BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stroke atau *Cerebrovaskular Diseases* (CVD) merupakan masalah kesehatan masyarakat yang diperkirakan akan meningkat selama beberapa dekade mendatang (Donkor, 2018). Stroke merupakan suatu kondisi yang menggambarkan adanya gangguan perdarahan darah di otak, yang mengakibatkan perdarahan fungsi otak atau neurologi (Manitu *et al.*, 2020).

Data World Health Organization (WHO) melaporkan bahwasannya stroke menduduki peringkat pertama penyebab kematian di dunia. Pada tahun 2022 risiko terkena stroke telah meningkat sebesar 50% dari tahun 2019 dan angka kematian akibat stroke meningkat sebesar 86% (WHO, 2022). Menurut data *South East Asian Medical Information Centre* (SEAMIC) diketahui bahwa angka kematian stroke terbesar terjadi di Indonesia yaitu 52,9% yang kemudian diikuti Thailand (Eka Stephani, 2020). Data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukan jumlah penduduk berusia ≥ 15 tahun yang mengalami stroke mencapai 638.178 orang. Berdasarkan hasil survei juga menunjukkan bahwa prevalensi stroke di Provinsi Bengkulu mencapai 6,0% atau 4.687 penderita (SKI, 2023).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Penyebab stroke diakibatkan karena aliran darah terhenti oleh gumpalan darah yang menyumbat pembuluh darah dalam proses aterosklerosis, atau ateriosclerosis. Sedangkan pada pendarahan otak, pembuluh darah pecah dan aliran darah menjadi tidak normal, sehingga darah yang bocor masuk ke otak dan menyebabkan kerusakan otak. Gejala yang diakibatkan stroke yaitu kehilangan komunikasi, gangguan persepsi, gangguan fungsi kognitif dan yang paling sering terjadi yaitu gangguan keseimbangan atau gangguan fungsi motorik (Kristina *et al.,* 2024).

Gangguan sensorik motorik dapat menyebabkan gangguan keseimbangan termasuk kelemahan otot, penurunan fleksibilitas jaringan lunak, serta gangguan kontrol motoric dan sensorik sehingga terjadi

penurunan aktifitas pada pasien stroke. Kontrol motorik yang berkurang mengakibatkan hilangnya koordinasi, hilangnya kemampuan mempertahankan keseimbangan tubuh dan mengontrol pergerakan dari batang tubuh (Rahayuningtyas *et al.,* 2021).

Pasien pasca stroke dapat mengalami gangguan keseimbangan tubuh yang mana jika tidak melakukan aktivitas atau latihan dapat menyebabkan kekakuan dan gangguan aktivitas. Dampak yang sering dialami penderita stroke yaitu gangguan gerak. Selain itu penderita akan mengalami kesulitan saat berjalan sehingga mengakibatkan gangguan pada kekuatan otot, keseimbangan dan koordinasi gerak (Engla, 2018). Stroke berhubungan dengan penurunan keseimbangan, bagi pasien stroke, keseimbangan berperan penting dalam kemampuan mereka untuk duduk dan bergerak. Penurunan keseimbangan pada penderita stroke juga dapat mengurangi batas stabilitas penderita stroke, sehingga untuk memperbaiki keseimbangan, pasien perlu meningkatkan stabilisasi atau keseimbangan tubuh mereka (Fitri *et al.,* 2019).

Latihan pada individu yang mengalami stroke, baik itu stroke hemoragik maupun non hemoragik memiliki peran yang sangat penting. Selain terapi farmakologi latihan fisik menjadi salah satu terapi alternatif bagi pasien yang mengalami stroke. Latihan ini bermanfaat untuk mengurangi gangguan keseimbangan dan kekakuan, terdapat dua terapi yaitu *bridging exercise* merupakan suatu teknik yang tepat untuk memperkuat otot-otot disekitar *columna veterbra lumbal* dan *pelvic* khususnya untuk pasien stroke dengan gangguan keseimbangan dan meningkatkan kekuatan otot (Manitu *et al.,* 2020).

Hasil dari penelitian Mutiara, (2022) latihan *bridging* terbukti dapat meningkatkan keseimbangan duduk pada pasien stroke non hemoragik. Peningkatan keseimbangan ini mempercepat proses sintesis protein otot kontraktil, melebihi kecepatan penghantaran, yang mengakibatkan peningkatan jumlah otot. Selain terdapat terapi latihan fisik non farmakologi di atas, terdapat juga terapi lain yang terbukti dapat mengurangi gangguan keseimbangan yaitu *tandem walking exercise*. *Tandem walking exercise*

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

merupakan latihan yang bertujuan untuk melatih sistem proprioseptif, yang mencakup sikap tubuh, keseimbangan, dan koordinasi gerakan. *Tandem waling exercise* adalah latihan yang dilaksanakan melalui proses berjalan lurus dengan tumit salah satu kaki menyentuh ujung jari kaki lainnya hingga 3-6 meter. Latihan ini pun bisa membuat peningkatan keseimbangan postural lateral (Alita *et al.,* 2021; Prabowo *et al.,* 2023).

Hasil dari penelitian Nabila, (2022) latihan jalan tandem membantu meningkatkan fungsi sistem pengontrol keseimbangan tubuh didapatkan nilai p=0,015 dimana nilai p < α menunjukan bahwa ada pengaruh *tandem walking exercise* pada peningkatan keseimbangan pada pasien pasca stroke. Dalam latihan ini, pasien stroke diajak fokus secara visual ke depan untuk memperluas pandangan dan berjalan lurus. Selain itu, latihan ini juga melibatkan *somatosensoris*, *vestibular*, dan *proprioceptive*, mendukung postur tubuh tetap tegak saat berjalan dan melakukan pola langkah yang benar, sehingga meningkatkan keseimbangan.

Hasil survei awal melalui wawancara dan observasi di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu diketahui angka kejadian pada penderita stroke pada tahun 2021 mencapai 242 orang diantaranya terdapat 14 orang yang meninggal dunia. Tahun 2023 mengalami peningkatan mencapai 365 orang diantaranya yang meninggal 27 orang. Survei awal di poli saraf RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu didapatkan data selama satu bulan, pasien yang melakukan kontrol di poli saraf sebanyak 50 pasien pasca stroke yang mengalami kelemahan ekstremitas bagian bawah. Setelah dilakukan wawancara dengan perawat pelaksana didapatkan bahwa belum pernah dilakukan intervensi pengaruh *Bridging Exercise* dan *Tandem Walking Exercise* terhadap keseimbangan pada pasien pasca stroke. Hal ini yang menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh *Bridging Exercise* dan *Tandem Walking Exercise* Terhadap Keseimbangan Pada Pasien Pasca Stroke di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu Tahun 2025".

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. Rumusan Masalah

Masalah keperawatan yang paling umum pada pasien stroke adalah kekakuan anggota badan dan masalah keseimbangan, yang secara signifikan mengganggu dan menghambat kemampuan dan aktivitas sehari-hari pasien stroke. Oleh karena itu, masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini yaitu "Apakah ada pengaruh pemberian *bridging exercise* dan *tandem walking exercise* terhadap keseimbangan pasien pasca stroke di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Telah diketahui pengaruh *Bridging Exercise* dan *Tandem Walking Exercise* terhadap keseimbangan pada pasien pasca stroke di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu 2025.

2. Tujuan Khusus
   a. Diketahui karakteristik pasien pasca stroke seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat penyakit.
   b. Diketahui gambaran rata-rata skor keseimbangan setelah dan sebelum dilakukan intervensi pada kelompok intervensi
   c. Diketahui gambaran rata-rata skor keseimbangan setelah dan sebelum dilakukan intervensi pada kelompok kontrol.
   d. Diketahui perbedaan rata-rata skor keseimbangan setelah dilakukan intervensi pada kelompok intervensi.
   e. Diketahui perbedaan rata-rata skor keseimbangan setelah dilakukan intervensi pada kelompok kontrol.
   f. Diketahui pengaruh terapi *bridging exercise* dan *tandem walking exercise* terhadap keseimbangan pada pasien pasca stroke.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

   Sebagai pengalaman dan meningkatkan kemampuan diri dalam bidang penelitian serta menambah pengetahuan tentang pemberian *bridging*

exercise dan *tandem walking exercise* terhadap keseimbangan pada pasien pasca stroke.

2. Bagi Responden

   Dapat dijadikan sebagai contoh alternatif latihan fisik terhadap peningkatan keseimbangan, serta diharapkan responden mampu melakukan terapi *bridging exercise* dan *tandem walking exercise* secara rutin sehingga mampu meningkatkan keseimbangan

3. Bagi Pelayanan Kesehatan.

   Dapat digunakan untuk mengedukasi dan menerapkan kepada masyarakat tentang cara latihan *bridging exercise* dan *tandem walking exercise* untuk dapat dijadikan alternatif intervensi nonfarmakologi pada pasien pasca stroke.

4. Bagi Institusi Pendidikan.

   Penelitian ini dapat digunakan sebagai literatur ilmiah khususnya dalam bidang keperawatan medikal bedah dan sebagai masukan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan keperawatan tentang cara meningkatkan keseimbangan dengan menggunakan terapi *bridging exercise* dan *tandem walking exercise* pada pasien pasca stroke.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu