



HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DALAM MODIFIKASI GAYA HIDUP DENGAN TINGKAT KEMANDIRIAN *SELF-CARE* PASIEN PASCA STROKE

THE RELATIONSHIP BETWEEN FAMILY SUPPORT IN LIFESTYLE MODIFICATION WITH THE LEVEL OF SELF-CARE INDEPENDENCE OF POST STROKE PATIENTS

Ira Ratna Sari^{1*}, Popon Haryeti², Nunung Siti Sukaesih³

^{1,2,3} Universitas Pendidikan Indonesia

Email korespondensi : iraratnasari@upi.edu

ABSTRAK

Stroke merupakan penyakit yang hingga saat ini masih menjadi masalah utama dalam kesehatan, bukan hanya di Indonesia tetapi di seluruh dunia. Penderita stroke memerlukan bantuan dan dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup untuk memenuhi kebutuhan dan mempertahankan perawatan diri (*self-care*). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasi melalui pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian diambil dari jumlah populasi yakni 49 anggota keluarga dengan pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari. Analisa data menggunakan Analisis *Spearman Rank*. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke karena nilai *p value* < nilai α ($0,007 < 0,05$). Hubungan ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi 0,383 yang termasuk kedalam kategori cukup (0,25-0,5), karena nilai koefisien (*r*) positif maka hubungan tersebut memiliki makna yang searah. Kesimpulan : Terdapat hubungan yang cukup signifikan antara dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari.

Kata kunci : Dukungan keluarga; modifikasi gaya hidup; self-care; stroke

ABSTRACT

*Stroke is a disease that is still a major health problem, not only in Indonesia but throughout the world. Stroke sufferers need help and family support in lifestyle modifications to meet their needs and maintain self-care. This study aims to analyze the relationship between family support in lifestyle modification and the level of self-care independence of post-stroke patients. This research method uses a quantitative correlation method through a cross-sectional approach. The research sample was taken from the total population, namely 49 family members with post-stroke patients in the working area of the Tanjungsari Health Center. Data analysis using Spearman Rank Analysis. The results in this study indicate that there is a relationship between family support in lifestyle modification and the level of self-care independence of post-stroke patients because the *p value* < α value ($0.007 < 0.05$). This relationship is shown by the correlation coefficient value of 0.383 which is included in the sufficient category (0.25-0.5), because the coefficient value (*r*) is positive, the relationship has a unidirectional meaning. Conclusion: There is a significant relationship between family support in lifestyle modification and the level of self-care independence of post-stroke patients in the working area of the Tanjungsari Health Center.*

Keywords : Family support; lifestyle modification; self-care; strokes



PENDAHULUAN

Stroke merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi yang hingga saat ini masih menjadi masalah utama dalam kesehatan di seluruh dunia (Kosasih et al., 2018). Hal ini dikarenakan stroke merupakan suatu penyakit yang dapat menyerang pembuluh darah arteri yang menuju ke dalam (Pertiwi et al., 2022). Stroke ini dapat terjadi ketika pembuluh darah yang mengangkut oksigen dan nutrisi ke otak mengalami penyumbatan atau pecah sehingga menyebabkan sel-sel yang terdapat pada otak mati akibat tidak mendapatkan suplai darah, oksigen dan nutrisi (*American Stroke Association (ASA)*, 2019).

Berdasarkan hasil Riset kesehatan dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, menunjukkan bahwa jumlah penduduk di Indonesia yang mengalami stroke mencapai 10,9% atau 713.783 jiwa. Di Jawa Barat prevalensi kejadian stroke berdasarkan diagnosa dokter menurut karakteristik terhitung 52.111 penduduk (Riskesdas, 2018). Sedangkan di Kabupaten Sumedang pada tahun 2022 sekitar 3,988 orang menderita penyakit stroke, dengan jumlah penderita terbanyak yaitu terdapat di Puskesmas Tanjungsari, di Puskesmas Cimanggung, dan di Puskesmas Buahdua (Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang, 2021).

Siregar dan Anggeria (2019) mengatakan bahwa penanganan komprehensif yang di dalamnya termasuk upaya dalam rehabilitatif dalam jangka waktu yang lama dan panjang bahkan seumur hidup tentunya sangat dibutuhkan oleh penderita stroke. Pasien yang menderita stroke khususnya pasien yang telah dipulangkan dari pelayanan kesehatan sangat membutuhkan perawatan di rumah (Mihen et al., 2022). Hal ini dikarenakan pasien yang mengalami stroke akan mengalami ketidakmampuan secara fisik, emosional, interaksi sosial yang dapat memberikan pengaruh terhadap peranan sosialnya, oleh karena itu kecacatan akibat serangan stroke mempengaruhi kualitas hidup mereka (Pertiwi et al., 2022).

Penderita stroke memerlukan bantuan baik batuan minimal maupun total dan bantuan tersebut akan didapatkan oleh pasien stroke dari orang

terdekatnya yaitu keluarga yang akan memenuhi kebutuhan dan mempertahankan kebutuhan hidup selama perawatan (Siregar & Anggeria, 2019). Hal ini juga dikarenakan keluarga merupakan sumber dukungan utama bagi seseorang yang menderita stroke serta merupakan orang pertama yang bertindak dalam memantau status pasien selama fase perjalanan penyakitnya (Bierhals et al., 2019). Sehingga dalam fase pemulihan ini keluarga memiliki peran yang sangat penting dan diharapkan keluarga terus terlibat selama fase perawatan sejak awal, kemunduran fisik yang diakibatkan oleh penyakit stroke dapat menyebabkan kemunduran *self-care* (perawatan diri) pada pasien itu sendiri (Siregar & Anggeria, 2019).

Dukungan keluarga sebagai orang terdekat dalam mencegah perilaku stroke yaitu dapat melalui modifikasi gaya hidup karena keluarga dapat berperan sebagai pendidik sebaya (*peer education*) untuk memperkenalkan penemuan atau deteksi stroke dan modifikasi gaya hidup seperti mengontrol tekanan darah tinggi, diabetes mellitus, jantung dan aterosklerosis dengan menggunakan obat dan diet, berhenti merokok dan minuman beralkohol, menurunkan berat badan, olahraga secara rutin dan mengurangi stress. (Amila et al., 2018).

Self-care didefinisikan sebagai suatu usaha dalam meningkatkan sistem kesehatan dimana pasien dan keluarga ikut terlibat dalam merawat pasien. Pasien dan keluarga menjadi *partner* dalam membuat dan mengambil keputusan serta tindakan kesehatan dan juga memastikan bahwa keputusan yang dipilih dan diambil itu tepat sesuai dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan dan mempertahankan kehidupan (Barbara, 2017).

Berdasarkan fakta yang ditemukan dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan penulis terhadap 9 anggota keluarga di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari 7 anggota keluarga mengatakan selalu mengingatkan terkait pentingnya menjaga kesehatan melalui pola makan yang sehat, melakukan aktivitas fisik, berhenti merokok dan berhenti mengonsumsi minuman beralkohol, selain itu keluarga juga



mengatakan selalu menyediakan makan 3 kali sehari, memberikan sayur dan buah, membatasi konsumsi garam, lemak dan kafein, juga menyesuaikan tekstur makanan sesuai dengan kondisi pasien. Keluarga juga mengatakan selalu mendampingi, memperhatikan, dan memberikan semangat serta memberikan pujian kepada anggota keluarga yang menderita stroke untuk melakukan modifikasi gaya melakukan modifikasi gaya hidup. Sehingga anggota keluarga yang menderita stroke mampu melakukan perawatan diri secara mandiri dan beberapa memiliki ketergantungan sebagian baik dalam makan, minum, berpindah dari kursi roda ke tempat tidur (sebaliknya), *personal toileting*, keluar masuk toilet, mandi, jalan di permukaan datar, naik turun tangga, kontrol BAK, kontrol BAB, olahraga/latihan, rekreasi dan pemanfaatan waktu luang. 2 anggota keluarga mengatakan mereka jarang mengingatkan, mendampingi, memperhatikan dan memberikan pujian kepada pasien pasca stroke dalam melakukan aktivitas sehari-hari dikarenakan mereka sudah menganggap pasien tersebut sudah mandiri dalam melakukan aktivitas dan keluarga juga mempunyai kesibukan yang tidak dapat ditinggalkan.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungsari.

BAHAN DAN METODE

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi demografi keluarga di Wilayah kerja puskesmas Tanjungsari pada tahun 2023.

	Karakteristik Keluarga	f	%
Umur	20-30 Tahun	6	12,2
	31-40 Tahun	10	20,4
	41-50 Tahun	6	12,2
	51-60 Tahun	15	30,6
	61-70 Tahun	9	18,4
	71-80 Tahun	3	6,1
	Total	49	100

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Metode kuantitatif korelasi ini meneliti hubungan antar variabel, dalam penelitiannya menggunakan instrumen penelitian sehingga data-data mampu dianalisis berdasarkan prosedur statistik tertentu (Creswell & Plano Clark, 2018). Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungsari dan dilaksanakan pada bulan Maret 2023. Populasi yang diambil dalam penelitian ini yakni anggota keluarga dengan pasien pasca stroke di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungsari dengan jumlah 49 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *total sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuisioner secara langsung kepada responden dengan cara mendatangi setiap rumahnya kemudian memperkenalkan diri, menjelaskan maksud dan tujuan penelitian dengan memperlihatkan surat izin penelitian dan formulir *informed consent* kepada responden yang setuju untuk ditanda tangani dan dijadikan subjek penelitian. Data atau informasi yang sudah terkumpul dari hasil penyebaran kuisioner tersebut kemudian dilakukan pengolahan data dengan langkah-langkah berikut : *editing, coding, scoring, tabulating, data entry dan cleaning*. Analisis data yang digunakan terdiri dari 2 bentuk yakni : analisa univariat menggunakan analisa distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan analisa *Spearman Rank* dengan tingkat kemaknaan 5%. Hasil penelitian yang didapatkan kemudian disajikan dalam bentuk narasi dan tabel



Jenis kelamin	Laki-laki	16	32,7
	Perempuan	33	67,3
	Total	49	100
Pendidikan	SD	19	38,8
	SMP/MTS	9	18,4
	SMA/SMK/MTS	18	36,7
	Diploma/S1/S2/S3	3	6,1
	Total	49	100
Pekerjaan	Wiraswasta	1	2,0
	Buruh	9	18,4
	Pensiunan	5	10,2
	Pedagang	1	2,0
	IRT	30	61,2
	Tidak bekerja	1	2,0
	Pekerjaan lainnya	2	4,1
	Total	49	100
Hubungan dengan pasien	Suami	11	22,4
	Istri	19	38,8
	Anak	17	34,7
	Saudara	1	2,0
	Ibu	1	2,0
	Total	49	100

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa keluarga yang mendampingi penderita stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari sebagian besar berusia 51-60 tahun sebanyak 15 orang (30,6 %). Keluarga yang mendampingi penderita stroke sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 33 orang (67,3 %). Keluarga yang mendampingi penderita stroke sebagian besar

memiliki pendidikan SD sebanyak 19 orang (38,8%). Keluarga yang mendampingi stroke sebagian besar memiliki pekerjaan sebagai IRT sebanyak 30 orang (61,2%). Keluarga yang mendampingi penderita stroke sebagian besar memiliki hubungan sebagai istri dari pasien yaitu sebanyak 19 orang (38,8%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi demografi pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari pada tahun 2023

Karakteristik Pasien		f	%
Umur	30-40 Tahun	3	6,1
	41-50 Tahun	4	8,2
	51-60 Tahun	11	22,4
	61-70 Tahun	19	38,8
	71-80 Tahun	12	24,5
	Total	49	100
Jenis kelamin	Laki-laki	24	49,0
	Perempuan	25	51,0
	Total	49	100
Pendidikan	SD	25	51,0
	SMP/MTS	8	16,3
	SMA/SMK/MTS	11	22,4



	Diploma/S1/S2/S3	5	10,2
	Total	49	100
Pekerjaan	Wiraswasta	7	14,3
	Karyawan swasta	3	6,1
	Buruh	1	2,0
	Pensiunan	5	10,2
	PNS/Polri/TNI	1	2,0
	IRT	21	42,9
	Tidak bekerja	10	20,4
	Pekerjaan lainnya	1	2,0
	Total	49	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari sebagian besar berusia 61-70 tahun sebanyak 19 orang (38,8 %). Pasien pasca stroke sebagian besar berjenis kelamin perempuan

sebanyak 25 orang (51,0 %). Pasien pasca stroke sebagian besar memiliki pendidikan SD sebanyak 25 orang (51,0%). Pasien pasca stroke sebagian besar memiliki pekerjaan sebagai IRT sebanyak 21 orang (42,9 %).

Tabel 3. Dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari

Dukungan Keluarga	F	(%)
Baik	24	49,0
Cukup	18	36,7
Kurang	7	14,3
Total	49	100

Berdasarkan tabel 3 dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup pasien pasca stroke di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari sebagian besar dukungan keluarga baik sebanyak 24 orang

(49,6%), dukungan keluarga cukup sebanyak 18 orang (36,7%) dan terdapat 2 orang (14,3) yang dukungan keluarga kurang.

Tabel 4. Tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari

Tingkat kemandirian <i>self-care</i>	f	(%)
Mandiri	21	42,9
Ketergantungan sebagian	26	53,1
Ketergantungan total	2	4,1
Total	49	100

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa tingkat kemandirian *self-care* pasien stroke dengan kategori mandiri sebanyak 21 orang

(42,9%), ketergantungan sebagian sebanyak 26 orang (53,1%) dan ketergantungan total sebanyak 2 orang (4,1%).



Tabel 5. Hubungan dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari

Dukungan keluarga	Tingkat kemandirian <i>self-care</i>							
	Mandiri		Ketergantungan Sebagian		Ketergantungan total		Total	
	f	%	f	%	F	%	f	%
Baik	14	28,6	10	20,4	0	0,0	24	49,0
Cukup	6	12,2	12	24,5	0	0,0	18	36,7
Kurang	1	2,0	4	8,2	2	4,1	7	14,3
Total	21	42,9	26	53,1	2	4,1	49	100

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 24 orang yang memberikan dukungan keluarga yang baik dalam modifikasi gaya hidup sebagian besar pasien pasca stroke yang didampinginya memiliki tingkat kemandirian *self-care* ringan/mandiri sebanyak 14 orang (28,6%) dan sebagian kecil dari pasien pasca stroke memiliki ketergantungan sebagian dalam *self-care* sebanyak 10 orang (20,4%) , dari 18 orang yang memberikan dukungan keluarga yang cukup dalam modifikasi gaya hidup sebagian besar pasien pasca stroke yang didampinginya memiliki ketergantungan sebagian dalam *self-care* sebanyak 12 orang (24,5%) dan yang memiliki tingkat kemandirian ringan/mandiri yaitu sebanyak 6 orang (12,2%), dari 7 orang dengan dukungan keluarga kurang dalam modifikasi gaya hidup sebagian besar pasien pasca stroke yang didampinginya memiliki ketergantungan sebagian sebanyak 4 orang (8,2%), 2 orang (4,1%) pasien pasca stroke memiliki ketergantungan total dan

sebagian kecil pasien pasca stroke sebanyak 1 orang (2,0%) memiliki tingkat kemandirian *self-care* ringan/mandiri.

Analisis menggunakan *Spearman rank* didapatkan nilai signifikasi (p) = 0,007 dan nilai koefisien (r) = 0,383. Berdasarkan hasil analisis uji *Spearman rank* tersebut didapatkan nilai (p) 0,007 < 0,05 maka H1 diterima, yang artinya bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke. Sedangkan nilai koefisien korelasi (r) 0,383 memiliki makna bahwa terdapat hubungan yang cukup (0,25-0,5) antara dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke, dan dikarenakan nilai koefisien (r) positif, hal ini memiliki makna bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut searah dan memiliki arti bahwa semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin tinggi juga tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke.

termasuk dalam kategori ringan/mandiri sebanyak 14 orang (28,6%). Dukungan keluarga yang baik dalam modifikasi gaya hidup menyebabkan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke ringan/mandiri. Dukungan keluarga yang baik ini dikarenakan adanya keeratn hubungan antara anggota keluarga yang mendampingi dengan pasien pasca stroke tersebut, hal ini dapat dilihat dari karakteristik keluarga yang mendampingi dan merawat pasien kebanyakan merupakan seorang perempuan yang berperan sebagai istri dan berkerja sebagai Ibu Rumah Tangga sehingga dalam mendampingi dan merawat pasien dapat lebih efektif dan dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup yang harus diberikan dapat

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa adanya hubungan antara dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari. Dalam penelitian ini juga didapatkan hubungan dengan hasil yang cukup antara dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan keseluruhan responden dengan jumlah 49 orang, sebagian besar memiliki dukungan keluarga yang baik dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien



terpenuhi. Kesejahteraan dan kualitas hidup pasien dapat mengalami peningkatan apabila dalam suatu keluarga hubungan satu anggota keluarga dengan yang lainnya terjalin dengan baik (Kosasih et.al., 2018). Dukungan keluarga yang baik dapat terwujud oleh keeratn hubungan yang masih terjalin dengan baik di setiap anggota keluarga dan dengan adanya kesadaran untuk peduli satu sama lain juga dapat menjadikan fungsi keluarga tetap berjalan dengan baik (Siregar & Anggeria, 2019).

Pada saat dilakukan penelitian terdapat juga anggota keluarga pasien pasca stroke yang mengatakan bahwa keluarga selalu mendampingi dan menyediakan fasilitas untuk aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh pasien pasca stroke. Sebagai salah satu contohnya keluarga mendampingi pasien pasca stroke dalam melakukan olahraga ringan seperti jalan-jalan di sekitar rumah dan melakukan latihan ROM (*Rage Of Motion*) untuk meningkatkan kesehatan pasien. keluarga juga memfasilitasi pasien pasca stroke dengan memberikan alat sederhana untuk latihan fisik dalam melakukan olahraga seperti menyediakan barbel yang terbuat dari botol yang diisi pasir dan alat terapi sendi dan lutut. Hal tersebut dapat melatih otot-otot yang kaku sehingga kedepannya pasien menjadi mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Dalam penelitian ini juga didapatkan hasil dukungan keluarga yang baik dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* termasuk ke dalam kategori ketergantungan sebagian sebanyak 10 orang (20,4%). Hal ini disebabkan karena sebagian pasien pasca stroke yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari mengalami kecacatan dalam anggota gerakanya sehingga dalam melakukan perawatan diri mereka masih membutuhkan sebagian bantuan dari orang lain. Selain itu juga apabila dilihat dari karakteristik pasien berdasarkan usia, mayoritas usia pasien sudah mencapai 60-71 tahun sehingga proses pemulihannya juga menjadi lambat dan kemampuan dalam melakukan perawatan diri menjadi kurang.

Pada penelitian ini terdapat juga dukungan keluarga yang cukup dalam modifikasi gaya hidup pasien pasca stroke dengan tingkat kemandirian

self-care sebagian besar masuk ke dalam kategori membutuhkan bantuan sebagian sebanyak 12 orang (24,5%). Hal ini disebabkan karena faktor usia pasien pasca stroke di wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari sudah memasuki usia lanjut dan kecacatan pada anggota gerak yang dialaminya belum sepenuhnya sembuh, sehingga pasien pasca stroke masih membutuhkan bantuan sebagian dalam melakukan *self-care* atau perawatan diri.

Dari hasil penelitian juga terdapat dukungan keluarga yang cukup dalam modifikasi gaya hidup pasien pasca stroke dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien termasuk ke dalam kategori ringan/mandiri. Hal ini dikarenakan beberapa keluarga cukup sering memberikan dukungan dalam modifikasi gaya hidup baik dalam memberikan informasi, dukungan nyata, motivasi dan pujian. Sehingga membantu dalam penyembuhan pasien dan pasien secepatnya mampu melakukan aktivitas perawatan diri atau *self-care* secara mandiri tanpa bantuan orang lain lagi.

Dalam penelitian ini juga didapatkan dukungan keluarga kurang dalam modifikasi gaya hidup pasien pasca stroke dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien masih memiliki ketergantungan sebagian sebanyak 4 orang (8,2%) dan ketergantungan total sebanyak 2 orang (4,1%). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan keluarga dalam merawat anggota keluarganya yang sakit, seperti masih jarang membatasi makanan yang tinggi garam, lemak, dan kafein. Kurangnya pengetahuan tersebut juga dapat disebabkan karena faktor pendidikan keluarga yang mendampingi mayoritas memiliki pendidikan terakhir SD. Selain itu juga dikarenakan anggota keluarga memiliki kesibukan sehingga tidak mampu memberikan perawatan, mendampingi, mendukung dan memotivasi pasien secara maksimal dalam proses penyembuhan, sebagian anggota keluarga juga tidak mampu memberikan fasilitas dalam memodifikasi gaya hidup seperti alat olahraga ringan untuk pasien pasca stroke akibatnya pasien pasca stroke masih



memiliki ketergantungan dalam melakukan *self-care* atau perawatan diri.

Berdasarkan penelitian juga ditemukan dukungan keluarga kurang dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien masuk kedalam kategori mandiri. Hal ini disebabkan karena keluarga yang mendampingi tidak mampu mendampingi pasien pasca stroke setiap waktu karena memiliki kesibukan yang tidak dapat ditinggalkan, sehingga pasien tersebut dituntut untuk melakukan perawatan secara mandiri meskipun sebenarnya masih memiliki ketergantungan dalam melakukan *self-care* atau perawatan diri.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Wikayah Kecamatan Ciamis dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kemandirian dalam perawatan diri (*self-care*) (Sugiharti et al., 2020). Selain itu, penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan di RSUD Pirngadi kota Medan dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kemampuan *self-care* atau perawatan diri. Di dalam penelitiannya dijelaskan bahwa pasien pasca stroke dengan dukungan keluarga yang baik memiliki tingkat kemandirian *self-care* yang mandiri, dukungan keluarga yang cukup memiliki tingkat kemandirian *self-care* dengan bantuan maksimal, dan dukungan keluarga yang kurang memiliki tingkat kemandirian dengan bantuan sebagian (Siregar & Anggeria, 2019).

Menurut pendapat peneliti dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup memiliki peran yang sangat penting dalam membantu meningkatkan kemandirian *self-care* pasien pasca stroke dalam proses peneyembuhannya, akan tetapi lamanya proses setiap pasien untuk mampu melakukan perawatan diri (*self-care*) secara mandiri dapat berbeda-beda, hal ini dapat tergantung dari baik atau kurangnya dukungan yang diberikan oleh dan kondisi pasien tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungsari terhadap 49 responden mengenai dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang cukup signifikan antara dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dengan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke di Wilayah kerja Puskesmas Tanjungsari.

Disarankan anggota dengan pasien pasca stroke untuk lebih memahami dan menyadari pentingnya memberikan dukungan keluarga dalam modifikasi gaya hidup dalam membantu meningkatkan tingkat kemandirian *self-care* pasien pasca stroke dalam proses penyembuhannya. Penulis juga menyarankan agar penelitian selanjutnya lebih memperdalam lagi teori mengenai dukungan keluarga dan tingkat kemandirian *self-care* sehingga dapat menghasilkan hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amila, A., Sinaga, J., & Sembiring, E. (2018). Pencegahan Stroke Berulang Melalui Pemberdayaan Keluarga Dan Modifikasi Gaya Hidup. *Jurnal Abdimas*, 22(2), Article 2. <https://doi.org/10.15294/abdimas.v22i2.15808>
- ASA, A. (2019). *Complications After Stroke. Complications After Stroke.*
- Barbara R. (2017). *Self-Care for the prevention and management of cardiovascular disease and stroke a scientific statement for healthcare professionals from the American Heart Association.* *Jurnal American Heart Association:*
- Bierhals, C. C. B. K., Low, G., & Paskulin, L. M. G. (2019). Quality of life perceptions of family caregivers of older adults stroke survivors: A longitudinal study. *Applied Nursing Research*, 47, 57–62. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2019.05.003>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design Choosing*



- Among Five Approaches (4th Edition ed.). California: Sage Publishing.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang. 2021. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang Tahun 2021.
- Kosasih, C. E., Solehati, T., & Purba, C. I. (2018). Pengaruh Edukasi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pasien Stroke dan Keluarga: Peran, Dukungan, dan Persiapan Perawatan Pasien Stroke di Rumah. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), Article 2. <https://doi.org/10.32382/medkes.v13i2.662>
- Mihen, E. L., Ningsih, O. S., & Ndorang, T. A. (2022). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Self-Care Pada Pasien Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Ruteng Tahun 2022. *Wawasan Kesehatan*, 7(2), 61-67.
- Mutiarasari, D. (2019). Ischemic Stroke: Symptoms, Risk Factors, And Prevention. Medika Tadulako: *Jurnal Ilmiah Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan*, 6(1), Article 1.
- Pertiwi, W. R., Gaghauna, E. E. M., & Santoso, B. R. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan kemampuan self-care pada pasien stroke: literature review. *Journal Nursing Army*, 3(2), Article 2.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018.
- Siregar, P. S., & Anggeria, E. (2019). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kemampuan Perawatan Diri (Self Care) Pada Pasien Pasca Stroke Di Rsud Pirngadi Kota Medan. *Jurnal Keperawatan Priority*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.34012/jukep.v2i2.542>
- Sugiharti, N., Rohita, T., Rosdiana, N., & Nurkholik, D. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kemandirian Dalam Self Care (Perawatan Diri) Pada Penderita Stroke Di Wilayah Kecamatan Ciamis. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2, 79. <https://doi.org/10.25157/jkg.v2i2.4538>