



PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN MERAHWAT KELUARGA MELALUI PROGRAM PENDAMPINGAN CAREGIVER PASIEN STROKE DI RUMAH

Frana Andrianur¹ ✉, Dwi Prihatin Era², Arifin Hidayat³

¹⁻³ Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

✉ franaandrianur@gmail.com

Genesis Naskah:

Diterima 06 September 2023; Disetujui 15 Mei 2024; Di Publikasi 16 Mei 2024

Abstrak

Keluarga sebagai caregiver dalam memberikan perawatan pasien pasca stroke dirumah terutama untuk membantu melakukan *activities of daily living* (ADL) tidak optimal akibat kurangnya pengetahuan dalam merawat pasien stroke yang mengalami kelemahan anggota gerak atas, bawah atau bahkan seluruh tubuh yang berefek pada ketergantungan pemenuhan ADL, keluarga sebagai caregiver yang kurang siap dalam merawat akibat ketidaktahuan menimbulkan stres, ketegangan, dan beban tersendiri, serta kurang siapnya memberikan perawatan kepada pasien karena pengetahuan dan skill yang dimiliki masih kurang yang bisa berdampak pada pemulihan pasien stroke tidak optimal. Tujuan dari Pengabdian Masyarakat (PKM) ini adalah untuk meningkatkan kemampuan perawatan, pencapaian kemampuan coping adaptif serta status kesehatan care giver dalam pemenuhan ADL klien stroke di rumah. Tempat dilaksanakannya PKM ini di PKM Bengkuring Samarinda Kalimantan Timur dengan jumlah 20 care giver. Media yang dipakai dalam PKM ini meliputi Modul ADL, Slide power point, tensi meter dan pengukur berat badan. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan rubrik penilaian ADL Klien stroke, perilaku coping dengan manajemen stroke. Hasil sebelumnya didapatkan nilai rerata 78 menjadi nilai rerata 88,5 pada keluarga sebagai caregiver dalam pemenuhan ADL pasien stroke dirumah. Pendampingan keluarga sebagai caregiver membantu pemenuhan ADL serta meningkatkan coping dengan tindakan manajemen stres serta pemantauan kesehatan diperlukan saat merawat pasien stroke di rumah

Kata Kunci : *Activities Of Daily Living*; Caregiver; Pemberdayaan Keluarga; Stress; Stroke

EMPOWERING FAMILIES IN IMPROVING THE SKILLS IN CARING FAMILY THROUGH STROKE PATIENT CAREGIVER ASSISTANCE PROGRAM AT HOME

Abstract

The family as a caregiver in providing care for post-stroke patients at home, especially to help perform activities of daily living (ADL) is not optimal due to a lack of knowledge in caring for stroke patients who experience weakness of the upper, lower or even whole body limbs which has an effect on dependence on ADL fulfillment, families as caregivers who are less prepared to care due to ignorance cause stress, tension, and their own burden, and are less ready to provide care to patients due to lack of knowledge and skills will have an impact on the recovery of stroke patients not optimal. The purpose of this Community Service (PKM) was to improve the ability to care, achieve adaptive coping skills and health status of caregivers in fulfilling ADL stroke clients at home. The PKM was located in Puskesmas Bengkuring Samarinda, East Kalimantan with a total of 20 care givers. The media used in this PKM included the ADL Module, power point slides, blood pressure meter and body weight meter. The evaluation was carried out using the stroke client's ADL assessment rubric, coping behavior with stroke management. The previous results obtained an average value of 78 to an average value of 88.5 in families as caregivers in fulfilling ADL stroke patients at home. Family assistance as a caregiver helps fulfill ADLs and improves coping with stress management measures and also health monitoring is needed when caring for stroke patients at home.

Keywords: Activities Of Daily Living; Caregiver; Family Empowerment; Stress; Stroke

Pendahuluan

Penyakit tidak menular (*non communicable disease*) yang meningkat prevalensinya baik di daerah perkotaan maupun pedesaan mengakibatkan rasa cemas tersendiri, seperti halnya penyakit stroke. Pasien stroke mempunyai keterbatasan dalam menjalani kegiatan sehari-hari/ *Activities of Daily Living* (ADL). Dengan berjalannya waktu keterbatasan pasien stroke dapat mengakibatkan stres dalam proses perawatan di rumah, baik bagi pasien maupun keluarga sebagai pemberi perawatan (Liaw et al., 2020).

Perubahan kondisi pasien stroke yang dialami seperti kelemahan ekstremitas, tidak bisa menelan berbicara dan memahami pembicaraan orang lain berefek pada kehidupan sehari-hari, dan membutuhkan bantuan dari orang lain dalam hal ini yaitu keluarga atau yang merawat. Hal seperti ini dapat memicu permasalahan, stress pada keluarga (Parmar et al., 2021).

Peran keluarga sangat penting dalam memelihara kesehatan khususnya pada keluarga yang terkena stroke. Keluarga diharapkan mampu untuk berperan penting sejak masa akut serangan penyakit

hingga masa pemulihan dan rehabilitasi. Riset Kesehatan Dasar 2018 menyatakan Kalimantan Timur adalah provinsi pertama dengan prevalensi stroke tertinggi (14,7 ‰) berdasarkan terdiagnosis nakes, diikuti DI Yogyakarta (14,6 ‰), dan Sulawesi Utara (14,2‰) (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan analisis situasi yang terjadi, maka perlu dilakukan kegiatan pemberdayaan masyarakat khususnya keluarga sebagai *caregiver* pasien stroke dalam memberikan perawatan pasien pasca stroke di rumah terutama untuk membantu melakukan *activities of daily living* (ADL) tidak optimal akibat kurangnya pengetahuan dalam merawat pasien stroke yang mengalami kelemahan anggota gerak atas, bawah atau bahkan seluruh tubuh yang berefek pada ketergantungan pemenuhan ADL, keluarga sebagai caregiver yang kurang siap dalam merawat akibat ketidaktahuan menimbulkan stres, ketegangan, dan beban tersendiri, serta kurang siapnya memberikan perawatan kepada pasien karena pengetahuan dan skill yang dimiliki masih kurang yang bisa berdampak pada pemulihan pasien stroke tidak optimal di wilayah Kerja PKM Bengkuring Kelurahan

Sempaja Selatan Kecamatan Samarinda Utara Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur dalam rangka pemenuhan aktivitas sehari-hari (ADL) dan perilaku coping adaptif caregiver melalui manajemen stres selama memberikan perawatan pasien stroke di rumah.

Hasil *Focus Group Discussion* (FGD) dengan kedua mitra PKM bengkuring, maka disepakati bahwa masalah mendasar yang dihadapi mitra adalah keterbatasan pengetahuan dan pendidikan masyarakat tentang pemenuhan aktivitas sehari-hari (ADL) dan perilaku coping adaptif *caregiver*, serta pemantauan kondisi kesehatan yang terdiri dari: Bagaimana meningkatkan pemahaman masyarakat khususnya caregiver tentang kemampuan perawatan pasien stroke?, Bagaimana mengefektifkan pendidikan dan pelatihan caregiver pasien stroke?, Bagaimana kondisi caregiver pasien stroke di rumah?

Tujuan kegiatan pengabdian pada masyarakat antara lain: Memberikan sosialisasi pemahaman masyarakat khususnya caregiver tentang merawat dalam pemenuhan ADL, Meningkatkan pengetahuan melalui pendidikan dan pelatihan dengan media audio dan modul pembelajaran terhadap keterampilan merawat ADL pasien stroke pada informal caregiver. Meningkatkan pemberdayaan keluarga sebagai caregiver untuk dapat melakukan perawatan ADL, manajemen stres sehingga perilaku coping menjadi adaptif, serta caregiver terjaga kesehatannya sehingga dapat berperan serta optimalisasi perawatan pasien stroke di rumah

Metode

Tahap persiapan dilakukan dengan mengumpulkan pengetahuan sebagai data awal melalui angket yang terdiri dari 15 soal terdiri dari pertanyaan terkait dengan coping adaptif caregiver melalui manajemen stres dan bagaimana memenuhi perawatan sehari-hari (ADL) yang digunakan sebagai baseline penyusunan materi edukasi. Tahap ini dilakukan

perizinan, diskusi dan persiapan sarana dan prasarana (pembuatan modul pembelajaran)

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan, dengan tiga tahapan kegiatan:

- a. Tahap pertama, dilakukan assesment pada keluarga sebagai caregiver pasien stroke, setelah itu dilanjutkan dengan *pretest*. Selesai *pretest* dilanjutkan dengan Pendidikan dan pelatihan (penyuluhan) keterampilan merawat aktivitas sehari-hari (ADL) pasien stroke. Materi yang disampaikan mencakup: pengertian pergerakan aktif dan pasif, tujuan, teknik melatih ADL, latihan pergerakan aktif dan pasif, teknik gerakan aktif, teknik gerakan aktif. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui presentasi, diskusi dan pemberian modul perawatan pasien stroke di rumah. Alat yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini: laptop, sound system, dan materi penyuluhan yang telah dicetak dalam bentuk buku modul
- b. Tahap kedua dilakukan pelatihan dan pendidikan kesehatan lanjutan dengan materi manajemen stres pada penderita stroke yaitu pengertian stres, dampak stres pada tubuh, manajemen stres, manajemen mencegah stroke, cara akses pelayanan pasien stroke
- c. Tahap ketiga yaitu meningkatkan peran serta caregiver serta deteksi kesehatan, selanjutnya dilakukan *posttest*.

Khlayak sasaran adalah keluarga sebagai caregiver pasien stroke di wilayah Kerja PKM Bengkuring Kelurahan Sempaja Selatan Kecamatan Samarinda Utara Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur. Pemilihan peserta mempertimbangkan prioritas kebutuhan peserta dan kuota. Dalam pelaksanaannya perawatan dalam memenuhi ADL pasien stroke di rumah melalui kerjasama dengan Puskesmas bengkuring, perawat koordinator dan team penggerak PKK/Posyandu setempat.

Untuk mengetahui keberhasilan dari kegiatan maka dilakukan evaluasi atau disebut dengan posttest.

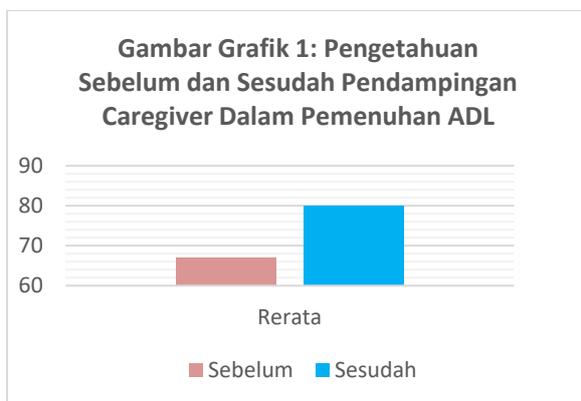
Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Latihan Keterampilan merawat dalam memenuhi ADL

Kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan sehingga terbukti bahwa dari 20 warga sebagai caregiver, terlihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1 Perbedaan Rerata Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Caregiver dalam memenuhi ADL pasien stroke di rumah (n=20)

Variable	Median	(Min-Max)	SE
Pendam			
Sebelum	67	(50 – 90)	2,306
Sesudah	80	(90 – 100)	2,902



Tabel 1 menunjukkan peningkatan pengetahuan caregiver dalam memenuhi ADL pasien stroke di rumah. Nilai skor sebelum adalah rerata skor 67, minimum nilai 50 dan nilai maksimum 90. Rerata skor 80 dengan nilai minimum 60 dan nilai maksimum 100 setelah pendampingan caregiver.



Gambar 1 Kegiatan Pendampingan Caregiver dalam pemenuhan ADL

Stroke menyebabkan pasien mengalami disabilitas antara lain kelumpuhan gerak dalam bentuk hemiplegia atau hemiparesis yang akan mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (ADL) yang akan memiliki angka ketergantungan yang tinggi dalam pemenuhan sehingga membutuhkan bantuan dalam melaksanakan (Miller et al., 2010; NIH, 2014; WHO, 2019).

Activities of of Daily Living adalah hal yang berhubungan dengan perawatan diri yang terdiri dari aktivitas atau tugas yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti berpakaian, toileting, makan, berpindah dari satu tempat ke tempat lain, naik dan turun tangga. (Fricke, 2010).

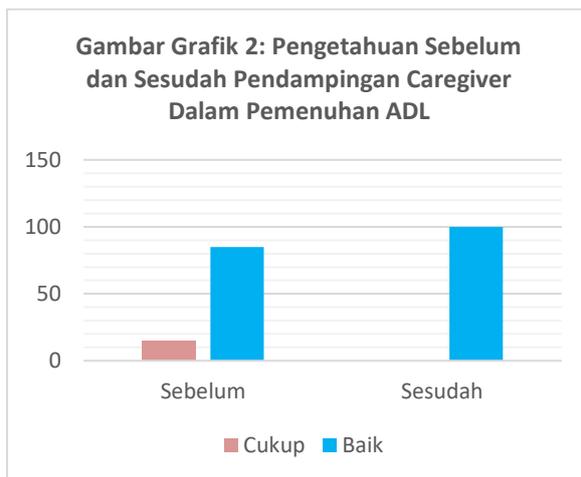
Kemandirian dan kemampuan otonomi dasar dalam melakukan aktivitas tanpa bantuan orang lain memiliki gambaran pasien mampu untuk melakukan ADL yang berisi seperangkat aktivitas dasar individu dengan fokus pada perawatan diri (*self care*) (Godoy, 2013). Menurut Mahoney (1965) dalam McDowell (2006) terdapat 10 komponen *Activities of Daily Living* (ADL) yaitu makan, berpindah dari kursi roda ke tempat tidur atau sebaliknya, menggunakan toilet, toilet transfer, mandi, berjalan, menaiki dan menuruni tangga, berpakaian, serta kontrol miksi dan kontrol defekasi.

2. Manajemen stres meningkatkan perilaku koping adaptif caregiver dan Pemantauan kondisi kesehatan caregiver

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat bagaimana untuk memanajemen stres yang bisa berdampak pada serangan stroke maupun pemulihan pasien stroke.

Tabel 2 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pendampingan Caregiver dalam manajemen stres pada pasien stroke di rumah (n=20)

Variable	Sebelum		Sesudah	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Pengetahuan Cukup	3	15	-	-
Manajemen Baik	17	85	20	100



Tabel 2 menunjukkan tingkat stres caregiver sebagian kecil 3 orang (15%) berkategori cukup menjadi 17 orang (20%) berkategori baik setelah dilakukan pendampingan manajemen stres pada pasien stroke di rumah.



Gambar 2 Kegiatan Pendampingan Caregiver dalam manajemen stres

Caregiver menjadikan hal ini merupakan sesuatu yang sangat menakutkan, menantang emosional dan fisik serta mereka merasa terisolasi (Sullivan & Miller, 2015). Pengalaman keluarga sebagai *caregiver* saat merawat pasien stroke memerlukan penyesuaian yang bisa menyebabkan konflik seperti kebingungan dan bisa membuat perilaku mereka positif atau negatif karena harus membagi waktu untuk merawat dan mengurus anak, hal ini bisa mempengaruhi kondisi fisik (Alifudin & Ediati, 2019).

Dukungan pada *caregiver* (keluarga yang memberi perawatan) memiliki hubungan penting yang dapat menurunkan ketergantungan pasien stroke dengan 7 strategi yang dilakukan yaitu gerakan fisik, dukungan personal hygiene, mengisi waktu luang, fasilitasi transfer dalam masalah keuangan, nutrisi, aktivitas agama. (Hesamzadeh et al., 2017).

Perawatan pasien pasca stroke membutuhkan kesiapan baik psikologi, fisik, finansial maupun mental bagi pemberi perawatan/ care giver dalam hal ini keluarga dan pasien stroke itu sendiri. Studi menunjukkan bahwa *care giver* atau pemberi perawatan dan pasien stroke yang mengalami beban (burden) 90%, ketegangan (strain) 33% & selama

perawatan fase akut di rumah sakit dan fase rehabilitasi di rumah, Mereka menyebutkan bahwa kurang siap memberikan perawatan, kualitas hidup yang buruk dan menurun (Hendriks et al., 2020). Studi lain juga menyatakan bahwa lama waktu perawatan pasien stroke menjadi beban tersendiri bagi para pemberi perawatan di rumah (Fadilah, Nursalam, Kusnanto, & Rahariyani, 2021).

Hasil penelitian terbukti dukungan keluarga sebagai caregiver signifikan menurunkan tingkat ketergantungan pasien dari berat menjadi sedang dan menurunkan beban pada pasien stroke didapatkan sebagian besar beban sedang menjadi ringan (Andrianur, 2019), sehingga akan berpengaruh pada aktivitas sehari-hari akan mengganggu pencapaian clinical outcome sesuai yang diharapkan. Solusi yang dapat dilakukan oleh kami perawat sebagai upaya dalam mencegah terjadinya tingkat ketergantungan pasien stroke dan beban caregiver yaitu intervensi pendampingan berupa latihan merawat dalam memenuhi ADL

3. Pemantauan kondisi kesehatan caregiver



Gambar 3
Kegiatan Pemantauan Kondisi Kesehatan Caregiver

Stroke adalah penyakit yang dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita stroke sendiri dan juga *family caregiver* yang berperan dalam

perawatan klien (Rohmah & Rifayuna, 2021). Keluarga merupakan mitra penting yang mendampingi selama hampir 24 jam di samping pasien memiliki harapan dalam merawat pasien, berusaha memberikan yang terbaik, memiliki emosional dalam merawat serta memiliki keterbatasan (Harahap & Lestari, 2017). Hasil penelitian menjelaskan bahwa pemicu stres caregiver berasal dari beberapa penyebab seperti stres menghadapi pasien yang mudah marah, kesulitan mengatur waktu jaga, susah diatur, pasien rewel (Insani & Ngkolu, 2020).

Penyusun dan team berkesimpulan bahwa perlunya pemantauan kondisi kesehatan *caregiver* antara lain Pemantauan berat badan, tekanan darah, Pemeriksaan kolesterol dan gula darah, Anamnesa dan pemantauan gejala klinis, terutama *care giver* yang memiliki riwayat penyakit sebelumnya seperti Hipertensi



Gambar 3
Kegiatan Pemberdayaan Keluarga: Pendampingan Caregiver Pasien Stroke Di Rumah

Kesimpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat melalui Pendidikan Dan Pelatihan Kesehatan Melalui Pendampingan keluarga sebagai caregiver dalam memenuhi pemenuhan kebutuhan sehari-hari ADL

merawat pasien stroke dirumah dapat disimpulkan bahwa:

1. Kegiatan program pendampingan terlihat keluarga sebagai caregiver mampu memahami dengan mampu menjawab melakukan bersama pada program kegiatan yang telah dibuat dan program kegiatan ini telah di jadikan program kegiatan kader dan PKM Bengkuring.
2. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pemenuhan kebutuhan perawatan sehari- hari (ADL) pasien stroke dirumah. Hal ini terlihat dari semakin baiknya pengetahuan keluarga sebagai caregiver tentang keterampilan merawat aktivitas sehari-hari (ADL) pasien stroke mencakup: pergerakan aktif dan pasif.
3. Pendidikan dan pelatihan tentang perawatan sehari- hari (ADL) pasien stroke dirumah melalui manajemen stres sudah berjalan dengan baik dan masyarakat mau menerapkan pentingnya manajemen stres untuk pencegahan stroke
4. Upaya preventif melalui peran serta keluarga sebagai caregiver terhadap pentingnya menjaga kondisi kesehatan dibuktikan dengan aktif dalam deteksi penyakit.

Saran

Program pendampingan keluarga sebagai caregiver dalam memenuhi pemenuhan kebutuhan sehari- hari (ADL) dalam merawat pasien stroke dirumah agar pasien bisa mandiri merupakan hal penting untuk proses pemulihan pasien stroke yang mengalami kelemahan, keluarga bisa membuka modul perawatan stroke dirumah yang sudah diberikan dan disepakati untuk dilakukan evaluasi secara berkala keberhasilan program bersama caregiver, serta program ini sudah dimasukkan sebagai program puskesmas wilayah kerja bengkuring Kota Samarinda.

Daftar Pustaka

- Alifudin, M. R., & Ediati, A. (2019). Pengalaman Menjadi Caregiver: Studi Fenomenologis Deskriptif Pada Istri Penderita Stroke. *Empati*, 8(1), 111–116.
- Andrianur, F. (2019). Dukungan Keluarga Sebagai Caregiver Pada Aktivitas Hidup Sehari- Hari (Adl) Pasien Stroke: Literatur Riview. *Seminar Nasional & Call For Papers “ Inovasi Pelayanan Penyakit Tidak Menular ,”* 66–71. Samarinda: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur.
- Fadilah, N., Nursalam, Kusnanto, & Rahariyani, L. D. (2021). Analysis of influencing factors of burden of caregiver among stroke patients at home. *Journal of Public Health in Africa*, 73(1), 15–23. <https://doi.org/10.4081/jphia.2019>
- Fajriyati, Y. N., & Asyanti, S. (2017). Coping Stres Pada Caregiver Pasien Stroke. *Jurnal Indigenous*, 2(1), 96–105.
- Harahap, & Lestari, S. (2017). *Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Pasien Hipertensi Di Rumah*. Medan.
- Hendriks, J., Andreae, C., Ågren, S., Eriksson, H., Hjelm, C., Walfridsson, U., ... Jaarsma, T. (2020). Cardiac disease and stroke: Practical implications for personalised care in cardiac-stroke patients. A state of the art review supported by the Association of Cardiovascular Nursing and Allied Professions. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 19(6), 495–504. <https://doi.org/10.1177/1474515119895734>
- Hesamzadeh, A., Dalvandi, A., Bagher Maddah, S., Fallahi Khoshknab, M., Ahmadi, F., & Mosavi Arfa, N. (2017). Family caregivers' experience of activities of daily living handling in older adult with stroke: a qualitative research in the Iranian context. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 31(3), 515–526. <https://doi.org/10.1111/scs.12365>
- Insani, Y., & Ngkolu, N. W. (2020). Level Stres Dan Strategi Coping Pada Caregiver Stroke Rumah Sakit TK.II Pelamonia Makassar. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.29241/jmk.v6i1.211>
- Kemenkes. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta.
- Liaw, M. Y., Hsu, C. H., Leong, C. P., Liao, C. Y., Wang, L. Y., Lu, C. H., & Lin, M. C. (2020). Respiratory muscle training in stroke patients with respiratory muscle weakness, dysphagia, and dysarthria - a prospective randomized trial. *Medicine*, 99(10), e19337. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000019337>

- Miller, E. L., Murray, L., Richards, L., Zorowitz, R. D., Bakas, T., Clark, P., & Billinger, S. A. (2010). Comprehensive overview of nursing and interdisciplinary rehabilitation care of the stroke patient: A scientific statement from the American heart association. *Stroke, 41*(10), 2402–2448.
<https://doi.org/10.1161/STR.0b013e3181e7512b>
- NIH. (2014). Post-Stroke Rehabilitation. Retrieved June 9, 2015, from National Institute of Health website:
http://stroke.nih.gov/documents/PostStroke_Rehabilitation_english_brochure.pdf
- Parmar, J., Anderson, S., Abbasi, M., Ahmadinejad, S., Chan, K., Charles, L., ... Jain, S. (2021). Family physician's and primary care team's perspectives on supporting family caregivers in primary care networks. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(6), 1–14.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18063293>
- Rohmah, A. I. N., & Rifayuna, D. (2021). Kebutuhan family caregiver pada pasien stroke. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 9*(1), 143–152.
- Sullivan, A. B., & Miller, D. (2015). Who is Taking Care of the Caregiver? *Journal of Patient Experience, 2*(1), 7–12.
<https://doi.org/10.1177/237437431500200103>
- WHO. (2019). Health Topics: Stroke, Cerebrovascular Accident. Retrieved from World Health Organization website:
http://www.who.int/topics/cerebrovascular_accident/en/