BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stroke merupakan salah satu penyakit yang berdampak besar pada kesehatan masyarakat global. Hal ini dipicu oleh gaya hidup yang kurang sehat, sehingga menyebabkan peningkatan angka kejadian penyakit stroke. Stroke merupakan suatu kondisi yang terjadi ketika aliran darah ke suatu area di otak terhenti secara mendadak, sehingga menyebabkan kematian pada Sebagian sel-sel di otak. Hal ini disebabkan karena adanya gangguan pada aliran darah yang terjadi akibat sumbatan atau pecahnya pembuluh darah didalam otak. Penyakit stroke sekarang masih menjadi salah satu masalah utama pada kesehatan, bukan hanya di Indonesia tetapi juga di seluruh dunia (Ikhtiarini Dewi et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa stroke menempati posisi kedua dari sepuluh penyebab kematian terbesar di dunia. Stroke menyebabkan 16% dari total kematian, menyumbang 11% dari total khasus morbilitas dan sejak tahun 2000, jumlah kematian akibat penyakit stroke mengalami peningkatan yang signifikan dari 2 juta menjadi 8,9 juta pada tahun 2019 (WHO, 2023).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Menurut data *World Stroke Organization* (WSO) bahwa setiap tahunnya ada 13,7 kasus baru stroke dan sekitar 5,5 juta kematian akibat penyakit stroke. *World Stroke Organization* mencatat bahwa lebih dari 13,7 juta orang mengalami stroke setiap tahunnya. Tahun 2020 mencatat perkiraan sekitar 7,6 juta orang yang kehilangan nyawa akibat penyakit stroke. Dalam kasus penderita stroke, sebanyak 60,7% disebabkan oleh jenis stroke non hemoragik, sementara 36,6% disebabkan oleh jenis stroke hemoragik. Di Indonesia, diperkirakan setiap tahunnya ada sekitar 500 ribu penduduk terkena serangan (WSO, 2022) .

Penderita stroke dapat mengalami kualitas tidur yang buruk jika terjadi gangguan vaskuler di daerah batang otak yang akan mengakibatkan pasien mudah lelah dan terganggu. Kualitas tidur yang buruk pada pasien stroke juga dapat meningkatkan risiko pasien pascastroke mengalami serangan stroke berikut nya. pravelensi gangguan tidur sebesar 20-40% pada pasien yang terkena

stroke. Kebutuhan tidur yang cukup ditentukan oleh jumlah faktor jam tidur. Pada usia dewasa umur 18-40 tahun kebutuhan tidur berjumlah 7-8 jam/hari. Pada usia muda paruh baya/dewasa madya umur 40-60 tahun kebutuhan tidur berjumlah 7 jam/hari (Sri Wahyuni, 2023).

Gangguan tidur pasien stroke juga banyak terjadi karena penyakit hipertensi yang dialami pasien. Kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi terjadinya peningkatan tekanan darah, gangguan memori, ketidakmampuan berkonsentrasi dan ketisakstabilan emosi. Hal tersebut disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon kortisol yang dihasilkan oleh kelenjar adrenal yang bekerja pada saraf simpatis sehingga menyebabkan vasokontriksi vaskuler (Ramadhini et al., 2021).

Penatalaksanaan gangguan tidur pada pasien stroke dapat dilakukan dengan memberikan intervensi keperawatan berupa terapi relaksasi. Teknik terapi relaksasi merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk merilekskan pikiran dan tubuh dengan mengurangi ketegangan serta kecemasan teknik ini juga dapat mengurangi gangguan pada pola tidur (SIKI, 2018). Intervensi lain berupa evidence base nursing yang bisa dilakukan untuk membantu mengatasi gangguan pola tidur yaitu pemberian therapy music white noise, aromaterapi lavender, hand massage, terapi slow stroke back massage, trapi benson.

Kemenkes Politekkes Bengkulu

Terapi music white noise salah satu bentuk terapi musik yang kerap diberikan kepada pasien dengan gangguan tidur. Terapi ini bertujuan menciptakan kondisi internal untuk memfasilitasi tidur, terbukti efektif dalam merangsang tidur, serta menstabilkan pikiran dan tubuh. White noise, yang terdiri dari kombinasi berbagai suara frekuensi, menghasilkan suara mendengung yang konsisten, stabil, dan merata. Karakteristik ini membantu meredam kebisingan sekitar yang dapat mengganggu tidur pasien. Sejalan dengan penelitian Sahanantya, (2022) didapatkan hasil P-value yang kurang dari 0.001 menunjukkan signifikansi statistik dari perbedaan tersebut sejalan dengan penelitian menunjukkan ada pengaruh yang memiliki dampak positif dalam mengurangi gangguan kualitas tidur pada pasien stroke dengan p value 0.000 (α<0.005).

Aromaterapi lavender adalah pemberian aroma menggunakan minyak essensisal yang dinilai dapat membantu mengurangi bahkan mengatasi gangguan psikologis dan gangguan rasa nyaman seperti, cemas, stress dan depresi. Penelitian yang berkaitan dengan aromaterapi lavender dilakukan oleh Maulana Ismail & Bachtiar Safrudin, (2020), didapatkan hasil bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat meningkatkan kualitas tidur pasien stroke dengan p value 0.000 ($\alpha<0.05$).

Slow Stroke Back Massage memberikan kenyamanan dengan mengurangi aktivitas saraf simpatik dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis, sehingga dapat menyebabkan terjadinya pelepasan endorfin yang membuat pembuluh darah menjadi vasodilatasi, sehingga dapat menurunkan beban kerja jantung serta merangsang aliran darah ke seluruh pembuluh darah yang lebih dalam yang ada di batang otak, dimana pada batang otak terdapat pengontrol aktivitas tidur sehingga dapat memberikan kesenangan serta kenyamanan pada pasien dan meningkatkan relaksasi pada pasien. Penelitian yang dilakukan oleh Hermawan et al., (2024)menunjukkan bahwa Slow Stroke Back Massage terbukti efektif terhadap peningkatan skor kualitas tidur dengan nilai p-value 0.00.

Hand massage merupakan tindakan efektif untuk meningkatkan relaksasi dengan memberikan stimulus dibawah jaringan kulit dan memberikan sentuhan serta tekanan yang lembut untuk memberikan rasa nyaman. Penelitian yang dilakukan oleh Rika Widianita, (2023) menunjukkan adanya pengaruh peningkatan kualitas tidur pada pasien dengan gangguan tidur yang menunjukkan adanya perubahan pola tidur dan kualitas tidur dengan p value 0.001 ($\alpha<0.05$).

Relaksasi benson yaitu salah satu teknik relaksasi yang sederhana, mudah dalam pelaksanaannya, dan tidak memerlukan banyak biaya. Relaksasi ini merupakan gabungan antara teknik respon relaksasi dengan sistem keyakinan individu atau faith factor. Fokus dari relaksasi ini pada ungkapan tertentu yang diucapkan berulang-ulang dengan menggunakan ritme yang teratur disertai dengan sikap yang pasrah. sejalan dengan Rohma et al.,(2022) Hasil penelitian Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan secara signifikan skor rata-rata kualitas tidur setelah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai p=0.000. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan yang dilakukan berupa

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

latihan relaksasi benson pada klien gangguan tidur memiliki pengaruh yang positif pada peningkatan kualiatas tidur.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Asuhan Keperawatan Terapi Relaksasi Pada Pasien Stroke Dengan Gangguan Pola Tidur Di Ruang Madinah RSHD Kota Bengkulu Tahun 2025?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

   Penulis mampu mengetahui gambaran asuhan keperawatan dukungan tidur pada pasien stroke di ruang madinah RSHD Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

   a. Diketahui gambaran diagnosis keperawatan gangguan kebutuhan tidur pada pasien stroke di ruang madinah RSHD Kota Bengkulu.

   b. Diketahui gambaran diagnosis keperawatan gangguan kebutuhan tidur pada pasien stroke di ruang madinah RSHD Kota Bengkulu.

   c. Diketahui gambaran perencanaan keperawatan dukungan tidur pada pasien stroke di ruang madinah RSHD Kota Bengkulu.

   d. Diketahui gambaran implementasi keperawatan dukungan tidur pada pasien stroke di ruang madinah RSHD Kota Bengkulu.

   e. Diketahui gambaran evaluasi keperawatan dukungan tidur pada pasien stroke di ruang madinah RSHD Kota Bengkulu.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Penulis

   Menambah pengetahuan penulis tentang Asuhan Keperawatan pada pasien stroke, khususnya pada pasien yang mengalami gangguan pola tidur.

2. Bagi Institusi Pendidikan

   Dapat menambah referensi dalam meningkatkan mutu pendidikan dan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih memperkaya pengetahuan dan bahan ajar mengenai dukungan tidur pada pasien stroke

3. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

   Karya Tulis Ilmiah Akhir, dapat dijadikan sebagai informasi bagi perawat dalam meningkatkan pelayanan keperawatan khususnya asuhan Keperawatan Medikal Bedah pada pasien stroke.

4. Bagi Pasien dan Keluarga.

   Karya Tulis Ilmiah akhir ini diharapkan dapat membantu pasien stroke mengatasi masalah gangguan pola tidur, meningkatkan kemandirian pasien dan keluarga.

E. Target Luaran

Rencana target luaran studi kasus asuhan keperawatan terapi relaksasi pada pasien stroke dengan gangguan pola tidur adalah monograf

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu