

BAB I

PENDAHULUAN

Stroke merupakan suatu kondisi medis yang terjadi ketika pasokan darah ke otak terhenti atau terganggu, sehingga mengakibatkan kerusakan pada jaringan otak. Gangguan ini dapat terjadi akibat adanya penyumbatan pembuluh darah (stroke iskemik) atau pecahnya pembuluh darah (stroke hemoragik). Stroke dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk gangguan motorik, kognitif, dan kemampuan komunikasi. (Laktasic Zerjavic, Slivar, & Peric, 2022). Berdasarkan data dari *Global Prevalence and Mortality* (WHO, 2021), menunjukkan stroke tetap menjadi salah satu penyebab utama kematian dan kecacatan global dan stroke merupakan penyebab kematian kedua terbesar didunia, menyusul penyakit jantung.

Di Indonesia, prevalensi stroke menunjukkan angka yang cukup tinggi, yaitu sebesar 8,3% per 1.000 penduduk pada kelompok usia ≥ 15 tahun. Provinsi dengan prevalensi tertinggi terdapat di Sulawesi Utara sebesar 11,3%, diikuti oleh DKI Jakarta sebesar 10,7% per 1.000 penduduk (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Rumah Sakit Pusat Otak Nasional (RSPON) Jakarta merupakan rumah sakit khusus yang menangani kasus neurologi. Berdasarkan data rekam medis RSPON, jumlah pasien stroke mengalami peningkatan setiap tahun, yaitu sebanyak 4.290 pasien pada tahun 2022, meningkat menjadi 4.890 pasien pada tahun 2023, dan terus meningkat pada tahun 2024 menjadi 5.492 pasien. Dari jumlah tersebut, kasus stroke hemoragik tercatat sebanyak 869 pasien atau sekitar 7,56% (Rekam Medis RSPON, 2024).

Menurut *Lancet Neurology* (2024), pasien pasca-stroke umumnya mengalami berbagai dampak signifikan seperti kelumpuhan (paresis), gangguan koordinasi, masalah kognitif, kesulitan berbahasa (afasia), dan perubahan emosional-psikologis. Mereka juga sering menghadapi gangguan sensori berupa mati rasa (parestesia), gangguan penglihatan, kelelahan kronis (fatigue), serta hilangnya motivasi (avolisi). Selain itu, pasien pasca-stroke dapat mengalami penurunan fungsi seksual dan kesulitan dalam berbicara serta menelan, yang

secara keseluruhan sangat memengaruhi kualitas hidup mereka. Hal ini bisa menyebabkan pasien kesulitan untuk mengonsumsi makanan atau cairan dengan aman, serta meningkatkan risiko tersedak atau pneumonia aspirasi.

Fungsi menelan yang terganggu pada pasien stroke memerlukan perhatian khusus dalam rehabilitasi pasca-stroke untuk mencegah komplikasi yang lebih lanjut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Iskandar (2023), dengan menggunakan teknik non-farmakologi *Swallowing Exercise* (Latihan Menelan), yang dirancang untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam menelan dengan aman dan efektif, terutama bagi mereka yang mengalami kesulitan menelan. *Swallowing Exercise* (Latihan Menelan) ini bertujuan untuk memperkuat otot-otot yang terlibat dalam proses menelan dan meningkatkan koordinasi antara otot-otot tersebut.

Latihan menelan memiliki peran yang sangat penting dalam pemulihan pasien pasca-stroke. Namun, sering kali pasien dan keluarga tidak memiliki pemahaman yang memadai mengenai pentingnya latihan menelan dalam memperbaiki kondisi ini. Banyak keluarga yang belum sepenuhnya memahami bagaimana latihan menelan dapat membantu pasien mengatasi kesulitan menelan dengan cara yang lebih aman dan efektif. Beberapa teknik terapi yang dapat dilakukan oleh keluarga pasien antara lain: latihan otot menelan, yang meliputi; latihan otot lidah dan latihan menelan bertahap, latihan penguatan koordinasi, melalui teknik mendalam (*deep swallow*), latihan postur tubuh dan posisi, serta edukasi dan pengawasan. Tanpa pengetahuan yang cukup, pasien dan keluarga sering kali tidak dapat mengikuti program terapi menelan dengan baik, atau bahkan tidak menyadari manfaat jangka panjang dari latihan ini (Smith & Lee, 2022).

Berdasarkan Penelitian yang dilaksanakan di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam tahun 2023 menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari latihan menelan terhadap pemulihan kemampuan menelan pada 20 responden stroke dengan disfagia. Sebelum intervensi, mayoritas responden (95%) mengalami disfagia berat, namun setelah menjalani 10 sesi latihan menelan, dengan memberikan latihan menelan sebanyak tiga kali sehari (sebelum makan pagi, siang, dan malam) selama tujuh hari berturut-turut. kondisi tersebut membaik

dengan 85% responden beralih ke kategori disfagia ringan. Analisis statistik dengan paired sample t-test mengkonfirmasi temuan ini dengan nilai $p=0,000$, menegaskan bahwa latihan menelan dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif untuk rehabilitasi fungsi menelan pada penderita stroke. (Sembiring, M., I, 2023).

Kurangnya informasi ini dapat berdampak buruk pada proses pemulihan pasien. Misalnya, tanpa latihan menelan yang tepat, pasien bisa terus mengalami kesulitan makan atau minum, yang pada akhirnya dapat memperburuk kondisi fisik dan psikologis mereka. Beberapa pasien mungkin merasa cemas atau frustrasi karena tidak ada perubahan yang signifikan dalam kemampuan mereka untuk menelan, sementara keluarga tidak tahu bagaimana cara mendukung mereka dengan cara yang efektif. (Smith, J., & Williams, R, 2022).

Penyediaan media edukasi yang tepat sangat penting, karena media tersebut dapat menjelaskan secara jelas mengenai latihan menelan dan manfaatnya bagi pasien yang mengalami kesulitan menelan. Salah satunya dengan media edukasi seperti buku saku yang mudah dipahami, dapat membantu pasien dan keluarga memahami pentingnya latihan menelan serta langkah-langkah yang perlu diambil. Melalui media edukasi ini, mereka dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang teknik-teknik menelan yang aman, seperti manuver menelan, posisi kepala yang benar, dan latihan penguatan otot tenggorokan. (Sundari, D., dan Putri, M, 2022)

Menurut Kaufman (2021) dalam pemberian pendidikan kesehatan, sangat penting untuk menggunakan media edukasi yang tidak bergantung pada teknologi. Hal ini terutama berlaku bagi pasien dan keluarga lanjut usia atau mereka yang kurang berpengalaman dengan teknologi, karena penggunaan media digital dapat membingungkan. Sebaliknya, buku saku sebagai media edukasi memberikan akses langsung ke informasi tanpa memerlukan keterampilan digital atau perangkat tambahan seperti smartphone atau komputer. Dengan adanya media edukasi tersebut, diharapkan pasien dan keluarga dapat lebih terdorong untuk menjalani latihan menelan secara konsisten.

Penelitian terkini dalam beberapa tahun terakhir semakin menguatkan peran buku saku sebagai media edukasi yang efektif. Sebuah studi yang dilakukan

oleh Smith et al. (2022) menunjukkan bahwa peserta yang menerima materi edukasi dalam bentuk buku saku memiliki tingkat informasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang menerima materi melalui media digital. Hal ini mengindikasikan bahwa interaksi fisik dengan buku, seperti menandai teks atau membuat catatan pinggir, dapat memperkuat ingatan dan pemahaman materi yang dipelajari. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Johnson dan Brown (2021) menemukan bahwa buku saku dapat mengurangi gangguan kognitif yang sering terjadi saat menggunakan perangkat digital. Temuan ini menunjukkan bahwa buku saku memberikan lingkungan belajar yang lebih fokus dan kondusif bagi pembelajar, sehingga mendukung proses pembelajaran yang lebih efektif.

Penyusunan buku saku ini bertujuan untuk memberikan media edukasi yang mudah dipahami dan praktis digunakan oleh pasien stroke dan keluarganya dalam melaksanakan latihan menelan secara mandiri di rumah. Melalui buku saku ini, diharapkan pasien dapat memahami pentingnya latihan menelan dalam proses pemulihan fungsi menelan pasca-stroke, serta mampu melakukannya secara rutin dan aman (Iskandar, 2023). Bagi keluarga, buku saku ini berperan sebagai panduan praktis untuk mendampingi pasien dalam melakukan latihan, sekaligus meningkatkan pengetahuan dan keterlibatan mereka dalam proses rehabilitasi (Smith & Lee, 2022). Selain itu, buku saku ini juga bermanfaat bagi tenaga kesehatan sebagai media pendukung dalam edukasi dan tindak lanjut terapi non-farmakologis, serta dapat dijadikan sebagai model edukasi di institusi pelayanan kesehatan dalam upaya pencegahan komplikasi akibat disfagia pada pasien stroke (Sundari & Putri, 2022; Kaufman, 2021; Johnson & Brown, 2021).

