

# TINGKAT KEMANDIRIAN *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) PADA KLIEN PASCA STROKE DI WILAYAH PUSKESMAS DAWARBLANDONG MOJOKERTO

## Penulis

Eva Ayu Lestari

## Data penulis

Eva Ayu Lestari: Program Studi DIII Keperawatan Sutopo Poltekkes Kemenkes Surabaya

E-mail : [evaayu000@gmail.com](mailto:evaayu000@gmail.com)

---

## ABSTRAK

Kelemahan pada organ klien pasca stroke menyebabkan kemandirian dan mobilitas menjadi berkurang, sehingga akan membutuhkan bantuan orang lain dalam melakukan aktivitas sehari-hari *Activity Daily Living* (ADL). Tujuan Penelitian ini adalah mengetahui tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada klien pasca stroke di Wilayah Puskesmas Dawarblandong Mojokerto. Desain Penelitian ini adalah deskriptif. Variabel penelitian ini adalah tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL). Populasi 20 klien pasca stroke. Teknik pengambilan sample menggunakan total sampling. Analisa data menggunakan tabel distribusi dan deskriptif. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner Indeks Barthel. Hasil penelitian menunjukkan tingkat kemandirian mandiri dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari yaitu 13 klien pasca stroke (65%). Penelitian ini menyimpulkan hampir sebagian besar klien pasca stroke di Wilayah Puskesmas Dawarblandong memiliki tingkat kemandirian mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-harinya. Diharapkan klien dapat melatih otot baik ROM aktif maupun ROM pasif sesuai kebutuhan klien pasca stroke.

Kata Kunci : *Activity Daily Living* (ADL), *Pasca Stroke*

## ABSTRACT

*Post stroke causes weakness on organs thretening independence and mobility needing, the assistance of Daily Activity Living (ADL) from others. The study aims to know the independence level on ADL of post-stroke patient Puskesmas Dawarblandong, Mojokerto. The study uses a descriptive approach. A total population of 20 post-stroke patients was all taken as the samples of the study. The data were analyzed using distribution tables and they appear in percentages and tables. The data were collected using Barthel Index Questioners. The study show that 13 (65%) post-stroke patients have independence in performing ADL. It concludes that post-stroke patients are expected to exercise both active and passive ROM as needed after the stroke*

*Keywords: Activity Daily Living (ADL), Post Stroke.*

---

## Pendahuluan

World Health Organization (WHO) menunjukkan stroke merupakan penyebab kematian dan kecacatan di seluruh dunia. Secara epidemiologi data menunjukkan bahwa terdapat 6,7 juta orang meninggal akibat stroke dan diperkirakan angka kematian stroke meningkat sebesar 10% (Tatali, Katuuk, & Kundre, 2018). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan di tahun 2018 menunjukkan prevalensi (per mil) stroke berdasarkan diagnosis dokter mencapai 10,9%. Di Jawa Timur prevalensi stroke cukup tinggi yaitu 0,8%. (Hidayah, 2016). Menurut data statistik, kejadian stroke di dunia menyatakan bahwa 15 juta orang di dunia mengalami stroke setiap tahun, yang menderita stroke 1 dari 6 orang. Angka kematian stroke diperkirakan pada tahun 2030 akan mengalami peningkatan sebesar 20,5%. (American Heart Association, 2015).

Dampak penyakit stroke menyebabkan klien mengalami ketergantungan kepada orang lain dan membutuhkan bantuan keperawatan secara bertahap agar klien dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri (Suhardingsih dkk, 2012). Ketidakmampuan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari seperti makan, berpakaian, mandi berpindah tempat, BAB, BAK, dan bersosialisasi atau perawatan diri akibat penyakit stroke menyebabkan kelumpuhan, ketidakmandirian klien serta memperlambat pemulihan akibat atrofi otot.

Program rehabilitasi dapat mengurangi ketergantungan terhadap perawatan diri klien pasca stroke. Selain itu, untuk mengatasi masalah ketergantungan terhadap aktivitas sehari-hari klien pasca stroke diberikan intervensi yaitu dengan latihan *Range Of Motion* (ROM). Dimana latihan ROM ini berfungsi untuk meningkatkan kekuatan otot yang mengalami kelemahan akibat stroke. Terapi ROM berpengaruh terhadap kekuatan otot, serta efektif dan dapat meningkatkan derajat kekuatan otot klien stroke (Afif, 2017)

## Metode

Desain penelitian yang digunakan berdasarkan jenis penelitiannya merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus yaitu penelitian yang menggambarkan variabel pada kasus tertentu yang dialami responden sehingga dapat dipelajari keterkaitan variabel dengan kasus tersebut, pada penelitian ini variabel yang ditentukan adalah tingkat kemandirian *activity daily living* (ADL) klien. Sedangkan kasus yang dialami responden adalah pasca stroke.

Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah 20 responden pasca stroke yang mengalami stroke serangan pertama. Teknik pengambilan dalam penelitian menggunakan total sampling. Variabel penelitian ini adalah tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL). Penelitian dilakukan mulai tanggal 5 februari 2021 sampai 5 April 2021. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Indeks Barthel yang terdiri dari 10 pertanyaan.

## Hasil

### 1. Karakteristik Klien Pasca Stroke

**Tabel Distribusi Klien Pasca Stroke Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin (n=20)**

NO	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
1.	<b>Usia</b>		
	45-49	1	5
	50-54	4	20
	55-59	15	75
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	12	60
	Perempuan	8	40

Distribusi klien berdasarkan usia menunjukkan bahwa hampir seluruh klien pasca stroke berusia 55-59 tahun yaitu 15 klien pasca stroke (75%). Distribusi klien berdasarkan jenis kelamin didapatkan sebagian besar klien pasca stroke dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 12 klien (60%) dan perempuan sebanyak 8 klien (40%).

### 2. Karakteristik Tingkat Kemandirian Klien Pasca Stroke

**Tabel Distribusi Klien Pasca Stroke Berdasarkan Tingkat Kemandirian**

Tingkat Kemandirian	Frekuensi	Persentase
Ketergantungan Total	3	15
Ketergantungan Parsial	4	20
Mandiri	13	65
Total	20	100

Distribusi klien berdasarkan tingkat kemandirian menunjukkan bahwa sebagian

besar sebanyak 13 klien (65%) mandiri dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya.

## Pembahasan

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) mandiri sebanyak 13 orang (65%), menurut peneliti faktor tersebut dapat terjadi karena klien pasca stroke melakukan latihan *Range Of Motion* (ROM) aktif dalam kesehariannya yang mana latihan ROM ini akan melatih dan meningkatkan kekuatan otot, mencegah komplikasi dari penyakit stroke, klien pasca stroke juga mendapat dukungan dari keluarga yang tinggi untuk melakukan aktivitasnya secara mandiri. Hal ini didukung oleh pernyataan (Fransisca Anita, henny pongantum; dkk, 2018) yang melakukan penelitian tentang pengaruh latihan ROM terhadap rentang gerak sendi ekstremitas atas pada pasien pasca stroke, yang menjelaskan bahwa pemberian latihan *Range Of Motion* (ROM) dengan rutin dan sedini mungkin pada bagian tubuh yang mengalami kelemahan ataupun kekakuan sendi, akan memberikan perubahan yang berfungsi melemaskan sendi-sendi dan jaringan otot akan mulai beradaptasi untuk mengembalikan panjang otot kembali normal. (Fransisca Anita, henny pongantum; dkk, 2018) dan hal ini di dukung oleh pernyataan (Friedman, dkk, 2010) yang melakukan penelitian tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian ADL, kemandirian aktivitas pada pasien pasca

stroke karena dukungan keluarga merupakan dukungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan anggota keluarga lainnya, sehingga anggota keluarga tersebut merasa ada yang mempehatikan dan mendukungnya dalam kehidupannya sehingga perubahan fisik, mental maupun emosional pada pasien stroke sangat memerlukan dukungan keluarga karena dukungan keluarga dapat membantu pasien tersebut untuk rehabilitasi dalam proses pemulihan sehingga pasien dapat secepatnya mandiri dalam aktivitasnya.

Selain itu didapatkan hasil penelitian tingkat kemandirian dengan ketergantungan parsial yaitu 4 orang (20%). Menurut peneliti, hal tersebut menunjukkan bahwa klien pasca stroke dapat melakukan aktivitas sendiri tetapi karena adanya hambatan klien sehingga klien memerlukan sebagian bantuan dari orang lain atau keluarga dalam memenuhi kebutuhan *Activity Daily Living* (ADL). Hal ini didukung oleh pernyataan (Abdul Jalil;Mario;dkk, 2018) yang melakukan penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian ADL pada pasien pasca stroke, yang menyatakan bahwa klien pasca stroke mengalami ketakutan untuk bergerak ataupun beraktivitas secara mandiri, disebabkan klien pernah terjatuh ketika berlatih atau beraktivitas terutama berjalan dan kejadian terpeleset dikamar mandi sering terjadi, sehingga hal tersebut menjadi trauma tersendiri bagi orang dengan pasca stroke.

Pada penelitian didapatkan hasil tingkat kemandirian dengan ketergantungan total yaitu 3 orang (15%). Menurut peneliti, faktor tersebut dapat terjadi disebabkan karena klien tidak melakukan latihan ROM dan tidak adanya motivasi dari diri sendiri untuk melatih ototnya dan kurangnya dukungan dari keluarga untuk memberi dorongan agar klien melatih ototnya. Hal ini didukung oleh pernyataan (Abdul Jalil;Mario;dkk, 2018) yang melakukan penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian ADL pada pasien pasca stroke, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian activity daily living (ADL) pada pasien pasca stroke, dan menurut Karunia (2016) dengan adanya dukungan keluarga akan membuat penderita stroke tidak mengalami depresi dimana keluarga bertindak sebagai perantara antara penderita stroke dengan pelayanan kesehatan, membantu penderita apabila mengalami kesulitan dalam kaku.

Klien pasca stroke seharusnya melakukan latihan *Range Of Motion* (ROM) aktif maupun pasif sesuai dengan tingkat kemandiriannya. Latihan *Range Of Motion* (ROM) sebaiknya dilakukan 2x sehari, latihan ini bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan pergerakan dari persendian, mempertahankan dan memelihara kekuatan otot, merangsang sirkulasi darah dan mencegah kelainan bentuk. Beberapa contoh yang dilakukan di

latihan ROM ini adalah menekukkan kepala ke atas dan ke bawah, menggerakkan kepala ke kanan dan ke kiri, menaikkan lengan ke atas dan dikembalikan ke bawah, menggenggam dan mengepalkan tangan, menekuk lutut dan kembalikan lutut ke posisi semula.

### Kesimpulan

Hasil penelitian tingkat kemandirian *Activity Daily Living* (ADL) pada klien pasca stroke di Wilayah Dawarblandong Mojokerto dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mandiri dalam aktivitas kebutuhan sehari-harinya.

### Saran

#### 1. Bagi Klien

Bagi klien diharapkan dapat melakukan terapi ROM, untuk meningkatkan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari, mengurangi ketergantungan, dan mencegah atrofi otot.

#### 2. Bagi Keluarga

Bagi keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan keluarga kepada keluarga pasca stroke untuk meningkatkan kemandirian klien pasca stroke secara mandiri.

#### 3. Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan diharapkan mengadakan program kunjungan rumah kepada keluarga klien pasca stroke dan memberikan edukasi

tentang Terapi ROM yang sesuai dengan kondisi klien untuk mencegah komplikasi dari penyakit stroke.

### Daftar Pustaka

- Abdul Jalil;Mario;dkk. (2018). hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian activity daily living (ADL) pada pasien pasca stroke di poliklinik neurologi RSUD Pancaran kasih Manado. *Universitas Sam Ratulangi Manado*, 5-6.
- Afif, A. W. (2017). ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN DENGAN PEMENUHAN. *STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG*, 3
- Fransisca Anita,henny pongantum;dkk. (2018). pengaruh latihan range of motion terhadap rentang gerak sendi ekstremitas atas pada pasien pasca stroke di Makassar. *STIK STELLA MARIS MAKASSAR*, 101-102.
- Hidayah, N. (2016). Mekanisme Koping Keluarga Menurunkan Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Stroke. *Jurnal Care*, 18-25.
- Sitanggang Yenni Ferawati;Sanny Frisca;dkk. (2015). *Keperawatan Gerontik*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- Tatali, Katuuk, & Kundre. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kemandirian Activity Daily Living ( ADL ) Pada Pasien Pasca StrokeDi Poliklinik Neurologi RSUD GMIM Pancaran Kasih Manado. *E-Journal Keperawatan (E-Kep)*, 6(1).