



Kesulitan Yang Dirasakan Sendiri (*Self – Perceived Difficulty*) Dalam Melakukan ADL (*Activity Of Daily Living*) Pada Pasien Strok Iskemik di Rumah Sakit Umum Banda

Yulianti Ely

Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku, Indonesia

Korespondensi Penulis: Antiely18@gmail.com*

Abstract. Stroke is one of the leading causes of long-term disability worldwide. Stroke survivors often experience severe disabilities, particularly in their ability to walk and perform daily physical activities independently. Many are unable to ambulate without assistance, even after reaching a certain level of independence. These persistent impairments contribute to a decreased quality of life and increase the risk of long-term complications. This study aims to determine the self-perceived difficulty in performing Activities of Daily Living (ADL) among ischemic stroke patients. The research employed a quantitative descriptive design and involved 25 ischemic stroke patients selected through purposive sampling. Data were collected at Banda General Hospital using the Barthel Index (BI) assessment tool to evaluate the patients' level of independence in carrying out daily activities, both before and after receiving physiotherapy. The results showed that, prior to physiotherapy, 10 respondents (40%) were in the category of severe dependency, requiring significant assistance to perform ADL. Following physiotherapy intervention, there was a decrease in the number of patients in the severe dependency category, indicating an improvement in functional independence. These findings suggest that physiotherapy plays an important role in supporting recovery and enhancing the ability of ischemic stroke patients to carry out daily activities. Patients' self-perceived difficulties are also essential indicators in designing more personalized and effective rehabilitation programs.

Keywords: Activity of daily living; Indeks Barthel; Self-perceived difficulty; Strok iskemik

Abstrak Stroke merupakan salah satu penyebab utama disabilitas jangka panjang di seluruh dunia. Pasien yang selamat dari stroke sering mengalami gangguan fungsi yang berat, terutama dalam kemampuan berjalan dan melakukan aktivitas fisik sehari-hari secara mandiri. Banyak dari mereka tidak mampu melakukan ambulasi tanpa bantuan, bahkan setelah mencapai tingkat kemandirian tertentu. Gangguan yang menetap ini berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup dan meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesulitan yang dirasakan sendiri (*self-perceived difficulty*) dalam melakukan Aktivitas Kehidupan Sehari-hari (*Activity of Daily Living/ADL*) pada pasien stroke iskemik. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dan melibatkan 25 pasien stroke iskemik yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengambilan data dilakukan di Rumah Sakit Umum Banda dengan menggunakan alat ukur Indeks Barthel (IB) untuk menilai tingkat kemandirian pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari, baik sebelum maupun sesudah menjalani fisioterapi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum fisioterapi, terdapat 10 responden (40%) yang termasuk dalam kategori ketergantungan berat dan membutuhkan bantuan signifikan untuk melakukan ADL. Setelah intervensi fisioterapi, jumlah pasien dalam kategori ketergantungan berat menurun, yang menunjukkan adanya peningkatan dalam kemandirian fungsional. Temuan ini menunjukkan bahwa fisioterapi berperan penting dalam mendukung proses pemulihan dan meningkatkan kemampuan pasien stroke iskemik dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Kesulitan yang dirasakan pasien juga menjadi indikator penting dalam merancang program rehabilitasi yang lebih personal dan efektif.

Kata Kunci : Aktivitas sehari-hari; Indeks Barthel; Kesulitan yang dianggap sendiri; Strok iskemik

1. PENDAHULUAN

Stroke adalah kondisi kardiovaskular di mana aliran darah ke otak terputus, biasanya karena pecahnya pembuluh darah ke otak atau karena infark transien yang menghentikan pasokan nutrisi dan oksigen ke otak (WHO, 2014). Banyak faktor memengaruhi ukuran dan hasil neurologis infark, termasuk durasi dan intensitas iskemia, adanya sistem kolateral,

tekanan darah sistemik yang cukup, etiologi dan lokasi infark, dan usia, jenis kelamin, dan latar belakang genetik. Oleh karena itu, stroke iskemik adalah kondisi yang sangat kompleks dan beragam. Tiga penyebab utama stroke iskemik pada manusia berbeda. Sekitar 20% kasus disebabkan oleh kardiovaskulisme, sementara sekitar 50% kasus disebabkan oleh aterosklerosis pembuluh besar dan pecahnya plak aterosklerotik. Sekitar 25% kasus infark lacunar terjadi karena penyakit pembuluh darah kecil atau penyumbatan per-pemalsuan pembuluh nadi (Sommer, 2017).

Stroke dapat berdampak pada berbagai aspek kualitas hidup terkait kesehatan, seperti fungsi fisik dan mental, kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari, atau keterbatasan dalam melakukan aktivitas atau peran tersebut. Meningkatkan kemandirian dalam kegiatan sehari-hari (ADL) biasanya menjadi tujuan utama dalam pengobatan stroke. Oleh karena itu, evaluasi ADL sangat penting untuk merencanakan intervensi ADL, mengawasi kemajuan pasien, dan mengevaluasi efek intervensi. Salah satu komponen penilaian ADL adalah kesulitan yang dirasakan sendiri, juga dikenal sebagai kesulitan yang dirasakan sendiri. Penilaian kesulitan yang dirasakan sendiri dapat membantu menentukan kebutuhan individu akan bantuan, yang sangat penting untuk merencanakan intervensi ADL yang berpusat pada pasien. Penilaian ADL ini berguna untuk semua pasien. Oleh karena itu, Indeks Barthel dapat digunakan untuk menilai pasien yang mengalami stroke (Lee, Yu, Hsueh, Chen, & Hsieh, 2017).

Indeks Barthel adalah skala yang menunjukkan kemampuan untuk memilih aktivitas kegiatan sehari-hari. Ini terdiri dari sepuluh tugas dan memiliki skor total mulai dari 0 hingga 100, yang menunjukkan mobilitas terburuk dalam aktivitas sehari-hari. Indeks memiliki kualitas klinimetri yang memadai untuk rehabilitasi stroke. Menurut Indeks Barthel, kemampuan pasien untuk makan, mandi, perawatan, berpakaian, Buang Air Besar (BAB), Buang Air Kecil (BAK), penggunaan toilet, transfer, mobilitas, dan naik turun tangga adalah semua faktor yang dihitung (Imran, Id, & Keegan, 2018).

Barthel Indeks, menurut (Pratama 2017), adalah alat penelitian yang dirancang untuk mengukur kemandirian fungsional dalam hal mobilitas dan perawatan diri. Ini juga dapat digunakan sebagai standar untuk menilai kemampuan fungsional pasien dengan gangguan keseimbangan.

Penulis ingin mengetahui lebih lanjut tentang Kesulitan Yang Dirasakan Sendiri (Self-Perceived Difficulty) Dalam Melakukan Aktivitas Harian (ADL) Pada Pasien Strok Iskemik Di Rumah Sakit Umum Banda.

2. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah "Bagaimana kesulitan yang dirasakan sendiri (*self-perceived difficulty*) dalam melakukan aktivitas sehari-hari (ADL) pada pasien yang menderita stroke iskemik di Rumah Sakit Umum Banda".

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang kesulitan yang dirasakan sendiri (*self-perceived difficulty*) dalam melakukan ADL (*activity of daily living*) pada pasien stroke iskemik di Rumah Sakit Umum Banda.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dirancang dengan teknik *purposive sampling*, yang berarti sampel diambil secara sengaja sesuai dengan jumlah sampel yang diperlukan. Dalam penelitian ini, sampel yang dikumpulkan di Rumah Sakit Umum Banda terdiri dari pasien stroke iskemik yang berusia antara 40 dan 70 tahun; mereka mengalami stroke akut selama 1 hingga 2 minggu; mereka mengalami stroke iskemik yang difisioterapi tiga kali seminggu selama dua minggu berturut-turut; dan mereka memiliki hipertensi. Kriteria eksklusi terdiri dari pasien stroke iskemik yang tidak menerima fisioterapi lanjutan, skor Indeks Barthel mereka kurang dari 4, dan pasien stroke iskemik

Hasil

Adapun hasil penelitian yang didapatkan pada penderita stroke yang berobat Rumah Sakit Umum Banda setelah dilakukan penelitian sebagai berikut :

1. Data Umum

Hasil penelitian menunjukkan pasien stroke iskemik terbanyak perempuan.

2. Data Khusus

Berdasarkan hasil pemeriksaan kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) dalam melakukan ADL (*activity of daily living*) dengan menggunakan skala pengukuran Indeks Barthel sebelum difisioterapi dan sesudah difisioterapi yang diambil dari 25 sampel pasien stroke iskemik di Rumah Sakit Umum Banda. Penelitian dilakukan pada tanggal 20 Januari sampai dengan 10 Maret 2025.

Kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) sebelum difisioterapi

Berdasarkan hasil skala pengukuran indeks barthel sebelum difisioterapi ditemukan kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Skor Indeks Barthel sebelum difisioterapi

No	Kategori	F	%
1	Mandiri	0	0
2	Ketergantungan Ringan	5	20
3	Ketergantungan Sedang	5	20
4	Ketergantungan Berat	10	40
5	Ketergantungan	5	20
	Total	25	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukan bahwa skala indeks barthel sebelum difisioterapi pada pasien stroke iskemik Rumah Sakit Umum Banda dalam kategori ketergantungan berat yaitu sebanyak 12 responden (40 %).

Kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) setelah difisioterapi

Berdasarkan hasil skala pengukuran indeks barthel setelah difisioterapi ditemukan kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) pada tabel dibawah ini.

Tabel 2. Distribusi Skor Indeks Barthel setelah difisioterapi

No	Kategori	F	%
1	Mandiri	0	0
2	Ketergantungan Ringan	10	40
3	Ketergantungan Sedang	8	30
4	Ketergantungan Berat	4	20
5	Ketergantungan	3	10
	Total	25	100

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukan bahwa skala indeks barthel setelah difisioterapi pada pasien stroke iskemik di Rumah Sakit Umum Banda dalam kategori ketergantungan ringan yaitu sebanyak 10 responden (40 %).

Pembahasan

Kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) sebelum difisioterapi

Menurut distribusi skor indeks Barthel, empat puluh persen responden memiliki skor ketergantungan berat, yang ditunjukkan oleh sepuluh dari mereka. gangguan dalam melakukan atau menyelesaikan aktivitas seperti makan, mandi, membersihkan diri, berpakaian, atau

menghilangkan diri sendiri (sementara, permanen, progresif). dimana pasien tidak dapat melakukan gerakan fisik secara mandiri (Maryam, 2010).

Selain itu, menurut Alimul (2010), pasien yang mengalami stroke sering mengalami keterbatasan dalam melakukan tugas-tugas yang dapat mereka selesaikan secara mandiri, yang kemudian dianggap sebagai ketidakmandirian. Mereka yang mengalami stroke mengalami kesulitan untuk melakukan atau menyelesaikan aktivitas fisik secara mandiri (merawat diri), seperti makan, mandi, membersihkan diri, berpakaian, berdiri, duduk, berdiri, bangun, dan berpindah tanpa bantuan.

Stroke adalah penyakit yang serius dan tidak jarang menyebabkan frustrasi pada penderita dan keluarganya karena cacat yang ditimbulkannya. Oleh karena itu, pesan rehabilitasi yang disampaikan kepada penderita dan keluarganya dapat membantu mereka menjadi lebih mandiri dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) setelah difisioterapi

Menurut distribusi skor indeks Barthel, 10 responden dari 40 menunjukkan skor ketergantungan ringan. Fisioterapi adalah jenis layanan kesehatan yang membantu individu dan/atau kelompok untuk meningkatkan, mempertahankan, dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang kehidupan dengan bantuan tangan, peningkatan gerak, pelatihan fungsi, peralatan (fisik, elektroterapeutik, dan mekanis), dan komunikasi (Lembaran, Republik, Lembaran, & Republik, 2015).

Oleh karena itu, fisioterapi didasarkan pada teori ilmiah yang terus berkembang yang digunakan secara luas dalam penyembuhan, pemulihan, pemeliharaan, dan promosi fungsi gerak tubuh yang optimal. Teori-teori ini mencakup hal-hal seperti mengelola gangguan gerak dan fungsi, meningkatkan kemampuan fisik dan fungsional tubuh, mengembalikan, memelihara, dan mempromosikan fungsi fisik yang optimal, kebugaran dan kesehatan jasmani, kualitas hidup yang terkait dengan gerakan dan kesehatan,

Fisioterapis merencanakan intervensi fisioterapi berdasarkan hasil evaluasi dan diagnosis, prognosis, dan indikasi-kontra indikasi. Perencanaan ini setidaknya mencakup tujuan, rencana penggunaan modalitas intervensi, dan dosis, dan dikomunikasikan kepada pasien, klien, atau keluarga mereka. Intervensi dapat berupa program latihan atau program khusus lainnya yang ditulis secara tertulis dan melibatkan pasien dan/atau keluarga sesuai dengan tingkat pemahamannya. Program perencanaan intervensi dicatat pada lembar rekam medik pasien, baik pada lembar rekam medik terintegrasi maupun lembar kajian fisioterapi

husus, dan dapat dievaluasi kembali dengan melibatkan pasien, klien, atau keluarga mereka jika diperlukan (Lembaran et al., 2015)

Stimulasi Elektrofisiologi Fungsional (FES) adalah salah satu intervensi yang disarankan untuk rehabilitasi stroke oleh banyak pedoman praktik terbaik. FES dilakukan dengan mengirimkan elektroda arus listrik tingkat rendah ke kulit, yang menggerakkan motoneuron, yang kemudian menyebabkan kontraksi otot. Terapi FES telah digunakan pada pasien yang mengalami stroke untuk meningkatkan kekuatan, fungsi hipertremitas, dan gaya berjalan, serta mencegah punggung dingin. Selain itu, terapi FES dikaitkan dengan neuroplastisitas pada postur pasien yang mengalami stroke, sehingga dapat membantu fase pemulihan (Auchstaetter et al., 2016).

Untuk penderita stroke yang memerlukan rehabilitasi berkelanjutan untuk meningkatkan fungsinya, program rumah dapat menjadi pilihan yang baik. Penderita ini perlu melakukan aktivitas fisik dan olahraga secara teratur setiap hari untuk mempertahankan keuntungan dan mencegah penurunan setelah rehabilitasi rawat jalan (Proffitt, Otr, Lange, & Hons, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata – rata kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) dalam melakukan ADL (*activity of daily living*) pada pasien strok iskemik di kota Makassar dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) dalam melakukan ADL (*activity of daily living*) pada pasien strok iskemik sebelum difisioterapi memiliki skor ketergantungan berat sebanyak 10 responden (40%).
2. Kesulitan yang dirasakan sendiri (*self – perceived difficulty*) dalam melakukan ADL (*activity of daily living*) pada pasien strok iskemik setelah difisioterapi memiliki skor ketergantungan ringan sebanyak 10 responden (40%).

DAFTAR PUSTAKA

- Auchstaetter, N., Luc, J., Lukye, S., Lynd, K., Schemenauer, S., Whittaker, M., & Musselman, K. E. (2016). Physical therapists' use of functional stroke measures: Frequency, barriers, and predictors. *Physical Therapy*, 96(7), 995–1005.
- Imran, K., Id, M., & Keegan, T. J. (2018). The change of Barthel Index scores from the time of discharge until 3-month post-discharge among acute stroke patients in Malaysia: A random intercept model. *PLOS ONE*, 13(1), 1–13.

- Lee, Y., Yu, W., Hsueh, I., Chen, S., & Hsieh, C. (2017). Test-retest reliability and responsiveness of the Barthel Index in stroke patients. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 53(5), 710–718. <https://doi.org/10.23736/S1973-9087.17.04454-9>
- Lembaran Negara Republik Indonesia. (2015). *Berita Negara Republik Indonesia*, (1662).
- Maryam, S., dkk. (2010). *Asuhan keperawatan pada lansia*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Pratama, I. H. (2017). *Identifikasi tingkat kemandirian lansia dalam melakukan aktivitas sehari-hari di Panti Sosial Tresna Werdha Minaula Kendari* [Skripsi, Universitas Halu Oleo].
- Proffitt, R., Lange, B., & Hons, B. (2015). Feasibility of a customized, in-home, game-based stroke exercise program using the Microsoft Kinect® sensor. *International Journal of Telerehabilitation*, 7(2), 23–30.
- Sommer, C. J. (2017). Ischemic stroke: Experimental models and reality. *Acta Neuropathologica*, 133(2), 245–261. <https://doi.org/10.1007/s00401-017-1667-0>