). Tujuan dari pembuatan booklet ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang *Range of Motion* (ROM) pada keluarga pasien stroke.

Selain tujuan tersebut, manfaat dari luaran ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pasien stroke. Dengan penyuluhan mengenai Rentang Gerak (*ROM*), pasien dapat meningkatkan pengetahuannya tentang pentingnya latihan *ROM* untuk meningkatkan kekuatan otot. Untuk keluarga, diharapkan pemahaman tentang ROM dapat meningkatkan kesadaran akan peran penting mereka dalam perawatan pasien stroke, serta menjadi pelaku utama dalam menerapkan latihan ROM secara mandiri tanpa perlu ketergantungan pada tenaga medis. Selain itu, luaran ini juga

berpotensi memberikan manfaat kepada masyarakat secara umum dengan memberikan informasi bahwa terapi seperti ROM dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan kekuatan otot pasien stroke dengan cara yang mudah dan terjangkau. Bagi tenaga kesehatan, luaran ini dapat digunakan sebagai sumber informasi serta panduan dalam memberikan edukasi dan praktik langsung latihan ROM kepada keluarga pasien yang belum mengenal atau memahami latihan tersebut, sehingga dapat diterapkan pasca stroke. Semua manfaat ini disajikan melalui media booklet sehingga dapat dijadikan sebagai pilihan terapi latihan yang efektif bagi pasien, khususnya bagi mereka yang mengalami stroke. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul ''*Edukasi Latihan ROM (Range Of Motion) Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas Pada Pasien Stroke Dengan Media Booklet*''.