

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Organisasi kesehatan dunia (WHO), mendefinisikan stroke sebagai kondisi klinis yang timbul secara mendadak dan ditandai dengan gangguan fungsi otak yang bersifat fokal atau global, berlangsung lebih dari 24 jam dan dapat menyebabkan kematian. Dalam pengertian konvensional, stroke merupakan gangguan neurologis akibat kerusakan fokal akut pada sistem saraf pusat yang disebabkan oleh infark serebri atau perdarahan, baik intraserebral maupun subaraknoid (Adi *et al.*, 2022). Stroke terjadi ketika pembuluh darah yang membawa oksigen dan nutrisi ke otak tersumbat oleh bekuan darah (*ischemic*) atau pecah (*hemorrhagic*) (Rakhma *et al.*, 2023), Stroke dapat menyebabkan berbagai kecacatan fisik yang berakibat pada penurunan kemampuan mobilitas, seperti kelemahan atau kelumpuhan ekstremitas, gangguan keseimbangan, dan keterbatasan gerak (Sciences & Indonesia, 2021).

Stroke merupakan salah satu penyakit neurologis yang dapat menimbulkan berbagai gangguan fungsi tubuh, seperti kelemahan otot hingga kelumpuhan yang berpotensi menyebabkan kecacatan permanen. Kondisi ini berdampak pada keterbatasan kemampuan individu dalam melakukan aktivitas sehari-hari sehingga penderita menjadi bergantung pada bantuan orang lain. Ketergantungan tersebut menyebabkan hilangnya kemandirian pasien dalam memenuhi kebutuhan dasar, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap penurunan kualitas hidup secara signifikan (Kasrin *et al.*, 2024). Dampak fungsional stroke sejalan dengan meningkatnya jumlah kasus secara global, nasional, hingga daerah, sehingga keterbatasan aktivitas dan ketergantungan pasien pasca stroke menjadi isu kesehatan yang perlu mendapat perhatian.

Prevalensi stroke secara global menunjukkan tren peningkatan yang signifikan. Berdasarkan data World Stroke Organization (WSO) tahun 2022, jumlah kasus stroke pada tahun 2019 tercatat sebanyak 13,7 juta kasus dan meningkat tajam pada tahun 2022 menjadi 101 juta kasus, dengan kenaikan sebesar 86,4% (Anggreini *et al.*, 2024). Selain itu, World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa setiap tahunnya terdapat sekitar 15 juta orang di dunia yang mengalami stroke, dengan 5 juta di antaranya meninggal dunia dan 5 juta lainnya mengalami kecacatan permanen (Siagian *et al.*, 2024). Jika dibandingkan dengan rata-rata angka kematian di Amerika Serikat, Eropa, dan Australia. Di kawasan Asia insidensi stroke menjadi masalah kesehatan yang serius karena tingginya angka kematian. Angka kematian akibat stroke bervariasi, mulai dari yang terendah di Jepang sebesar 43,3 per 100.000 penduduk per tahun, hingga yang tertinggi di Mongolia sebesar 222,6 per 100.000 penduduk per tahun. Di Indonesia, diperkirakan setiap tahunnya ada sekitar 500 ribu penduduk terkena serangan (WSO, 2022).

Di Indonesia, angka kejadian stroke menunjukkan kecenderungan meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022, stroke menempati posisi ketiga sebagai penyakit terbanyak dengan jumlah kasus mencapai 2.536.620. Kondisi ini masih berlanjut pada tahun 2023, di mana stroke tetap berada pada peringkat ketiga dengan peningkatan jumlah kasus menjadi 3.461.563. Selanjutnya, pada tahun 2024 terjadi peningkatan yang lebih signifikan, sehingga stroke naik ke peringkat kedua setelah penyakit jantung dengan total kasus sebanyak 3.899.305. Selain itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 melaporkan bahwa prevalensi stroke sebesar 8,3% dengan jumlah penderita mencapai 638.178 kasus.

Tingginya angka kejadian tersebut mendorong perlunya kajian lebih lanjut secara spesifik di tingkat daerah guna memperoleh gambaran

yang lebih komprehensif terkait kejadian stroke dan upaya penanganannya.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2024, jumlah kejadian stroke tercatat sekitar 11,5 ribu kasus, dengan $\pm 2,9\%$ penderita mengalami kelemahan otot sebagai salah satu dampak klinis yang sering terjadi. Pada tingkat pelayanan primer, kasus stroke di Kota Bengkulu menunjukkan, Puskesmas Jembata Kecil 7,9% dari total kasus stroke di Kota Bengkulu, Puskesmas Sawah Lebar sebesar 6,1% dan Puskesmas Lingkar Timur 5,7 % pada tahun 2024 (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, 2024). Tingginya jumlah kasus stroke tersebut tidak hanya mencerminkan beban penyakit yang besar, tetapi juga berkaitan erat dengan berbagai komplikasi neurologis yang dialami oleh pasien pasca stroke.

Kerusakan pada sistem saraf pusat menyebabkan gangguan penghantaran impuls saraf ke otot yang berdampak pada penurunan kekuatan otot, mulai dari kelemahan ringan hingga kelumpuhan, yang umumnya terjadi pada satu sisi tubuh. Kondisi ini menyebabkan penurunan kemampuan fungsional serta keterbatasan pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari, yang dapat memicu terjadinya kekakuan dan deformitas sendi serta memperburuk fungsi anggota gerak. Dampak tersebut berpotensi menimbulkan kecacatan permanen, menurunkan tingkat mobilitas pasien, dan meningkatkan ketergantungan terhadap bantuan orang lain (Jamaluddin *et al.*, 2020). Apabila tidak ditangani secara optimal, gangguan mobilitas fisik pada pasien stroke dapat berlangsung dalam jangka panjang dan berisiko meningkatkan tingkat ketergantungan pasien secara menyeluruh terhadap bantuan dan perawatan (Permadhi *et al.*, 2022).

Dalam praktik keperawatan, masalah yang sering muncul pada pasien pascastroke, khususnya lansia, adalah gangguan mobilitas fisik yang disertai dengan kelemahan otot. Kondisi ini memerlukan intervensi keperawatan yang tepat untuk meningkatkan kemampuan fungsional

dan kemandirian pasien. Salah satu intervensi utama yang direkomendasikan adalah teknik latihan penguatan otot. Teknik latihan penguatan otot merupakan tindakan keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan dan daya tahan otot, memperbaiki koordinasi gerak, serta mendukung peningkatan kemampuan mobilisasi pasien. Intervensi ini meliputi latihan aktif dan pasif, latihan resistif ringan, serta latihan fungsional yang disesuaikan dengan kondisi dan toleransi pasien (SIKI, 2018). Selain itu, beberapa intervensi berbasis bukti (evidence-based nursing) juga dapat diterapkan untuk meningkatkan kekuatan otot dan mobilitas pada pasien pascastroke, antara lain latihan, *Stretching Exercise*, Terapi genggam bola karet, terapi ROM, terapi tali-temali, Dumbel exercise

Stretching exercise merupakan terapi fisik yang dilakukan untuk meningkatkan fleksibilitas otot dan rentang gerak sendi pada pasien pasca stroke. Peregangan dilakukan secara terkontrol pada ekstremitas yang mengalami hemiparesis untuk mengurangi kekakuan otot, mencegah kontraktur, serta meningkatkan mobilitas dan fungsi motorik pasien. Terapi ini bekerja dengan merangsang reseptor proprioseptif pada otot dan tendon sehingga meningkatkan kontrol neuromuskular dan mengurangi spastisitas (Cahya & Sari, 2022).

Berdasarkan penelitian (Rahayu dkk., 2024), stretching exercise terbukti signifikan meningkatkan rentang gerak sendi dan menurunkan spastisitas pada pasien pasca stroke. Hasil penelitian menunjukkan penurunan skor spastisitas dari 3,12 menjadi 1,85 dan peningkatan rentang gerak dari 65,4° menjadi 78,9° setelah 4 minggu intervensi ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa stretching exercise dapat menjadi intervensi rehabilitasi yang efektif untuk meningkatkan fungsi motorik pasien pasca stroke.

Terapi genggam bola karet merupakan latihan rehabilitasi sederhana yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien pasca stroke melalui stimulasi motorik dan kontraksi

otot berulang. Latihan ini membantu meningkatkan respon saraf motorik dan fungsi gerak tangan yang mengalami kelemahan. Berdasarkan hasil penelitian, terapi genggam bola karet terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien stroke dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi rehabilitasi yang efektif pada pasien pasca stroke (Asmawita *et al.*, 2022)

Terapi *Range of Motion* (ROM) merupakan latihan rehabilitasi yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot dan mempertahankan fleksibilitas sendi pada pasien pasca stroke melalui pergerakan sendi secara aktif maupun pasif. Latihan ini membantu meningkatkan respon saraf motorik serta memperbaiki fungsi gerak ekstremitas atas yang mengalami kelemahan (Olviani *et al.*, 2017). Berdasarkan hasil penelitian (Xie & Huang, 2020), terapi ROM terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien stroke dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi rehabilitasi yang efektif pada pasien pasca stroke.

Terapi tali temali adalah salah satu latihan rehabilitasi yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot dan koordinasi gerak pada pasien pasca stroke melalui aktivitas manipulatif menggunakan tali. Latihan ini membantu merangsang respon saraf motorik, meningkatkan keterampilan motorik halus, serta memperbaiki fungsi gerak ekstremitas atas yang mengalami kelemahan (Xie dan Huang 2020), Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jamaluddin *et al.*, (2020), terapi tali temali terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan kekuatan otot dan fungsi motorik ekstremitas atas pada pasien stroke dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$), sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi rehabilitasi yang efektif pada pasien pasca stroke.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu terdapat data pasien paca stroke sebanyak 22 orang yang mengalami kelemahan otot. Upaya untuk memberikan program rehabilitasi kepada pasien stroke yang menderita kelemahan otot ekstremitas atas masih kurang. Hasil survei didapatkan bahwa tindakan keperawatan yang biasa digunakan untuk mengurangi kelemahan otot ialah dengan merendam tangan dengan air hangat dan melakukan beberapa pergerakan kecil. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus dengan judul “Asuhan Keperawatan Teknik Latihan Penguatan Otot Pada Pasien Lansia Pasca Stroke Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu ”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran Asuhan Keperawatan Teknik Latihan Penguatan otot Pada Lansia Penderita Pasca Stroke Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui Asuhan Keperawatan Teknik Penguatan Otot Pada Lansia Penderita Pasca Stroke Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui Gambaran Pengkajian Gangguan Mobilitas Fisik Pada Lansia Penderita Pasca Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil.
- b. Diketahui Gambaran Diagnosis Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik Pada Lansia Penderita Pasca Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Jembatan Kecil.

- c. Diketahui gambaran rencana keperawatan Teknik Latihan Penguatan Otot pada Lansia penderita Pasca Stroke di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil.
- d. Diketahui gambaran implementasi keperawatan Teknik Latihan Penguatan Otot pada Lansia penderita Pasca Stroke di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil.
- e. Diketahui gambaran evaluasi keperawatan Teknik Latihan Penguatan Otot pada Lansia penderita Pasca Stroke di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil.
- f. Diketahui pendokumentasian keperawatan Teknik Latihan Penguatan Otot pada Lansia penderita Pasca Stroke di wilayah kerja Puskesmas Jembatan Kecil.

D. Manfaat

1. Bagi Mahasiswa

Untuk meningkatkan kemampuan menerapkan asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita pasca stroke dengan menggunakan berbagai tindakan intervensi berdasarkan *Evidence Based Nursing*.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Dapat menjadi masukan dan sumber informasi bagi tenaga kesehatan khususnya perawat untuk meningkatkan pelayanan keperawatan khususnya asuhan keperawatan pada lansia penderita pasca stroke.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah berbagai referensi ilmu pengetahuan khususnya pengetahuan intervensi dalam keperawatan gerontik dengan gangguan mobilitas fisik pada lansia penderita pasca stroke.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Hasil penulisan diharapkan dapat memberikan tambahan informasi kepada lansia dan keluarga dalam menghadapi masalah gangguan mobilitas fisik pada lansia penderita pasca stroke.

E. Target Luaran

Rencana target luaran studi kasus asuhan keperawatan Teknik latihan penguatan otot pada Lansia Penderita pasca stroke adalah monograf

