

HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TINGKAT KEMANDIRIAN ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) PADA PENDERITA PASCA STROKE

Nurul Laili*, M. Tauhid

STIKES Karya Husada Kediri, Jalan Soekarno Hatta No7, Pare, Kediri, Jawa Timur, Indonesia

*corresponding author: nurullaili230279@gmail.com

Informasi Artikel	Abstrak
<p>Submit: 16/05/2023 Revisi: 30/05/2023 Accepted: 08/06/2023</p> <p>Kata kunci: Self Management, Activity Daily Living, Pasca Stroke</p>	<p>Perubahan fisik akibat dari gejala sisa pasca Stroke mengakibatkan penderita sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari (<i>Activity Daily Living/ADL</i>) sehingga dapat mengganggu kemandirian penderita. Tingkat kemandirian penderita dioptimalkan menjadi tidak bergantung orang lain melalui proses <i>Self Management</i>, untuk memberikan motivasi, semangat, dan pengelolaan emosi yang baik. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan <i>Self Management</i> dengan tingkat kemandirian pada penderita pasca Stroke di Rumah Sakit Amelia. Metode penelitian <i>cross sectional</i>. Populasi penelitian yaitu 60 responden. Melalui teknik <i>purposive sampling</i> didapatkan sampel sejumlah 52 responden. Alat ukur <i>Self Management</i> menggunakan kuesioner SSSMQ (<i>The Southampton Stroke Self-Management Questionnaire</i>) dan tingkat kemandirian <i>Activity Daily Living (ADL)</i> menggunakan <i>Barthel Indeks</i> yang dilakukan langsung di masing-masing rumah responden. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden (82,7%) memiliki <i>Self Management</i> kategori baik dan sebagian besar responden (88,5%) tingkat kemandirian dalam kategori mandiri. Data dianalisis dengan Rank Spearman menunjukkan hasil <i>p value</i> 0,000 berarti ada hubungan <i>Self Management</i> dengan tingkat kemandirian pada penderita pasca Stroke. Faktor-faktor yang mempengaruhi diantaranya faktor umur, jumlah serangan, fungsi anggota gerak, pendampingan ke rumah sakit dan pekerjaan. Penderita pasca Stroke dapat menerapkan <i>Self Management</i> yang baik dengan cara beradaptasi terhadap gejala sisa, melatih aktivitas diri dan mengontrol emosi saat beraktifitas.</p>
<p>Keywords: Self Management, Activity Daily Living, Post Stroke</p>	<p>Abstract Physical changes resulting from post-stroke sequelae make it difficult for sufferers to carry out daily activities (<i>Activity Daily Living/ADL</i>) so that they can interfere with the sufferer's independence. The patient's level of independence is optimized to be independent of others through the <i>Self Management</i> process, to provide motivation, enthusiasm, and good emotional management. The research objective was to determine the relationship between <i>Self Management</i> and the level of independence in post-stroke sufferers at Amelia Hospital. Cross sectional research method. The research population is 60 respondents. Through purposive sampling technique obtained a sample of 52 respondents. The <i>Self Management</i> measuring tool used the SSSMQ (<i>The Southampton Stroke Self-Management Questionnaire</i>) questionnaire and the level of independence in <i>Activity Daily Living (ADL)</i> used the <i>Barthel Index</i> which was carried out directly at each respondent's house. The results showed that most of the respondents (82.7%) had a good category of self-management and most of the respondents (88.5%) had a level of independence in the independent category. The data were analyzed by Rank Spearman showing a <i>p value</i> of 0.000 meaning that there is a relationship between <i>Self Management</i> and the level of independence in post-stroke sufferers. Factors that influence include age, number of attacks, limb function, accompaniment to hospital and work. Post-stroke sufferers can apply good self-management by adapting to sequelae, practicing self-activity and controlling emotions during activities.</p>

PENDAHULUAN

Aktivitas sehari-hari menjadi hal yang penting dilakukan untuk memenuhi kebutuhan dan tuntutan hidup setiap orang. Aktivitas sehari-hari untuk merawat diri secara mandiri seperti mandi, berpakaian,

buang air kecil, buang air besar, makan dan berpindah tempat. Hal tersebut, diperlukan ketika seseorang masih hidup mulai dari bayi sampai usia lanjut. Kemandirian dalam aktivitas sehari-hari/ *Activity Daily Living (ADL)* pada pasien stroke mengalami

penurunan fungsi anggota gerak dari dampak gejala sisa stroke yaitu kecacatan pada fisik. Gejala sisa biasanya kelumpuhan pada satu kaki atau tangan serta bagian dari wajah, gangguan penglihatan dan gangguan bicara (Marviana et al., 2020). Kondisi tersebut, membuat pasien pasca Stroke akan mengalami penurunan pada tingkat kemandirian melakukan ADL. Penurunan tingkat kemandirian yang diakibatkan oleh Stroke merupakan suatu kondisi disfungsi neurologis mendadak dalam waktu 24 jam yang disebabkan oleh gangguan aliran darah. Stroke menjadi salah satu penyakit degeneratif yang terus meningkat dan menjadi penyebab utama yang kedua kematian di seluruh dunia.

Data penelitian menyebutkan pasien pasca Stroke memiliki *Self Management* baik sebanyak 13,15% (5 orang), *Self Management* sedang sebanyak 39,47% (15 orang), dan *Self Management* kurang sebanyak 47,36% (18 orang). Pada penerapan hubungan *Self Management* dengan kualitas hidup pasien pasca Stroke di RSUD Encik Mariyam diperoleh hasil terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Management* dengan kualitas hidup. Derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$, diperoleh hasil $p=0,000$ dimana ($p \leq 0,05$), dengan kekuatan ($r=0,967$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan *Self Management* dengan kualitas hidup pasien pasca Stroke di RSUD Encik Mariyam (Marviana et al., 2020).

Dari 366 pasien 60% ADL tergantung selama 36-48 jam setelah Stroke. Pasien mandiri tanpa bantuan dengan ADL 80 (21%), sementara membutuhkan bantuan 90 (36%) setelah satu tahun hasil penelitian yang dilakukan Hannah E Wurzinger di Swedia (E Wurzinger H, Abzhandadze T, Rafsten L, 2021). Hasil penelitian didapatkan kemampuan *Activity Daily Living* (ADL) pada pasien pasca Stroke di wilayah kerja Puskesmas Ngariboyo Kecamatan Ngariboyo Kabupaten Magetan didapatkan dalam kategori dependent/tergantung berat sebagian besar (52,5%)

atau 21 responden, kategori dependent/tergantung sedang didapatkan hampir setengahnya (45%) atau 18 responden dan kategori dependent/tergantung ringan didapatkan (2,5%) atau 1 responden (Juniarti Ami Suseno, 2013). Penelitian menyebutkan pasien pasca Stroke memiliki tingkat kemandirian ADL dalam kategori mandiri. Disebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan keluarga dengan tingkat kemandirian ADL pasien pasca Stroke di Poliklinik Neurologi RSUD GMIM Pancaran Kasih Bunda (Tatali et al., 2018).

Kemandirian merupakan kemampuan individu untuk mengatasi atau mengurus diri sendiri tanpa bergantung pada orang lain. ADL pasien pasca Stroke mengalami penurunan fungsi pergerakan anggota tubuh akibat dari gejala sisa. Gejala sisa biasanya terjadi kelumpuhan pada satu kaki atau tangan serta bagian dari wajah, gangguan penglihatan dan gangguan bicara. Kondisi tersebut, berdampak pada kemandirian dalam melakukan ADL seperti makan, mandi, berpakaian, buang air kecil dan buang air besar. Gejala akibat kelumpuhan pada bagian tangan atau kaki karena adanya penurunan pada saraf motorik. Fungsi sensorik dan motorik mengalami disfungsi yang berakhir pada penurunan aktivitas.

Pada otak terdapat beberapa bagian yaitu otak besar atau serebelum dan batang otak. Secara fungsi serebelum dibagi menjadi tiga area yaitu area sensorik, area motorik, dan area asosiasi. Cerebrum merupakan bagian terbesar dari otak terbagi menjadi 2 yaitu otak kanan dan kiri. Belahan otak kanan berfungsi untuk mengontrol pergerakan di sisi kiri tubuh dan belahan otak kiri mengontrol gerakan di sisi kanan tubuh. Gejala sisa tersebut yaitu gangguan saraf facialis, saraf okulomotor dan saraf trigeminal. Gejala akibat kelumpuhan pada bagian tangan atau kaki terdapatnya gangguan pada saraf motorik. Kondisi tersebut, berdampak pada kemandirian dalam melakukan ADL seperti makan, mandi, berpakaian, buang air kecil dan buang air besar. Kemandirian dapat dioptimalkan melalui proses perawatan diri.

Self Management merupakan kemampuan individu untuk mengatasi gejala, perawatan, efek fisik dan psikologis, dan perubahan gaya hidup (Marviana et al., 2020). *Self Management* memiliki komponen dasar yang meliputi pemecahan masalah, pengambilan keputusan, pemanfaatan sumber, dan hubungan antar klien dan petugas yang dapat meningkatkan kemampuan coping untuk menyesuaikan diri dalam mengatur kehidupan pasca stroke. Keberhasilan penatalaksanaan dapat dipengaruhi oleh diri sendiri, intervensi, fasilitas dan lingkungan penderita pasca stroke dalam melakukan perawatan diri.

Perubahan perilaku hidup yang positif pada pasien pasca Stroke dengan penerapan manajemen diri atau *Self Management* akan memberikan dampak peningkatan motivasi, semangat, dan pengelolaan emosi yang baik akibat perubahan fisik yang dialami. Pasien mampu menjalankan ADL seperti mandi, makan, buang air kecil atau buang air besar, dan berpakaian. *Self Management* yang kurang berdampak pada peningkatan kecemasan akan perubahan fisiknya sehingga tidak bersemangat untuk melakukan kegiatan dan menurunkan produktifitas (Handayani, 2018). Kondisi tersebut, mengakibatkan pasien menjadi kesulitan melakukan ADL dan akan mengalami ketergantungan pada orang lain atau keluarga.

Pasca Stroke memerlukan perawatan pasca serangan untuk dapat mengoptimalkan fungsi tubuh dari proses rehabilitasi. *Self Management* menjadi salah satu penatalaksanaan yang dapat dilakukan oleh penderita pasca Stroke. *Self Management* merupakan sebuah metode intervensi untuk mendukung dan mengatur coping individu yang mengalami penyakit kronis termasuk pada pasien pasca Stroke (Fernandez-Martin et al., 2015). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Marviana (2020) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Management* dengan kualitas hidup pada pasien pasca Stroke. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, implikasi gejala sisa penderita pasca Stroke dapat

mempengaruhi kemandirian aktivitas yang berdampak pada kualitas hidup penderita. Peningkatan resiko komplikasi pada penderita pasca Stroke memerlukan upaya penerapan perilaku manajemen perawatan diri/*self management* yang mampu memberikan motivasi untuk meningkatkan kondisi diri dengan perubahan perilaku.

Penderita Stroke mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Pasien pasca Stroke biasanya terjadi gejala sisa dari serangan yang mengakibatkan kecacatan fisik. Gejala sisa pada pasien pasca stroke berpengaruh pada fungsi kemandirian. Maka dilakukan upaya untuk memperbaiki kemampuan coping menyesuaikan diri dalam mengatur kehidupan pasca stroke. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan ADL dengan *Self Management*. Beberapa penelitian membuktikan bahwa *Self Management* efektif meningkatkan kualitas hidup penderita penyakit kronis. Dari fenomena tersebut, didapatkan rumusan masalah penelitian yaitu “adakah hubungan *Self Management* dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada penderita Pasca Stroke?”. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi *Self Management* penderita Pasca Stroke, mengidentifikasi tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) penderita pasca stroke dan menganalisa hubungan *Self Management* dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) penderita Pasca Stroke. Manfaat penelitian sebagai informasi tentang penerapan *Self Management* untuk pengembangan model pendidikan kesehatan atau edukasi sebagai upaya peningkatan kemandirian pada penderita Pasca Stroke terkait *Activity Daily Living* (ADL).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Peneliti memberikan *informed consent* kepada penderita pasca Stroke untuk memberikan penjelasan maksud, tujuan, dan prosedur penelitian. Apabila responden setuju untuk

berpartisipasi dalam kegiatan penelitian serta sesuai dengan kriteria selanjutnya diminta menandatangani surat ketersediaan menjadi responden. Peneliti memberikan kuisioner *Self Management* dan kuisioner tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) kepada responden. Setelah data terkumpul dilakukan pengolahan data meliputi *editing, coding, scoring, tabulating*, dan analisa data. Penelitian ini dilakukan selama dua bulan di RS Amelia Pare, pada bulan Januari-Februari 2023. Populasi pada penelitian ini adalah semua penderita pasca Stroke yang ada di Rumah Sakit Amelia berjumlah 60 penderita Pasca Stroke pada bulan Agustus sampai bulan Oktober 2022. Teknik Sampling menggunakan purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 54 reponden penderita Pasca Stroke. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan setiap karakteristik dari variabel penelitian. Analisis bivariate yang dilakukan pada kedua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Untuk membuktikan adanya hubungan *self management* dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada penderita pasca Stroke maka digunakan uji *Spearman Rank*. Proses kesalahan (α) sebesar 0,05 sehingga kesimpulan pada peneitian ini adalah jika p-value $>0,05$ maka H1 ditolak yang berarti tidak ada hubungan. Jika p-value $\leq 0,05$ maka H1 diterima yang berarti ada hubungan. Uji Spearman Rank dengan ketentuan kesalahan (α) sebesar 0,05

dengan kesimpulan jika p-value $>0,05$ maka H1 ditolak yang berarti tidak ada hubungan dan jika p-value $\leq 0,05$ maka H1 diterima yang berarti ada hubungan antara dua variabel *Self Management* dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL). Penelitian lolos uji etik melalui tim etik kesehatan di institusi yang meliputi prinsip manfaat, menghargai hak asasi manusia dan keadilan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan data lebih dari setengah (67.3%) responden berusia lebih dari 50 tahun, sebagian besar (59.6%) berjenis kelamin perempuan, hampir semua (78.8%) bekerja, dengan pendidikan sebanyak (48.1%) tidak sekolah, hampir semua (90.4%) mengalami jumlah serangan sebanyak satu kali, responden mengalami kelumpuhan (80.8%) pada anggota gerak, semua responden (100%) memiliki penyakit penyerta, lebih dari setengah (46.2%) didampingi oleh anak saat di rumah sakit. Responden rata-rata (32.7%) bekerja sebagai petani, lebih dari setengah (51.9%) responden berobat dengan jenis mandiri atau tanpa menggunakan asuransi, sebagian besar (63.5%) dengan menggunakan mobil, semua responden (100%) mendapatkan fasilitas kesehatan untuk pengobatan dari dokter, serta semua intervensi yang diberikan (100%) jelas dan mudah dipahami. (Tabel 1).

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden di RS Amelia Pare Kediri 2023 (n=52)

	n	%
Usia		
30-40 Tahun	2	3.8
41-50 Tahun	15	28.8
>50 Tahun	35	67.3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	21	40.4
Perempuan	31	59.6
Status pekerjaan		
Bekerja	41	78.8
Tidak bekerja	11	21.2
Pendidikan		
Tidak sekolah	25	48.1
SD	15	28.8

SMP	2	3.8
SMA	9	17.3
Perguruan tinggi	1	1.9
Jumlah serangan		
Satu kali	47	90.4
Lebih dari 1 kali	5	9.5
Fungsi anggota gerak		
Kelumpuhan	42	80.0
Gangguan	10	19.2
Penyakit penyerta		
Tidak ada	0	0
Ada	52	100
Pendampingan di Rumah Sakit		
Istri/ Suami	16	30.8
Anak	24	46.2
Saudara	12	23.1
Keluarga	0	0
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	13	25
Petani	17	32.7
Buruh	8	15.4
Swasta	4	7.7
Pedagang	4	15.4
Wirausaha	2	3.8
Asuransi yang dipilih		
BPJS	20	38.5
Mandiri atau tanpa asuransi	27	51.9
Asuransi ketenagakerjaan	0	0
Asuransi lainnya	5	9.6
Kendaraan ke Rumah Sakit		
Mobil	33	63.5
Motor	19	36.5
Fasilitas pengobatan yang didapat		
Dokter	52	100
Keluarga	0	0
Intervensi yang diberikan saat pengobatan	52	100
Jelas, mudah dipahami	0	0
Bingung, sulit dipahami	0	0
Tidak paham		

Tabel 2 Distribusi *Self Management* di di RS Amelia Pare Kediri 2023 (n=52)

	n	%
Baik	43	82.7
Cukup	9	17.3
Kurang	0	0

Tabel 3 Tingkat Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) (n=52)

	n	%
Mandiri	46	88.5
Ketergantungan Ringan	6	11.5
Ketergantungan Sedang	0	0
Ketergantungan Berat	0	0

Tabel 4. Tabulasi analisis hubungan *Self Management* dengan Tingkat Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada penderita Pasca Stroke

<i>Self Management</i>	Kemandirian									
	Mandiri		Ketergantungan Ringan		Ketergantungan Sedang		Ketergantungan Berat		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Baik	42	97.7	1	2.3	0	0	0	0	43	100
Cukup	4	44.4	5	55.6	0	0	0	0	9	100
Kurang	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	46	88.5	6	11.5	0	0	0	0	52	100
<i>Uji Spearman Rho</i>	<i>p-value</i>	0.000	$\alpha = 0,05$							(r) = 0.630

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap responden di masing-masing rumah responden, sebagian besar (82.7%) responden memiliki *Self Management* pasca Stroke dalam kategori baik. *Self Management* merupakan suatu intervensi yang telah direkomendasikan sebagai metode untuk mendukung individu, dan mengatur coping individu dengan penyakit kronis termasuk pada pasien pasca Stroke. Program ini bertujuan untuk memberikan latihan kepada seseorang yang menderita Stroke atau mengalami Stroke yang sangat diperlukan oleh mereka dalam mengontrol keadaan serta masalah sosial yang mereka hadapi dengan lebih baik lagi (Fernandes Martin, 2015).

Pada penelitian ini *self management* responden berada dalam kategori baik, karena dipengaruhi oleh umur, jenis kelamin, status pekerjaan, tingkat pendidikan, jumlah serangan, fungsi anggota gerak, penyakit penyerta, pendampingan di rumah sakit, pekerjaan, fasilitas kesehatan pengobatan yang didapatkan, dan intervensi yang diberikan saat pengobatan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *Self Management* yaitu faktor terkait dengan diri sendiri seperti usia. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada responden sebagian besar berusia lebih dari 50 tahun. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hella Meldy Tursina (2022) usia dapat mempengaruhi kemampuan *Self Management* serta durasi lama sakit pasien (Hella Meldy Tursina, 2022). Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya.

Sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik, dengan pengalaman hidup, emosi, pengetahuan dan keyakinan yang lebih matang. Seseorang dengan pengetahuan serta pengalaman hidup akan terbiasa dalam menyikapi penyakit yang dialami dan akan lebih peduli terhadap penyakitnya. Sehingga *Self Management* yang dimiliki baik.

Faktor lainnya yaitu jenis kelamin, hasil penelitian yang dilakukan pada responden sebagian besar (59,6%) perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian Elsa Marviana (2020) bahwa perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki dalam *Self Management* (Elsa Marviana, 2020). Perempuan ketika sakit banyak yang menyikapinya seperti langsung membeli obat atau cara untuk segera sembuh. Berbeda dengan laki-laki yang kurang peduli terhadap sakitnya.

Status pekerjaan seseorang dapat mempengaruhi *Self Management* dimana dari hasil penelitian yang dilakukan sebagian besar responden bekerja sebagai petani. Penelitian yang relevan dilakukan oleh Lee et al (2017) hasil penelitian menunjukkan bahwa status pekerjaan adalah faktor yang signifikan dalam kemampuan *Self Management* setelah Stroke. Orang yang bekerja memiliki kemungkinan yang lebih tinggi untuk dapat melakukan *Self Management* yang baik daripada yang tidak bekerja (Lee, 2017). Pekerjaan petani dengan segala kegiatan setiap harinya akan membuat seseorang untuk terdorong dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Respon adaptasi yang dimiliki cepat, sehingga tidak ada malas untuk

bergerak. Berbeda dengan seseorang yang tidak bekerja kebanyakan malas untuk bergerak dalam beraktivitas. Maka, pekerjaan membuat seseorang melakukan kegiatan yang menghasilkan *Self Management* baik.

Berdasarkan hasil penelitian pada tingkat pendidikan responden sebagian besar tidak sekolah. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Ali (2016) menemukan bahwa tingkat pendidikan yang lebih tinggi terkait dengan kemampuan *Self Management* yang lebih baik. Pasien pasca Stroke yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola aspek-aspek kehidupan sehari-hari, seperti pengobatan dan aktivitas sehari-hari (Ali et al, 2016). Pendidikan menurut Notoadmojo (2012) berpengaruh pada perilaku sehat yaitu perilaku-perilaku yang berkaitan dengan upaya atau kegiatan seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan dulu dipandang tidak terlalu penting dan tidak diperlukan bagi kehidupan sehari-hari akan tetapi sekarang dianggap lebih penting. Meskipun penderita pasca Stroke yang tidak sekolah, seseorang tersebut belajar dari pengalaman yang pernah dilalui. Pengalaman membuat cara berpikir seseorang menjadi rasional sehingga *Self Management* baik.

Hasil penelitian yang dilakukan sebagian besar (90,4%) mengalami serangan sebanyak satu kali. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Brilianti (2016) mengatakan bahwa jumlah serangan akan mempengaruhi *Self Management*. Serangan yang kedua dan seterusnya bisa terjadi karena gaya hidup kurang baik yang dilakukan secara terus menerus (Brillianti, 2016). Jumlah serangan akan mempengaruhi seseorang untuk berfikir bagaimana cara dia bertahan serta sembuh tanpa harus mengalami serangan kedua. Seseorang mampu bertahan tanpa serangan kedua menandakan *Self Management* yang baik dalam proses penyembuhan. Fungsi anggota gerak sebagian besar (88,8%) mengalami kelumpuhan. Hal ini bisa disebabkan dari

pasca Stroke yang mengakibatkan penurunan motivasi untuk melakukan latihan sehingga peningkatan kelumpuhan (Fryer, 2016). Meskipun Stroke merupakan serangan akut, namun dapat menyebabkan keadaan kronis yang merupakan sebab kelumpuhan fisik jangka panjang. Jenis kelumpuhan yang umum terjadi adalah keterbatasan aktivitas fisik, kelumpuhan tangan, kesulitan menggemggam atau memegang sesuatu dan kesulitan berbicara (Fryer, 2016). Kelumpuhan sering kali membuat penderita gelisah akan kondisinya. Seseorang akan beradaptasi dengan keadaan yang baru, terkadang membuat tidak bersemangat untuk melakukan berbagai kegiatan yang bisa dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar (100%) memiliki penyakit penyerta. Penyakit penyerta yang biasa muncul yaitu Hipertensi, Diabetes, dan kolesterol. Adapun penyakit penyerta yang sering muncul yaitu Hipertensi. Puspita (2020) mengatakan Hipertensi merupakan faktor pencetus utama terjadinya kejadian Stroke, baik Stroke hemoragik ataupun iskemik. Hipertensi menyebabkan peningkatan tekanan darah perifer sehingga menyebabkan system hemodinamik yang buruk dan terjadilah penebalan pembuluh darah serta hipertrofi dari otot jantung (Puspitasari, 2020). Faktor utama penyebab penyakit stroke diantaranya adalah Hipertensi. Seseorang yang tidak menyadari menderita Hipertensi, akan berisiko terjadi Stroke dan hal ini tidak difahami oleh penderita.

Hasil penelitian sebagian besar (46,2%) pendampingan di rumah sakit oleh anak. Setiap anggota keluarga hanya ingin berada dekat dengan orang yang mereka cintai selama setiap kali sakit dirumah sakit. Salah satu caranya dengan pendampingan yang bertujuan mereka dapat ikut dalam perawatan secara langsung (Anggriyani, 2017). Setiap orang yang sakit akan didampingi oleh anggota keluarga baik anak, suami, istri, dan saudara. Kehadiran orang tercinta khususnya anggota keluarga

membuat penderita merasa nyaman, aman, dan semangat untuk sembuh.

Fasilitas kesehatan yang didapatkan sebagian besar (100%) dari dokter. Dokter dalam menjalankan profesinya sebagai seorang dokter memberikan perawatan yang sebagaimana mestinya, memberikan informasi mengenai bagaimana cara yang dilakukan untuk melakukan hal dalam pencegahan terhadap penyakit yang dialami serta memberikan perawatan yang baik kepada pasiennya sendiri. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Nila Vicky Anggraheni (2013) faktor fasilitas merupakan salah satu faktor yang berdampak terhadap pemilihan fasilitas kesehatan. Sehingga diperlukan sistem yang dapat membantu dalam pemulihan keputusan dan juga pencarian fasilitas kesehatan yang memiliki fasilitas praktik dokter dengan spesialisasi yang sesuai dengan kebutuhan (Anggraeni, 2013). Pelayanan kesehatan menjadi tolak ukur fasilitas yang dapat di gunakan oleh penderita untuk mendapatkan informasi, salah satunya dari tenaga medis yaitu dokter.

Hasil penelitian intervensi yang diberikan saat pengobatan sebagian besar (100%) jelas, mudah dipahami. Lancar berkomunikasi dengan klien, sikap caring dalam asuhan keperawatan dapat membangun rasa saling percaya dengan klien karena dapat berjalan lancar sehingga dalam memberikan asuhan keperawatan menjadi mudah (Rahmawani, 2020). Menyampaikan informasi secara singkat namun tidak mengurangi dari maksud tersebut membuat seseorang mudah memahami serta menerima informasi tersebut. Penjelasan yang diberikan dengan mudah membuat klien berkeinginan untuk melakukan perubahan atau kegiatan sebagai bentuk dari penerapan informasi atau saran yang diberikan.

Dari hasil penelitian didapatkan hampir seluruh responden (88.5%) memiliki tingkat kemandirian dalam kategori mandiri pada aktivitas sehari-hari. *Activity daily living* adalah yang biasa dilakukan dalam sepanjang hari normal

yang mencakup makan, mandi, berpakaian, berpindah, kontinen dan toileting. *Activity daily living* merupakan suatu bentuk kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Riestiana, 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) dipengaruhi oleh umur responden sebagian besar berusia lebih dari 50 tahun. Tahap akhir proses penuaan pada pertumbuhan dan perkembangan manusia merupakan istilah dari lanjut usia. Hasil penelitian Ezema (2019) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia dengan kemandirian aktivitas hidup sehari-hari pasien pasca stroke (Ezema, 2019). Hasil penelitian Mayasari, et al (2019) menyebutkan penderita pasca Stroke pada usia tua tidak dapat menjalankan aktivitasnya sehari-hari secara optimal, sehingga mengakibatkan aktivitasnya menjadi terganggu dan juga mempengaruhi kemandirian (Mayasari et al, 2019). Orang yang lebih tua kebanyakan tidak mau untuk berdiam diri dirumah tanpa melakukan suatu kegiatan. Hal tersebut, mempengaruhi tingkat kemandirian melakukan aktivitas sehari-hari karena penderita selalu berusaha atau ingin melakukan kegiatan baik dari hal-hal kecil membuat kemandirian meningkat.

Berdasarkan hasil penelitian hampir semua (59,6%) berjenis kelamin perempuan. Sebuah penelitian juga mengatakan dari 50 responden, mayoritas paling banyak yaitu berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 33 (66%). Terdapat 47 responden (94%) lansia mempunyai tingkat kemandirian yang mandiri, sedangkan 3 responden (6%) dikatakan tidak mandiri (Rosa Aria, p. 2020). Perempuan ketika sakit memiliki sikap yang peduli terhadap keadaannya. Seseorang akan segera untuk berobat agar cepat sembuh. Disisi lain juga melakukan aktivitas sehari-hari sebagai upaya tidak bergantung dengan orang lain.

Penelitian ini sebagian besar jumlah serangan (90,4%) yang mengalami serangan sebanyak satu kali. Serangan satu

kali biasanya membuat penderita menjaga pola hidupnya agar tidak masuk pada serangan selanjutnya. Faktor risiko Stroke berulang dapat diakibatkan oleh Hipertensi. Sethi R (2021) menyebutkan bahwa usia 50 tahun atau lebih dengan peningkatan tekanan darah lebih ≥ 140 mmHg memiliki risiko terjadinya Stroke berulang pada 5 tahun sebesar 33,9% dan pada 10 tahun sebesar 70%. Setiap 1 mmHg peningkatan tekanan darah sistolik pada 5 tahun dan 10 tahun selanjutnya meningkatkan risiko Stroke berulang sebesar 4% (Sethi R, 2021). Stroke berulang dapat memberikan efek tingkatan Stroke lebih parah, sehingga membuat kegiatan sehari-hari terganggu akibat efek dari serangan.

Hasil penelitian sebagian besar fungsi anggota gerak (88.8%) mengalami kelumpuhan. Permasalahan yang terjadi pada penderita Stroke adalah terjadinya kelumpuhan gerak berakibat pada menurunnya kemampuan dalam memenuhi kebutuhan hariannya. Penelitian yang dilakukan didapatkan semua pasien Stroke memiliki ketergantungan dalam pemenuhan aktivitas kehidupan sehari-hari dengan tingkat ketergantungan sedang sebanyak 39,5% dan ketergantungan berat sebanyak 33,3%. Penderita Stroke memiliki kecenderungan untuk memiliki ketergantungan sedang dan berat dalam pemenuhan aktivitas sehari-hari (Elisabet, 2013). Penderita yang mengalami kelumpuhan biasanya akan ketergantungan dengan orang lain.

Penyakit penyerta sebagian besar (100%) memiliki atau ada penyakit penyerta. Penelitian yang dilakukan oleh Cahyati (2018) sebagian besar responden 82,7% memiliki penyai penyerta. Dimana pasien dengan penyakit penyerta akan memberikan dampak yang kurang baik terhadap proses penyembuhan Stroke, karena pengobatan dan perawatan tidak berfokus dalam menagani Stroke tetapi juga dalam menangani penyakit penyerta (Cahyati, 2018). Penyakit penyerta yang dimiliki oleh penderita membuat penderita untuk berusaha dalam kegiatan sehari-hari sehingga mencegah keparahan penyakit.

Hasil penelitian pendampingan ke rumah sakit sebanyak (46,2%) yang mana pendampingan dilakukan oleh anak. Keluarga terutama anak berperan banyak terutama dalam menentukan cara asuhan yang diperlukan oleh anggota keluarganya. Pada umumnya, fungsi yang dijalankan seperti menyelesaikan masalah, saling peduli antar anggotanya tidak merubah substansinya dari masa ke masa (Neff, 2012). Namun bagaimana keluarga melakukannya dan siapa saja yang terlibat dalam proses tersebut dapat merubah dari masa ke masa dan bervariasi diantara berbagai budaya (Lestari, 2014). Lingkungan keluarga menjadi lebih penting karena membantu proses perawatan, meskipun tidak sepenuhnya normal. Keluarga dapat membantu pasien untuk berlatih di rumah dalam mencapai kemandirian aktivitas sehari-hari dengan cara keluarga dapat mengajarkan, membantu dan memotivasi pasien seperti mengajarkan cara berjalan dengan berdiri disisi tubuh pasien yang lemah agar pasien merasa aman saat berjalan (Pandji, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebagian besar responden mempunyai *Self Management* pasca Stroke baik (82.7%). Sedangkan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) hampir seluruh responden (88.5%). Didapatkan nilai *p-value* = 0.000, α = (0,05) yang berarti ada hubungan antara *Self Management* dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) dengan nilai *coefficient correlasi* (r) 0,630 termasuk hubungan tingkat yang kuat. Bahwa semakin baik *Self Management* pada penderita pasca Stroke maka semakin mandiri penderita pasca Stroke pada tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.

Self Management didefinisikan dalam cara yang berbeda-beda, tetapi cara umum hal ini dideskripsikan sebagai kemampuan individu untuk mengatur gejala-gejala, pengobatan, konsekuensi fisik dan psikis, dan perubahan gaya hidup yang melekat pada kehidupan seseorang dengan penyakit kronis (Lennon, 2013). *Activity Daily Living* (ADL) merupakan keterampilan

dasar yang dimiliki seseorang untuk merawat dirinya sendiri. ADL juga merupakan aktivitas pokok perawatan diri meliputi ke toilet, makan, berpakaian, berdandan, mandi, dan berpindah tempat (Dewayani, 2014).

Penderita pasca stroke akan mengalami gejala sisa yang membuat seseorang akan mengalami beberapa efek fisik. Dari perubahan yang terjadi perlu melakukan manajemen diri untuk berperilaku secara positif dan optimis. Bertujuan untuk meningkatkan *Self Management* pada diri penderita, sehingga dapat melakukan kegiatan sehari-hari atau *Activity Daily Living* (ADL). Informasi *Self Management* dapat didapatkan dari proses pengobatan yang dilakukan sebelumnya, melalui dokter maupun perawat yang telah menanganinya. Faktor lain yang mendukung *Self Management* yaitu faktor lingkungan. Lingkungan yang nyaman dimulai dari keluarga kecil yang selalu mendukung anggota keluarganya membuat yang sakit merasa diperhatikan. lingkungan yang sedemikian rupa dapat meningkatkan *Self Management* seseorang. Peningkatan dari *Self Management* yang baik, maka kemandirian seseorang akan ikut meningkat.

Self Management adalah sebuah proses atau dorongan dimana seseorang mampu merubah sikap yang berasal dari diri sendiri dengan suatu strategi yang dapat mengendalikan untuk mencapai hal-hal menjadi lebih baik. Sedangkan *Self Management* merupakan seseorang yang memiliki keahlian untuk mengendalikan diri seperti fisik, emosi, pikiran dengan memanfaatkan kemampuan yang dimiliki setiap individu (Ardini, 2017). Jadi *Self Management* seseorang menjadi lebih baik karena adanya sebuah usaha dan motivasi yang muncul pada diri seseorang. Apabila individu mampu mengelola dirinya dengan baik, maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki kemampuan *Self Management* yang baik.

Self Management yang baik membuat status fungsional seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari meningkat

atau baik. Status fungsional adalah kemampuan untuk melakukan aktivitas yang dibutuhkan dalam kegiatan sehari-hari berupa kegiatan fisik serta fungsi sosial dan kognitif (Sunarti, 2019). Aktivitas fisik yang dilakukan lebih awal pada pasien post Stroke sangat menguntungkan. Aktivitas fisik merupakan perilaku yang sehat melalui modifikasi tertentu dapat menurunkan risiko penyakit kardiovaskuler dan melindungi kekambuhan Stroke. Modifikasi dapat dilakukan dalam bentuk aktivitas dasar berbentuk kegiatan sehari-hari di rumah (Agustiyaningsih, 2020). Kegiatan sehari-hari yang dapat dilakukan seperti makan, mandi, berpakaian, buang air kecil, buang air besar, serta naik turun tangga. Sehingga *Self Management* yang baik akan membuat aktivitas seseorang juga meningkat atau mandiri tanpa harus bergantung dengan orang lain.

SIMPULAN DAN SARAN

Self Management pada penderita pasca Stroke sebagian besar dalam kategori baik. Tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada penderita pasca Stroke hampir seluruh responden dengan kategori mandiri. Ada hubungan *Self Management* dengan tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada penderita pasca stroke di rumah sakit Amelia. Tingkat hubungan kuat dan arah hubungan positif yang berarti semakin baik *Self Management* maka semakin mandiri tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada penderita pasca Stroke. Pemberian informasi terkait *Self Management* melalui pendidikan kesehatan atau edukasi karena *Self Management* bermanfaat untuk pasien terutama pasien yang sedang atau setelah mengalami Stroke. Penelitian selanjutnya, dapat mengembangkan tentang karakteristik individu yang mempengaruhi *self management*, khususnya untuk penyakit degeneratif.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiyaningsih, T. O. (2020). Identifikasi Aktivitas Fisik pada Pasien Pasca

- Stroke. *Jurnal Keperawatan*, Vol. 11, No. 1, 91-96.
- Aini, D. N., Arifianto, & Auliazardhi, Y. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL) Pada Pasien Post Stroke di Rehabilitasi Medik RSUD Tugurejo Semarang. *Jurnal NERS Widya Husada*, 3(1), 1–11.
<http://stikeswh.ac.id:8082/journal/index.php/jners>
- Anggraeni, N. V. (2013). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengambilan Keputusan Masyarakat untuk Memilih Jasa Pelayanan Kesehatan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Simo Kabupaten Boyolali
- Anggriyani, D. (2017). Analisis Perbedaan Sikap Anggota Keluarga Dan Perawat Terhadap Pendampingan Keluarga Saat dilakukan Tindakan Invasif di IGD dan ICU Puskesmas Ketapang Probolinggo
- Ardini, D. (2017). Hubungan Manajemen Diri Dan Orientasi Masa Depan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Aktif Kuliah Dan Organisasi. *ejournal psikologi*, 5 No. 4, 877
- Boger, E. J., Hankins, M., Demain, S. H., & Latter, S. M. (2015). Development and psychometric evaluation of anew patient - reported outcome measure for stroke self-management: TheSouthampton Stroke Self - Management Questionnaire (SSSMQ). *Health and Qualityof Life Outcomes*, 13(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/s12955-015-0349-7>
- Boger, E. (2014). Self-management following stroke: Concept and Measurement. *Social Sciences*, 496.
<https://eprints.soton.ac.uk/id/eprint/362824>
- Brillianti, P. A. (2016). *Hubungan Self - Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke di Wilayah Puskesmas Pisangan Ciputat*
- Cahyati, Y. (2018). Gambaran Kemampuan Fungsional Pasien Stroke di RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya. *Buletin Media Informasi Kesehatan, Volume 14 No. 2*, 165.
- Chaplin, H., Hazan, J., & Wilson, P. (2012). Self - management for people with long-term neurological conditions. *British Journal of Community Nursing*, 17(6), 250–257.
<https://doi.org/10.12968/bjcn.2012.17.6.250>
- Dewayani., (2014). *Alat Ukur Aktivitas Sehari-hari*. Surabaya: Fakultas Kedokteran Airlangga
- E Wurzinger H, Abzhandadze T, Rafsten L, S. K. (2021). *Dependency in Activities of Daily Living During the First Year After Stroke*. *Front Neurol*. doi:10.3389/fneur.2021.736684. PMID: 34819908; PMCID: PMC8606514
- Elisabeth, D. T. (2013). Tingkat Ketergantungan *Activity Daily Living* (ADL) pada Pasien Stroke Infark Hemiparese. *Jurnal STIKES, Volume 6, No. 2*
- Elsa Marviana, S. M. (2020). Hubungan *Self-Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Di RSUD Encik Mariyam
- Ezema, C. I. (2019). Influence of Post-Stroke Depression on Functional Independence in Activities of Daily Living. *Ethiop J Health S29*(1), 841–846
- Fernandez-Martin, J.L., Martinez-Cambor, P., Dionisi, M. P., Floege, J., Ketteler, M., London, G., Locatelli, F., Gorriz, J. L., Rutkowski, B., Ferreira, A., Bos, W. J., Covic, A., Rodriguez-Garcia, M., Sanchez, J. E., Rodriguez- Puyol, D., & Cannata-Andia, J. B. (2015). Improvement of mineral and bone metabolism markers is associated with better survival in haemodialysis patients: The COSMOS study. *Nephrology Dialysis Transplantation*, 30(9), 1542–1551.
<https://doi.org/10.1093/ndt/gfv099>

- Fryer, C. E. (2016). Self - management programs for quality of life in people with stroke. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 8. doi:<https://doi.org/10.1002/14651858.CD010442>
- Handayani, F. (2018). Self Management pada Pasien Stroke. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan 2018*, 8, 19–21. <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/4277%0A>
- Hariandja, J. (2013). Identifikasi Kebutuhan akan Sistem Rehabilitasi Berbasis Teknologi Terjangkau untuk Penderita Stroke di Indonesia. *Journal Unpar*, 2, 0–31
- Hella Meldy Tursina, E. M. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3
- Hidayat, S. (2019). *Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke* <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/IAHS/article/view/7905>
- Lee, e. a. (2017). Examining a participation – focused stroke self management intervension in a day rehabilitation
- Lennon, S. M. (2013). elf-management programmes for people post stroke: A systematic review *Clinical Rehabilitation*. 27(10), 867–878. doi:<https://doi.org/10.1177/0269215513481045>
- Marviana, E., Muharni, S., & Wardhani, U. C. (2020). Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke di RSUD Encik Mariyam. *Jurnal Health Sains*, 1(4), 178–183. <https://doi.org/10.46799/jhs.v1i4.38>
- Mutiarasari, D. (2019). Ischemic Stroke: Symptoms, Risk Factors, and Prevention. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Medika Tandulako*, 1(1), 60–73.
- Nasution, L.(2019). Faktor–Faktor yang mempengaruhi Terjadinya Stroke di Ruang Unit Stroke RSUPH Adam Malik Medan Tahun 2019. *Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan*, 1–10.
- Pamungkas, P. D. (2019). Pengaruh Program Stroke Self Management terhadap Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke di Kota Pontianak. *Jurnal ProNers*, 3(1).
- Pandji, D. (2013). Stroke bukan akhir segalanya. In D. Pandji, *Stroke bukan akhir segalanya*. PT. Elex Media Komputindo
- Parke, H.L., Epiphaniou,E., Pearce, G., Taylor, S. J. C.,Sheikh, A., Griffiths, C.J., Greenhalgh,T., &Pinnock, H. (2015). Self - management support interventions for stroke survivors: A systematicmeta - review. *PLoS ONE*,10(7), 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0131448>
- Pratama, I. H. (2017). Identifikasi Tingkat Kemandirian Lansia dalam Melakukan Aktivitas Sehari– Hari di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari. *Karya Tulis Ilmiah Poltekkes Kendari*, 1–82
- Purwanti, O. S., & Maliya, A. (2016). Rehabilitasi Pasien Pasca Stroke. *Berita Ilmu Keperawatan*, 1(1),43–46
- Puspitasari, P. N. (2020). Hubungan Hipertensi Terhadap Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, Volume 12 . doi:10.35816/jiskh.v10i2.435
- Riestiana, M. (2019). Hubungan Tingkat Kemandirian Dalam *Activity Daily Living* (ADL) Dengan Kecemasan Pada Lansia Di Panti Werdha Nirwanapuri Samarinda.
- Risfi, S., & Hasneli, H. (2019). Kemandirian Pada Usia Lanjut. *Al-Qalb :Jurnal Psikologi Islam*, 10(2), 152–165. <https://doi.org/10.15548/alqalb.v10i2.958>
- Rosa Aria, d. I. (2019). Kemandirian Lanjut Usia dalam Aktifitas Sehari-Hari Di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Bengkulu

- Sethi R, H. J. (2021). Correlation between Stroke Risk and systolic blood pressure in patients over 50 years with uncontrolled hyper-tention. *Cardiovasc Ther*, 1-7
- Sriwahyuni, Darmawan, S., & Putri, W., (2020). Self Management Pasien Pasca Stroke di RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. *Indonesia Academia Health Sciences Journal*, I (2), 8-9
- Sunarti, S. R. (2019). Prinsip Dasar Kesehatan Lanjut Usia (Geriatri) . Malang:UB Press
- Tatali, A. J., Kundre, R., (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada Pasien Stroke Pasca Stroke di Poliklinik Kasih Manado. *E-Journal Keperawatan*, 6