

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cerebral Vascular Accident (CVA) atau yang lebih umum disebut *stroke* merupakan sebuah keadaan dimana fungsi otak menghilang secara mendadak diakibatkan adanya gangguan peredaran oksigen dalam darah ke bagian otak. *Stroke* dikenal sebagai penyebab utama terjadinya kecacatan fisik di seluruh dunia. Secara umum *stroke* dibagi dalam dua jenis, yaitu *stroke* hemoragik dan *stroke* iskemik atau sumbatan (Mansfield et al., 2018)

Stroke merupakan penyebab kematian keempat dari semua penyebab di Amerika Serikat. dengan kejadian tahunan sebesar 795.000 dan hampir 130.000 kematian setiap tahunnya. *Stroke* merupakan penyebab kematian nomor satu di Indonesia sebesar 15,4%. Prevalensi *stroke* di Indonesia meningkat menjadi 12,1 per 1.000 penduduk pada tahun 2013. Selain itu, sekitar 500.000 orang menderita *stroke* setiap tahunnya, sekitar 2,5% atau 125.000 dari mereka meninggal, dan sisanya cacat ringan hampir setiap hari. Dengan pernyataan ini kita bisa berasumsi bahwa setidaknya setiap 3 hari, baik pria maupun wanita Indonesia meninggal karena *stroke* (Mulianda & Rahmanti, 2019).

Menurut data American Heart Association (AHA) (2019) menyebutkan, terjadi rata-rata 795 ribu kasus *stroke* di masyarakat, 87% diantaranya merupakan kasus *stroke* iskemik, 10% kasus *stroke* perdarahan intracerebral, dan 3% kasus *stroke* perdarahan arachnoid (Benjamin et al., 2019).

Data RISKESDAS (2018) menunjukkan jumlah sebesar 10,9% penduduk permil luas wilayah di Indonesia mengalami *stroke* dan mengalami kenaikan dari 7% menjadi 10,9%. Data Kemenkes (2018) menyatakan *stroke* di Indonesia terjadi paling besar berkisar pada rentang usia 45 tahun sampai dengan diatas 75 tahun (Kemenkes, 2018)

Data Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2021) menyatakan kasus *stroke* di Bali dengan 43% di wilayah kota Denpasar dan 34% di wilayah Badung, 8% di wilayah Buleleng, 6% di wilayah Klungkung, di wilayah Gianyar dan Tabanan dengan persentase masing-masing 4% dan di 1% di wilayah Bangli dari data per rumah sakit di wilayah kerja masing-masing.

Pasca *stroke* didefinisikan sebagai keadaan individu setelah mengalami terjadinya *stroke* (brain attack). Suatu keadaan yang dialami oleh seseorang dengan pasca *stroke* maka akan berdampak pada fisik dan psikologis penderita. Pasca *stroke* juga merupakan kondisi dimana individu kehilangan kendali atas bagian-bagian tertentu dalam tubuh serta pikirannya, hampir semua individu pasca *stroke* tidak dapat melakukan gerakan yang sempurna pada bagian anggota tubuh tertentu dan individu akan mengalami kemunduran fungsi fisik dan perubahan pada perilakunya. Pasca *stroke* mengalami berbagai masalah seperti masalah fisik, mental, seksual, emosional, lingkungan, dan pekerjaan (Hutagalung, 2021).

Masalah yang sering dialami oleh pasien pasca *stroke* adalah gangguan tidur. Gangguan tidur lebih umum ditemui pada pasien dengan riwayat *stroke* dibandingkan dengan mereka yang tidak pernah mengalami *stroke*. Prevalensi gangguan tidur yang terjadi pada pasien pasca *stroke* berkisar antara 20-40% dari total pasien pasca *stroke* di Indonesia. Manifestasi dari gangguan tidur pada

pasien *stroke* ini biasanya bervariasi tergantung pada defisit neurologis spesifik yang dialami pasien. Perubahan tidur setelah *stroke* merupakan manifestasi dari keparahan dan lokasi kerusakan otak. Pasien pasca *stroke* menunjukkan pengurangan total waktu dan efisiensi tidur. Faktor lingkungan pada pasien *stroke* dan masalah yang timbul sebagai akibat *stroke* seperti gangguan tidur juga kemungkinan memiliki pengaruh terhadap keparahan *stroke* itu sendiri (Ika et al., 2021).

Gangguan tidur pasca *stroke* (*Post Stroke Sleep Disturbance / PPSDs*) berhubungan dengan ketidakmampuan fisik, depresi dan fatigue, penggunaan obat-obatan psikotropik, penyebab lingkungan, dan mungkin juga berhubungan dengan lokasi lesi.

Kualitas tidur adalah suatu keadaan tidur yang dialami seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun. Kualitas tidur mencakup aspek kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur serta aspek subjektif dari tidur. Insomnia dikaitkan dengan morbiditas yang signifikan jika tidak ditangani (Mustika et al., 2021).

Tindakan yang disusun pemerintah untuk menurunkan prevalensi *stroke* di Indonesia, yaitu mulai dari dengan memperkuat upaya promotive preventif kesehatan masyarakat seperti mengkampanyekan konsumsi makanan bergizi seimbang, menjaga kadar gula dalam darah, rutin melakukan aktivitas fisik dan melakukan cek kesehatan dengan rutin setidaknya 6 bulan sekali (Kemenkes, 2022).

Dampak dari gangguan tidur atau sering disebut dengan insomnia cukup berat yaitu meningkatnya risiko penyakit generative seperti hipertensi, jantung, depresi dan stress. Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi gangguan tidur antara lain terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Salah satu terapi non farmakologis yaitu dengan melakukan terapi komplementer salah satunya yaitu pijat refleksi (Nissa et al., 2021).

Institut reflleksologi internasional mendefinisikan refleksologi sebagai teknik manual yang berladaskan teori bahwa area reflek telapak kaki dan tangan berhubungan erat dengan kelenjar, organ, dan semua bagian tubuh. Refleksologi adalah cara pengobatan dengan merangsang berbagai daerah refleksi (zona atau mikrosistem) dikaki, tangan, dan telinga yang ada hubungannya (atau mewakili) dengan berbagai kelenjar, orga, dan bagian tubuh lainnya (Aulia Rahmah, 2017).

Dalam penelitian Emilia (2022) menyatakan bahwa terapi pijat atau massage akan menstimulasi morphin endogen yang terdiri dari hormone endorphin, enkafalin, dan dinorfin yang kemudian akan merangsang dan menimbulkan efek relaksasi pada otot, dengan adanya relaksasi pada otot dapat mempengaruhi kualitas tidur, mempercepat proses tidur dan dapat menurunkan gejala gangguan tidur pada lansia. Terapi yang diberikan dilakukan selama 2 bulan yang dilaksanakan setiap hari jumat.

Penelitian yang dilakukan oleh Ika (2019) yang berjudul kombinasi teknik relaksasi benson dan edukasi hygiene tidur dalam mempengaruhi kualitas tidur pasien pasca *stroke*, dari 58 responden, 30 responden pada kelompok intervensi menerapkan Teknik relaksasi benson dikombinasikan dengan edukasi hygiene tidur dan 28 responden menerapkan Teknik relaksasi benson sebagai kelompok

kontrol. Hasil penelitian didapatkan bahwa kualitas tidur sebelum dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi memiliki rata-rata skor sebesar 11,43 dan setelah diberikan perlakuan menjadi 9,00 dan pada kelompok kontrol memiliki rata-rata skor sebesar 9,89 sebelum diberikan perlakuan menjadi 8,64 setelah diberikan perlakuan. Hasil uji menunjukkan adanya peningkatan kualitas tidur pada pasien paska *stroke* dengan pemberian relaksasi benson dikombinasikan dengan edukasi hygiene tidur, didapatkan perbedaan skor yang bermakna dengan p value 0,000.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Komunitas Bali *Strokers Club* pada 3 Maret 2023, dalam wawancara dan observasi didapatkan data sekunder jumlah kasus *post stroke* yang ada di komunitas bali *strokers club* terdapat 11 orang. Dari kepala komunitas tersebut menyatakan kalau kegiatan yang dilakukan hanya saling sharing sesama penderita dan melakukan kegiatan seperti latihan-latihan berjalan dan berbagi pengalaman. Hasil wawancara juga didapatkan beberapa dari anggota komunitas yang mengalami masalah gangguan tidur. Dan untuk kegiatan seperti terapi komplementer tidak dilakukan di komunitas tersebut. Dari kepala komunitas juga mengatakan terapi komplementer akan dilakukan di hari tertentu dan tidak dilakukan disetiap kegiatan.

Berdasarkan uraian di atas, gangguan tidur yang terjadi pada *post stroke* akan mengakibatkan meningkatnya risiko penyakit generative seperti hipertensi, jantung, depresi dan stress jika tidak ditindaklanjuti. Maka daripada itu, penulis tertarik untuk mengangkat judul penelitian tentang Pengaruh Implementasi Pijat Refleksi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada *Post Stroke* di Komunitas Bali *Strokers Club*, Kuta Utara, Badung Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “ Apakah ada Pengaruh Implementasi Pijat Refleksi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada *Post Stroke* Di Komunitas Bali *Strokers Club*, Kecamatan Kuta Utara, Kabupaten Badung Tahun 2023?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk membuktikan Pengaruh Implementasi Pijat Refleksi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada *Post Stroke* di Komunitas Bali *Strokers Club*, Kecamatan Kuta Utara, Kabupaten Badung Tahun 2023.

2. Tujuan khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini antara lain :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.
- b. Mengidentifikasi kualitas tidur pada *post stroke* sebelum diberikan pijat refleksi di Komunitas Bali Strokers Club tahun 2023.
- c. Mengidentifikasi kualitas tidur pada *post stroke* setelah diberikan pijat refleksi di Komunitas Bali Strokers Club tahun 2023.
- d. Menganalisis pengaruh pijat refleksi terhadap peningkatan kualitas tidur pada pasien *post stroke* di Komunitas Bali Strokers Club tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi rujukan informasi ilmiah dalam meningkatkan pemberian pengetahuan di bidang keperawatan tentang peningkatan kualitas tidur pada *post stroke* dengan pemberian tindakan terapi komplementer yaitu pijat refleksi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi institusi kesehatan

Penelitian ini diharapkan bisa sebagai bahan perbandingan dan dapat dijadikan bahan bagi mahasiswa lain yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

b. Bagi penulis selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan salah satu latar belakang awal untuk melakukan penelitian lanjutan.

c. Bagi keluarga pasien

Manfaat penelitian ini bagi keluarga dapat menambah pengetahuan tentang terapi komplementer yaitu pijat refleksi terhadap peningkatan kualitas tidur pasien *post stroke*.