

HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN PASCA *STROKE* NON HEMORAGIK DI RUMAH SAKIT UMUM IMELDA PEKERJA INDONESIA MEDAN TAHUN 2021

Aureliya Hutagaol¹, Resa Indayani Tindaon²

^{1,2}Program Studi *SI Keperawatan*, Universitas Imelda Medan

Email: aureliyanovita@gmail.com

ABSTRAK

Stroke atau Cerebro Vascular Accident ialah suatu gangguan fungsional otak (*deficit neurologis*) vokal atau global yang berlangsung 24 jam lebih disebabkan oleh gangguan peredaran darah otak neotraumatik sehingga kurangnya aliran darah dan oksigen ke otak. Akibatnya adanya sumbatan, penyempitan atau pecahnya pembuluh darah, biasanya mengenai penderita usia 40-80 tahun. Adapun gejala dari stroke yaitu dapat terjadi sakit kepala, hilang keseimbangan, gangguan penglihatan, hilangnya kemampuan bicara dengan jelas atau kemampuan untuk memahami pembicaraan orang lain/ lawan bicara, dan gangguan penciuman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-management* dengan kualitas hidup pada pasien pasca stroke non hemoragik. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 48 yang diambil menggunakan *accidental sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner dan dianalisa dengan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa $p \text{ value} = 0,005 < 0,05$. Berarti ada Hubungan *self management* dengan kualitas hidup pada pasien pasca stroke non hemoragik di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin baik pengobatan dan perawatan *self management* pada pasien pasca stroke maka semakin rendah juga kejadian penyakit stroke berulang.

Kata Kunci: Pasca Perdarahan, Stroke, Manajemen Diri, Kualitas Hidup.

ABSTRACT

Stroke or Cerebro Vascular Accident (CVA) is a vocal or global functional brain disorder (neurological deficit) that lasts more than 24 hours caused by a neotraumatic cerebral blood circulation disorder resulting in a lack of blood and oxygen flow to the brain. as a result of blockage, narrowing or rupture of blood vessels, usually affects patients aged 40-80 years. The symptoms of stroke include headaches, loss of balance, visual disturbances, loss of the ability to speak clearly or the ability to understand other people's speech, and impaired smell. The purpose of this study was to determine the relationship between self-management and quality of life in postoperative patients. non-hemorrhagic stroke. This research was conducted at Imelda Indonesian Workers General Hospital Medan. The population in this study were 48 who were taken using accidental sampling. Data collection using a questionnaire and analyzed by Chi-square test. The results showed that $p \text{ value} = 0.005 < 0.05$. It means that there is a relationship between self-management and quality of life in non-hemorrhagic post-stroke patients at Imelda Indonesian Workers General Hospital in Medan. Based on the results of the study, it can be concluded that the better the treatment and self-management in post-stroke patients, the lower the incidence of recurrent stroke.

Keywords: Post Hemorrhagic, Stroke, Self Management, Quality of Life.

1. PENDAHULUAN

Stroke atau *Cerebro Vascular Accident* (CVA) adalah suatu gangguan fungsional otak (*deficit neurologis*) vokal atau menyeluruh yang terjadi selama 24 jam lebih disebabkan oleh gangguan peredaran darah otak *neotraumatik* sehingga berkurangnya aliran darah dan oksigen sampai ke otak akibatnya dapat terjadi persempitan, sumbatan dan pecahnya pembuluh pada darah, biasanya mengenai penderita usia 40-

80 tahun. Adapun gejala dari stroke yaitu dapat terjadi sakit kepala, hilang keseimbangan, gangguan penglihatan, hilangnya kemampuan bicara dengan jelas atau kemampuan untuk memahami pembicaraan orang lain/lawan bicara dan gangguan penciuman (Ratna & Junaidi Iskandar, 2019).

Data dari *World Health Organization* 2015, terhitung sekitar 15 juta orang penderita *stroke* setiap tahun atau skitar 30%

dari kematian, diantaranya ditemukan jumlah kematian sebanyak 5 juta orang dan 5 juta orang lainnya mengalami kecacatan yang permanen. Pada tahun 2020, terhitung 7,6 juta orang meninggal karena stroke. Di Indonesia *stroke* menduduki urutan ke-3 setelah kanker dan jantung. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdes) menunjukkan data 8,3 per 1000 penduduk menderita stroke. Sedangkan pada tahun 2013, diperkirakan sebanyak 1.236.825 orang dari seluruh penderita stroke. Yayasan stroke Indonesia menyatakan angka terjadinya stroke menurut data dasar Rumah Sakit sebanyak 63 per 100.000 penduduk, jumlah penderita yang meninggal lebih dari 125.000 jiwa per tahunnya. Di Sumatra Utara prevalensi kejadian *stroke* sebesar 6,3%, dan di Medan pada tahun 2017, terhitung 423 orang penderita *stroke* lama (Ainal & Junaidi Iskandar, 2019).

Stroke dapat mengakibatkan ketergantungan dengan semua orang dalam melakukan aktivitas yang dilakukan sehari-hari mulai dari hal makan, minum, mandi, berpakaian, dan sebagainya, dengan demikian kemandirian dan mobilitas penderita stroke dapat berkurang ataupun hilang. Oleh karena itu pasien stroke perlu adanya perawatan dan penanganan untuk meningkatkan *self management*. *Self management* merupakan kemampuan individu untuk mengurangi resiko kekambuhan dan meningkatkan kualitas hidup, seperti mengatur gejala, pengobatan, perubahan fisik, dan psikis (*problem solving*). Adapun tujuan dari *self management* untuk mengubah kebiasaan dalam mengatasi kondisi mereka dalam beradaptasi untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Kualitas hidup merupakan sebagai ukuran yang terkonseptual dan sering digunakan dalam situasi penyakit kronis sebagai teknik dalam menilai dampak terapi terhadap pasien. *Self management* di tetapkan untuk mengubah kebiasaan dan mengubah kemampuan individu untuk mengatasi kondisi mereka dalam beradaptasi, jadi program yang dibuat untuk melatih seseorang terhadap keahlian yang diperlukan untuk mengatur kondisi mereka dalam menetapkan kesehatan dan persoalan sosial mereka (Pletcher, 2015).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 25 Juni 2021 di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan peneliti mendapat informasi

bahwa jumlah pasien *stroke* per bulan Januari s/d Desember 2020 di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan adalah sebanyak 48 orang. Diketahui bahwa banyak pasien *stroke* yang kurang mengerti bagaimana memmanagement diri dengan baik *stroke* untuk menumbuhkan kualitas hidup pasien *pasca stroke*. Oleh karena itu peneliti tertarik mengambil penelitian ini yang berjudul Hubungan *Self Management* dengan kualitas hidup pada pasien *pasca stroke* di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan.

Berdasarkan banyaknya pasien *stroke* di Rumah Sakit Imelda perlu adanya perawatan untuk mengurangi resiko kekambuhan, mengatur gejala terjadinya stroke berulang, pengobatan seperti TPA (penghancur gumpalan darah) dapat meminimalkan kerusakan didalam otak, perubahan fisik yang dapat menyebabkan intruksi pembatasan gerak dalam bentuk tirah baring, pembatasan gerak fisik selama penggunaan alat bantu eksternal, dimana seseorang tidak dapat bergerak secara bebas karena kondisi mengganggu pergerakan, dan psikis (*problem solving*). Tujuannya untuk memberikan motivasi, semangat hidup serta dengan melatih mentalnya untuk hal-hal yang baik, dengan demikian sel-sel dalam otak akan berkerja aktif dan cara ini dapat membantu mempercepat proses pemulihan pasien. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik mengambil judul Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien *Pasca Stroke* Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2021.

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan ini adalah penelitian kuantitatif (Sugiyono, 2015) yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia pada bulan Maret sampai Juli tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien *pasca stroke* sebanyak 48 pasien. Dengan teknik pengambilan sampel adalah *Non probability Sampling* dengan metode *accidental sampling*. Metode pengolahan data yang digunakan teknik *Editing*, *Coding*, *Tabulating* dan *Cleaning* (Abdurahman Fathoni, 2006) dan analisis data yang digunakan ialah analisis univariat dan bivariat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Tentang Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien *Pasca Stroke* Non Hemoragik Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan 2021

No	Karakteristik	Frekuensi	%
1	40-50	9	18,8%
2	50-60	18	37,5%
3	60-80	21	43,8%
Jumlah		48	100

Berdasarkan tabel 1 tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden penderita stroke berumur 40-50 tahun, yaitu sebanyak 9 responden (18,8%), umur 51-60 tahun sebanyak 18 responden (37,5%), umur 60-80 tahun sebanyak 21 responden (43,8%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi Responden berdasarkan jenis kelamin Tentang Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien *Pasca Stroke* Non Hemoragik di Rumah sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan 2021

No	Karakteristik	Frekuensi	%
1	Laki-Laki	32	66,7%
2	Perempuan	16	33,3%
Jumlah		48	100

Tabel tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden penderita stroke adalah lebih banyak adalah laki-laki, yaitu sebanyak 32 responden (66,7%), sedangkan responden perempuan tidak berbeda jauh jumlahnya, yaitu sebesar 16 responden (33,3%).

Tabel 3. Karakteristik *Self-Management*

No	Self-Management	Frekuensi	Persentase
1	Baik	44	91,7%
2	Cukup	4	8,3%
Total		48	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas diperoleh persentase *self management* pada kategori baik sebanyak 44 responden (91,7%), kategori cukup sebanyak 4 responden (8,3%).

Tabel 4. Karakteristik Kualitas Hidup

No	Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase
1	Baik	34	70,8%
2	Cukup	14	29,2%
Total		48	100%

Berdasarkan tabel 4 diatas diperoleh bahwa persentase kualitas hidup pada kategori baik sebanyak 34 responden (70,8%), kategori cukup baik sebanyak 14 responden (29,2%).

Hasil Bivariat

Tabel 5. Analisis Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien *Pasca Stroke* Non Hemoragik Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan 2021

<i>Self Management</i>	Kualitas Hidup		Total	P Value
	Baik	Cukup		
Baik	34	10	44	0,005
Cukup	0	4	4	
Total	34	14	48	

Keterangan: $p < 0,005$ maka ada hubungan *self management* dengan kualitas hidup terhadap pasien *pasca stroke* non hemoragik.

3.2 Pembahasan

Melihat dari hasil penelitian, secara keseluruhan didapatkan bahwa dari 48 responden pasien pasca stroke di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan sebagai besar pasien berjenis laki-laki yaitu sebanyak 32 responden (66,7%) dan pasien pasca stroke yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 responden (33,3%).

Tabel 1 juga menunjukkan bahwa dari 48 responden pasien pasca stroke dirumah sakit umum Imelda medan sebagian besar pasien berumur antara 40-50 tahun, itu sebanyak 9 responden (18,8%), sedangkan pasien berumur 51-60 tahun sebanyak 18 responden (37,8%), dan diatas 60 tahun sebanyak 21 responden (43,8%), dari hasil penelitian ini sesuai dengan tinjauan pustaka dimana semakin bertambah umur semakin meningkat resiko stroke dan hal ini berkaitan dengan terjadinya proses digenarasi serta dinding pembuluh darah juga lebih mudah mengalami penebalan (arteriosklerosis).

Self Management

Berdasarkan tabel 3 di atas diperoleh persentase *self management* pada kategori baik sebanyak 44 (91,7%), kategori cukup sebanyak 4 (8,3%). *Self management* dinyatakan dalam kategori baik lebih banyak karena pasien mengetahui cara melakukan pengobatan dan perawatan *self management* dengan baik seperti mengatur gejala struk berulang, konsekuensi fisik dan psikisnya.

Menurut (Marviana, 2020) menyatakan untuk lebih meningkatkan pengetahuan dan kinerja yang lebih baik guna memberikan bimbingan pelayanan kesehatan bagi pasien, khususnya pasien pasca stroke agar dapat mendukung pencapaian *self management* yang baik untuk menunjang kualitas hidup pasien pasca stroke.

Perawat harus memperhatikan pengetahuan pasien tentang stroke, emosi pasien, keaktifan pasien dalam membuat keputusan, kemampuan pasien dalam bekerja sama dengan petugas kesehatan, kemampuan pasien dalam mengelola tanda dan gejala penyakit dan kemampuan pasien dalam aktifitas sehari-hari. Integrasi pelayanan stroke perlu dikembangkan untuk mencapai kualitas hidup yang optimal (Handayani, 2018).

Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke

Dari hasil penelitian berdasarkan tabel 4 di dapat bahwa persentase kualitas hidup pada kategori baik sebanyak 34 responden (70,8%) dan kategori cukup sebanyak 14 responden (29,2%). Kualitas hidup dinyatakan dalam kategori baik lebih banyak karena pasien mengetahui cara melakukan *self management* dengan baik seperti menjaga pola makan, olah raga yang teratur, tidak merokok, menghindari stress, dan menjalani spiritual dengan baik. Sedangkan kategori kurang baik lebih sedikit jumlahnya dikarenakan pasien tidak mengerti bagaimana melakukan *self management*.

Menurut (Rahmawati, 2019) menunjukkan persentase responden dengan kategori *self management* tinggi (52,5%) lebih banyak dibandingkan dengan kategori rendah, hal yang sama ditemukan pada domain-domain *self management*; domain kepercayaan diri dalam berinteraksi dan strategi (52,5%), serta bimbingan oleh profesional kesehatan (55%). Sebaliknya, persentase kategori rendah lebih banyak ditemukan pada domain kapasitas (52,5%).

Hambatan dalam *self management* adalah kognitif, kecacatan depresi, kecemasan serta pelayanan kesehatan yang belum terintegrasi. *Self management* perlu diberikan pada pasien sejak fase akut hingga rehabilitasi (Handayani, 2018).

Hubungan *Self Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Non Hemoragik Di Rumah Sakit Umum Imelda Medan

Berdasarkan tabel 5 terlihat responden *self management* baik ada 44 responden, sedangkan cukup 4 responden. Sedangkan responden pada kualitas hidup baik ada 34, responden sedangkan cukup ada 14 responden. Hasil analisis dengan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar $0,005 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 yang berarti bahwa ada hubungan Manajemen diri sendiri dengan kualitas hidup pada pasien pasca stroke non hemoragik, yang sesuai dengan pendapat Galson, menyatakan dengan berbasis masyarakat, program *self management* menyediakan peluang dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita stroke. Program ini mendorong seseorang untuk bertanggung jawab atas kesehatan mereka dengan memantau kondisinya dan mendidik diri sendiri mengenai kondisi yang terkhusus pada dirinya dan mengetahui apa saja pengobatan yang tersedia untuk mereka, dan bermitra dengan dokter mereka dalam menggali perkembangan penyakitnya. (Steven K Galson, 2009).

Hubungan yang sesuai anatar *self management* dan kualitas hidup ini terjadi karena stroke merupakan suatu kondisi kronis yang dapat memiliki efek psikologis dan sosial, serta fisik dalam jangka yang lama merupakan sisa gejala dari orang yang terkena, sedangkan manajemen diri sendiri ada sebagai kekuatan untuk menjadi lebih baik dapat menghadapi penyakit kronis dengan mengoptimalkan kesehatan dan kesejahteraannya (Brillianti, 2016).

Dapat ditemukan dalam kenyataan, pengalaman selama penelitian, bahwa kondisi pasca stroke yang penuh keterbatasan beberapa hari mereka dapat mengurangi gejala yang timbul dengan melakukan *self management* (manajemen diri sendiri). Padahal secara sosial ekonomi mereka tergolong kelompok menengah ke bawah yang mempunyai keterbatasan untuk melakukan perawatan medis maupun terapi.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang perawatan dan pengobatan *self management*. Hal ini diketahui dari responden baik sebanyak 44 responden (91,7%) dan responden cukup sebanyak 4 responden (8,3%).
2. Sebagian besar responden memiliki Kualitas hidup kategori baik lebih banyak sebanyak 34 responden (70,8%) dan cukup sebanyak 14 responden (29,2%). Karena pasien mengetahui cara melakukan management dengan baik seperti menjaga pola makan, menghindari stres, dan menjalani spiritual dengan baik.
3. Ada hubungan *self management* dengan kualitas hidup pada pasien pasca stroke non hemoragik. Hasil dari uji *chi-square* menunjukkan besar nilai signifikansi *p* volue 0.005. Nilai signifikansi yang besarnya dibawah 0,05 mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara variabel, dengan Hubungan *Self Management* dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Pasca Stroke non Hemoragik.

REFERENCES

- Abdurahman Fathoni. (2006). *Metodologi Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. PT. Rineka Cipta.
- Ainal, M., & Junaidi Iskandar. (2019). *Incidence And 10-Year Survival Of Intracerebral Hemorrhage In A Population-Based Registry, Stroke*.
- Brilliant, P. A. (2016). *Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Pascastroke di Wilayah Puskesmas Pisangan Ciputat*.
- Handayani, F. (2018). *Self Management Pada Pasien Stroke*. In *Prosiding Seminar Nasional keperawatan 2018*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
<http://eprints.undip.ac.id/69068/1/19-21.pdf>
- Marviana, E. (2020). *Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke Di RSUD Encik Mariyam Tahun 2020*. *Enhancement: Journal of Health Science Awal Bros Batam*, 2(1).
<https://doi.org/https://doi.org/10.52999/sabb.v2i1.130>
- Pletcher. (2015). *Stroke In Indonesia: A First Large Prospective Hospital-Based Study Of Acute Stroke In 28 Hospitals In Indonesia*.
- Rahmawati, D. (2019). *Gambaran Self-Management Pada Pasien Stroke Yang Menjalani Rawat Jalan*. *Jurnal Keperawatan Aisyiyah*, 6(1).
<https://journal.unisa-bandung.ac.id/index.php/jka/article/view/117>
- Ratna, P. D., & Junaidi Iskandar. (2019). *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Nuha Medika.
- Steven K Galson. (2009). *Self-Management Programs: One Way to Promote Healthy Aging*. *Public Health Rep*, 124(4), 478–480.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. ALFABETA.