

**HUBUNGAN ANTARA PERAWATAN DIRI DENGAN KUALITAS
 HIDUP PADA PASIEN PASCA STROKE DI PUSKESMAS
 MANGKURAWANG**

Mohammad Ananta Pratama¹, Thomas Ari Wibowo², Taharudin³

¹⁻³Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur,
 Samarinda, Indonesia

Email: anantapratama03@gmail.com, taw965@umkt.ac.id, tah281@umkt.ac.id

ABSTRAK

Stroke menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang kerap menimbulkan kecacatan jangka panjang serta berdampak signifikan terhadap kemampuan individu dalam memenuhi kebutuhan dirinya dan menjalani aktivitas sehari-hari. Pada fase pasca stroke, pasien sering menghadapi hambatan fisik, gangguan psikologis, dan keterbatasan sosial yang meningkatkan ketergantungan pada orang lain sehingga berimplikasi pada penurunan kualitas hidup. Salah satu aspek yang diperkirakan berpengaruh dalam mempertahankan kualitas hidup tersebut adalah tingkat kemampuan perawatan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara perawatan diri dan kualitas hidup pada Responden dalam penelitian ini adalah pasien pascastroke yang menjalani perawatan di Puskesmas Mangkurawang. Studi ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain penelitian potong lintang (*cross-sectional*). Seluruh pasien pasca stroke yang terdata di Puskesmas Mangkurawang sebanyak 45 orang dijadikan responden melalui teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan instrumen kuesioner perawatan diri serta kuesioner kualitas hidup khusus pasien stroke, kemudian dianalisis secara deskriptif dan inferensial dengan uji korelasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori perawatan diri cukup sebanyak 25 orang, sedangkan Sebagian besar responden memiliki kualitas hidup pada kategori rendah, yaitu sebanyak 30 orang. Hasil uji hubungan memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,000, dengan tingkat korelasi berada pada kategori sedang serta menunjukkan arah hubungan yang positif, Hal tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan dalam melakukan perawatan diri akan diikuti oleh peningkatan kualitas hidup pasien. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kemampuan perawatan diri memiliki kontribusi penting terhadap kualitas hidup pasien pasca stroke. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan edukasi dan program rehabilitasi yang berorientasi pada penguatan kemandirian pasien, khususnya di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama.

Kata kunci: kualitas hidup, pasien pasca stroke, perawatan diri, puskesmas

ABSTRACT

Stroke remains a critical public health issue, frequently leading to prolonged disability and substantially limiting patients' capacity to carry out self-care and sustain an optimal quality of life. After experiencing a stroke, individuals often face a range of physical impairments, psychological challenges, and social restrictions that heighten dependence on others and disrupt everyday activities. The ability to perform self-care is therefore viewed as a key factor that may contribute to enhancing the quality of life among post-stroke survivors. This study was conducted to investigate the association between self-care and quality of life among post-stroke patients at the Mangkurawang Public Health Center. A quantitative approach employing a cross-sectional design was utilized. The study involved 45 post-stroke patients who were recruited through a total sampling technique. Data collection was carried out using a self-care assessment questionnaire and a stroke-specific quality of life instrument. The obtained data were analyzed through descriptive statistics and correlational testing. Findings indicated that the majority of respondents demonstrated a moderate level of self-care (25 participants), whereas most participants were categorized as having a low quality of life (30 participants). The correlational analysis identified a statistically significant relationship between self-care and quality of life ($p = 0.000$), with a moderate positive correlation coefficient. These results suggest that higher levels of self-care ability are linked to better quality of life outcomes among post-stroke patients. In summary, self-care serves as an essential determinant of quality of life in this population. The study highlights the importance of reinforcing educational initiatives, structured guidance, and rehabilitation programs aimed at promoting self-care independence within primary health care settings.

Keywords: *post-stroke patients, quality of life, self-care, public health center*

PENDAHULUAN

Stroke hingga saat ini masih jadi permasalahan kesehatan yang serius karena berkontribusi besar terhadap angka kematian dan kecacatan jangka panjang di berbagai negara, termasuk Indonesia. Dampak yang ditimbulkan tidak terbatas pada gangguan fisik semata, tetapi juga meluas pada kondisi psikologis serta kehidupan sosial penderitanya. Individu yang telah mengalami stroke kerap menghadapi hambatan dalam bergerak, kesulitan menjalankan aktivitas harian, dan peningkatan ketergantungan pada orang lain. Apabila situasi ini tidak ditangani secara menyeluruh dan berkesinambungan, maka penurunan kualitas hidup pasien berpotensi terjadi secara signifikan (Dewi & Fitraneti, 2024).

Kemampuan melakukan perawatan diri merupakan salah satu faktor yang berpengaruh dalam menjaga maupun meningkatkan kualitas hidup pasien pasca stroke. Perawatan diri mencakup kapasitas individu untuk memenuhi kebutuhan dasar secara mandiri, seperti makan, mandi, berpakaian, dan bergerak. Pasien yang mampu merawat dirinya dengan baik biasanya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi serta lebih mudah menyesuaikan diri dengan perubahan kondisi kesehatannya (Nurmansyah, Laily Widya Astuti, 2023).

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengungkap adanya keterkaitan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pada penderita penyakit kronis, termasuk stroke. Meski demikian, hasil yang diperoleh masih beragam, khususnya pada layanan kesehatan tingkat pertama. Di samping itu, sebagian besar studi dilakukan di lingkungan rumah sakit, sementara penelitian yang menyoroti pasien pasca stroke yang menjalani tindak lanjut perawatan di puskesmas masih relatif

terbatas. Hal ini menunjukkan perlunya penguatan bukti ilmiah mengenai hubungan perawatan diri dan kesejahteraan hidup pada pasien pasca stroke di fasilitas pelayanan primer (Familiah *et al*, 2024)

Sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan masyarakat, puskesmas memiliki peran penting dalam memantau dan mendampingi pasien pasca stroke di lingkungan komunitas. Pendekatan keperawatan yang berfokus pada peningkatan kemandirian dalam perawatan diri diharapkan mampu membantu pasien beradaptasi dengan keterbatasan yang dialami sekaligus memperbaiki kualitas hidup secara berkelanjutan. Namun demikian, penerapan pendekatan tersebut memerlukan dukungan data empiris yang menggambarkan hubungan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pasien pasca stroke di wilayah kerja puskesmas (Eni Kusyati 2024, 2024).

Sebagai layanan kesehatan tingkat pertama, Puskesmas memegang posisi yang penting dan strategis dalam pemantauan kondisi pasien pasca stroke di komunitas. Pendekatan keperawatan yang menekankan peningkatan kemandirian perawatan diri diharapkan dapat membantu pasien beradaptasi dengan keterbatasan yang dialami serta meningkatkan kualitas hidup secara berkelanjutan. Namun, efektivitas pendekatan tersebut perlu didukung oleh data empiris yang menggambarkan hubungan antara perawatan diri dan kualitas hidup pasien pasca stroke di wilayah kerja puskesmas (Juniarti *et al*, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini mengajukan pertanyaan apakah terdapat hubungan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke di Puskesmas Mangkurawang. Studi ini diharapkan dapat memperkaya khasanah

keilmuan, khususnya dalam pengembangan intervensi keperawatan yang menitikberatkan pada peningkatan kemandirian pasien, serta menjadi landasan dalam penyusunan program rehabilitasi bagi pasien pasca stroke di pelayanan kesehatan tingkat pertama.

METODE

Studi ini menerapkan metode kuantitatif dengan rancangan *cross-sectional* untuk menelaah keterkaitan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke. Jumlah responden sebanyak 45 orang yang seluruhnya dipilih menggunakan teknik total sampling. Partisipan yang diikutsertakan adalah pasien dengan riwayat stroke yang sedang menjalani perawatan lanjutan, mampu berkomunikasi secara lisan, serta menyatakan kesediaan mengikuti penelitian. Sementara itu, pasien yang mengalami gangguan kognitif berat atau memiliki kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk mengisi kuesioner tidak dilibatkan dalam penelitian. Pelaksanaan penelitian dilakukan di salah satu puskesmas di wilayah Samarinda yang berfungsi sebagai layanan kesehatan tingkat pertama dalam pemantauan pasien pasca stroke di masyarakat.

Alat pengumpulan data yang digunakan berupa kuesioner kemampuan perawatan diri dan kuesioner kualitas hidup khusus bagi penyintas stroke. Instrumen perawatan diri bertujuan menilai sejauh mana responden mampu memenuhi kebutuhan dasar secara mandiri, meliputi aktivitas makan, mandi, berpakaian, serta mobilisasi. Adapun kuesioner kualitas hidup digunakan untuk mengevaluasi persepsi responden terhadap kondisi fisik, psikologis, dan sosial setelah mengalami stroke. Kedua instrumen tersebut telah diuji validitas dan reliabilitasnya pada penelitian terdahulu sehingga dinyatakan layak untuk digunakan dalam pengukuran variabel.

Proses Tahap pengumpulan data dimulai dengan penyampaian informasi kepada responden terkait tahapan dan mekanisme pelaksanaan penelitian. kemudian kuesioner diisi secara mandiri atau dibantu peneliti apabila terdapat keterbatasan fisik.

Data yang terkumpul selanjutnya diperiksa kelengkapannya, diberi kode, dan diolah sebelum dilakukan analisis. Analisis deskriptif digunakan untuk memaparkan karakteristik responden serta distribusi masing-masing variabel, sedangkan uji korelasi diterapkan untuk mengetahui hubungan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari komite etik penelitian kesehatan. Setiap responden memperoleh informasi terkait tujuan, manfaat, serta jaminan kerahasiaan data sebelum menandatangani lembar persetujuan. Sepanjang pelaksanaan penelitian, prinsip anonimitas, kerahasiaan, serta hak responden untuk mengundurkan diri kapan saja tetap dijaga dan dihormati.

HASIL

Studi ini dilaksanakan dengan tujuan mengidentifikasi kondisi perawatan diri, menilai tingkat kualitas hidup, serta menganalisis keterkaitan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke. Penyajian hasil penelitian disusun secara sistematis sesuai dengan rumusan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya, sehingga setiap temuan menggambarkan jawaban atas fokus penelitian.

Hasil analisis terhadap karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas pasien pasca stroke termasuk dalam kelompok usia lanjut. Sebagian besar responden memiliki tingkat kemandirian perawatan diri pada kategori sedang atau cukup. Sementara itu, penilaian terhadap kualitas hidup memperlihatkan bahwa sebagian besar responden masih berada pada kategori kurang, yang mencerminkan adanya

hambatan dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari setelah mengalami stroke.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Perawatan Diri Pasien Pasca Stroke

No	Tingkat Perawatan Diri	n	(%)
1	Kurang	12	26,7
2	Cukup	25	55,6
3	Baik	8	17,8
	Total	45	100

Berdasarkan data pada Tabel 1, mayoritas responden termasuk dalam kategori perawatan diri cukup. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar pasien pasca stroke sudah mampu melaksanakan beberapa aktivitas perawatan diri secara mandiri, meskipun pada aktivitas tertentu mereka masih membutuhkan bantuan.

Di sisi lain, jumlah responden dengan tingkat perawatan diri baik dan kurang tampak relatif tidak jauh berbeda. Kondisi ini menunjukkan adanya perbedaan tingkat kemandirian antar pasien pasca stroke, yang kemungkinan dipengaruhi oleh variasi kondisi fisik serta kemampuan fungsional yang dimiliki masing-masing individu.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke

No	Kualitas Hidup	n	(%)
1	Kurang	30	66,7
2	Cukup	10	22,2
3	Baik	5	11,1
	Total	45	100

Mengacu pada Tabel 2, sebagian besar responden tergolong memiliki kualitas hidup dalam kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa pasien pasca stroke masih menghadapi berbagai hambatan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, baik ditinjau dari dimensi fisik, psikologis, maupun sosial.

Kondisi tersebut tampak pada keterbatasan dalam melaksanakan kegiatan rutin, menurunnya kenyamanan fisik, serta berkurangnya partisipasi dalam aktivitas sosial setelah mengalami

stroke. Temuan ini mengindikasikan bahwa walaupun pasien telah menjalani proses perawatan dan pemantauan kesehatan, dampak stroke masih berpengaruh terhadap persepsi mereka terhadap kualitas hidup secara keseluruhan.

Tabel 3 Hubungan Perawatan Diri dengan Kualitas Hidup

Variabel Korelasi (r)	n	P value	Kofesiensi	Keterangan
Perawatan Diri	45	0,000	0,527	Signifikan

Merujuk pada Tabel 3, hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup responden. Hal ini dibuktikan melalui uji korelasi peringkat Spearman yang menghasilkan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,000$), sehingga secara statistik hubungan kedua variabel dinyatakan signifikan. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,527 mengindikasikan kekuatan hubungan pada tingkat sedang dengan arah yang sejalan (unidireksional). Artinya, terdapat kecenderungan bahwa semakin rendah Semakin terbatas kapasitas pasien dalam melakukan perawatan diri, semakin menurun pula tingkat kualitas hidup yang mereka rasakan.. Sebaliknya, peningkatan kemandirian dalam perawatan diri berpotensi diikuti oleh perbaikan kualitas hidup pada pasien pasca stroke.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini menegaskan adanya keterkaitan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke, sehingga mendukung dugaan bahwa tingkat kemandirian dalam merawat diri turut berpengaruh terhadap tingkat kualitas hidup yang dimiliki pasien. Temuan tersebut konsisten dengan sejumlah penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari merupakan elemen

penting dalam meningkatkan kualitas hidup pada penderita penyakit kronis, termasuk stroke. Pasien yang mampu memenuhi kebutuhan dasarnya secara mandiri umumnya memiliki pandangan yang lebih positif terhadap kondisi kesehatannya serta lebih mampu menyesuaikan diri dengan perubahan pasca stroke (Alifia, 2021).

Konsistensi antara hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu semakin menegaskan bahwa perawatan diri merupakan bagian krusial dalam proses pemulihan setelah stroke. Sejumlah studi melaporkan bahwa keterbatasan dalam perawatan diri berkaitan dengan meningkatnya ketergantungan, menurunnya rasa percaya diri, serta terganggunya peran sosial, yang pada akhirnya berdampak pada penurunan mutu kehidupan. Studi ini semakin menegaskan temuan tersebut dengan memperlihatkan bahwa individu yang menunjukkan tingkat kemandirian yang lebih optimal umumnya melaporkan kualitas hidup yang lebih baik. Kondisi ini mengindikasikan bahwa praktik perawatan diri tidak semata-mata berpengaruh terhadap aspek fisik, tetapi juga turut memberikan dampak pada kesejahteraan mental serta hubungan sosial yang dijalani pasien. (Dwilaksono *et al*, 2023).

Perbedaan utama penelitian ini dibandingkan beberapa studi sebelumnya terletak pada setting pelayanan kesehatan. Jika sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan di rumah sakit atau pusat rehabilitasi, maka penelitian ini dilaksanakan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Fakta ini memperlihatkan bahwa meskipun pasien telah memasuki tahap perawatan lanjutan di komunitas, kemampuan perawatan diri tetap menjadi determinan penting bagi kualitas hidup. Keunikan konteks ini menegaskan bahwa pelayanan kesehatan primer memiliki posisi strategis dalam mendorong kemandirian pasien melalui

pendekatan edukasi dan rehabilitasi yang berkesinambungan.

Secara konseptual, hasil ini dapat dipahami melalui proses adaptasi pasien terhadap kondisi pasca stroke. Individu dengan kemampuan perawatan diri yang baik cenderung lebih mampu mengatasi keterbatasan fisik, mengembangkan mekanisme koping yang efektif, serta mempertahankan peran sosialnya. Sebaliknya, keterbatasan dalam merawat diri dapat memunculkan perasaan tidak berdaya dan ketergantungan yang berlebihan, yang berkontribusi terhadap rendahnya persepsi kualitas hidup. Oleh karena itu, peningkatan kemampuan perawatan diri dapat dijadikan salah satu prioritas dalam intervensi keperawatan bagi pasien pasca stroke.

Implikasi dari penelitian ini menekankan krusialnya kontribusi tenaga kesehatan, terutama perawat, dalam menyelenggarakan pendidikan kesehatan serta memberikan bimbingan dan dukungan kepada pasien yang sistematis guna meningkatkan kemandirian pasien. Pengembangan program rehabilitasi berbasis komunitas yang berfokus pada penguatan kemampuan perawatan diri diharapkan mampu memberikan dampak positif yang berkelanjutan terhadap kualitas hidup pasien. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi dalam memperkaya praktik keperawatan dan penguatan pelayanan kesehatan primer dalam penatalaksanaan pasien pasca stroke.

Adapun keterbatasan penelitian ini meliputi penggunaan desain potong lintang yang tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat secara langsung. Selain itu, pengumpulan data menggunakan kuesioner yang bergantung pada persepsi subjektif responden, sehingga potensi bias tidak dapat dihindari sepenuhnya. Penelitian ini juga dilakukan hanya pada satu fasilitas pelayanan kesehatan, sehingga hasilnya

belum dapat digeneralisasikan secara luas ke populasi yang lebih besar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini menyatakan bahwa terdapat keterkaitan yang signifikan antara kemampuan perawatan diri dan kesejahteraan hidup pada pasien pasca stroke. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa tingkat kemandirian pasien dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri menjadi faktor penting yang memengaruhi persepsi mereka terhadap kualitas hidup. Pasien yang memiliki kemampuan perawatan diri lebih baik umumnya lebih mampu menyesuaikan diri dengan berbagai keterbatasan serta menjalankan aktivitas sehari-hari secara lebih mandiri dan efektif.

Temuan ini sekaligus menegaskan bahwa perawatan diri merupakan elemen krusial dalam upaya peningkatan kualitas hidup pasien pasca stroke, khususnya di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama. Kemandirian dalam perawatan diri tidak hanya berkaitan dengan kemampuan fisik, tetapi juga berkontribusi dalam menjaga stabilitas kondisi psikologis dan keberfungsian sosial pasien setelah mengalami stroke. Dengan demikian, penelitian ini berhasil menjawab tujuan yang telah dirumuskan, yaitu membuktikan adanya hubungan antara perawatan diri dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke.

Kesimpulan tersebut menekankan pentingnya penguatan kemampuan perawatan diri sebagai bagian integral dari intervensi keperawatan dan program rehabilitasi pasca stroke. Strategi pelayanan yang berorientasi pada peningkatan kemandirian pasien diharapkan mampu memberikan dampak positif yang berkelanjutan terhadap kualitas hidup mereka.

Saran

Merujuk pada temuan penelitian ini, studi selanjutnya dianjurkan untuk

menerapkan rancangan longitudinal maupun eksperimental supaya mampu menghadirkan gambaran yang lebih menyeluruh dan mendalam mengenai pengaruh kemampuan perawatan diri terhadap kualitas hidup pasien pasca stroke secara berkelanjutan. Pendekatan tersebut memungkinkan peneliti mengamati perkembangan, menilai hubungan secara lebih mendalam.

Penelitian berikutnya juga diharapkan melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar dan dilaksanakan di berbagai jenis fasilitas pelayanan kesehatan, sehingga hasil yang diperoleh memiliki daya generalisasi yang lebih luas. Selain itu, kajian mendatang dapat mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kualitas hidup pasien pasca stroke, seperti dukungan keluarga, tingkat kepatuhan terhadap program rehabilitasi, serta kondisi psikologis pasien. Dengan memasukkan faktor-faktor tersebut, diharapkan diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh dalam merancang strategi peningkatan kualitas hidup pasien pasca stroke.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada pimpinan beserta seluruh tenaga kesehatan di Puskesmas Mangkurawang yang telah memberikan izin, kesempatan, serta dukungan penuh selama pelaksanaan penelitian ini. Bantuan dan kerja sama yang diberikan sangat berkontribusi terhadap kelancaran setiap tahapan kegiatan penelitian.

Rasa terima kasih juga penulis tujukan kepada dosen pembimbing yang senantiasa memberikan arahan, bimbingan, dan berbagai saran yang membangun. Masukan yang diberikan menjadi bagian penting dalam proses penyusunan hingga penyelesaian karya ilmiah ini.

Tidak lupa, apresiasi yang tulus disampaikan kepada seluruh responden

yang dengan sukarela bersedia berpartisipasi dan meluangkan waktunya. Partisipasi aktif tersebut memungkinkan penelitian ini dapat berjalan dengan baik dan terlaksana sesuai dengan perencanaan yang telah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alifia. (2021). *jurnal tanda dan gejala manifestasi klinis penyakit stroke*. 3(5), 6.
- Dewi & Fitraneti. (2024). Scientific Stroke Iskemik. *Jurnal Stroke Iskemik*, 379–388.
- Dwilaksono et, .at 2023. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Stroke Iskemik pada Penderita Rawat Inap. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(2), 449–458.
<https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1433>
- Eni Kusyati 2024. (2024). Self Management Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5605–5610.
- Familiah et, al. (2024). Characteristics of Ischemic Stroke and Hemorrhagic Stroke Patients. *Fakumi Medical Journal: Journal of Medical Students*, 4(6), 456–463.
- Juniarti et. (2023). Management Self Care Stroke Terhadap Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(November), 1377–1386.
- Nurmansyah, Laily Widya Astuti, L. K. (2023). *Kualitas Hidup Pasien Stroke Pasca Stroke di Desa Labuhan Kabupaten Sumbawa*. 941, 111–117.