

Pengaruh Peer Group Support terhadap Peningkatan Motivasi ADL dengan Mandiri pada Pasien Pasca Stroke
Sugiyarto, Siti Khadijah

Poltekes Kemenkes Surakarta
E-mail: sugiy1077@gmail.com

Abstrak

Masalah yang sering dijumpai pada pasien stroke adalah kelemahan otot dan ketidakmampuan untuk bergerak, hal ini dapat menimbulkan masalah dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari (ADL) pada pasien pasca stroke, karena keterbatasan gerak dan membutuhkan bantuan penuh dari orang lain. tidak berguna dan membuat mereka tidak puas dalam menjalani kehidupannya, oleh karena itu perlu dilakukan tindakan untuk meningkatkan motivasi pasien yaitu dukungan kelompok sebaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh peer group support terhadap motivasi ADL pada pasien pasca stroke. Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen semu dengan menggunakan one group Pre-Test-Post Test. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan consecutive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 16 pasien pasca stroke. Intervensi dalam penelitian ini adalah Peer Group Support pada pasien pasca stroke. Pemberian tindakan Peer Group Support berpengaruh terhadap peningkatan motivasi melakukan ADL secara mandiri pada pasien pasca stroke di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari, Surakarta dengan nilai p 0,001. Pemberian Peer Group Support pada pasien pasca stroke untuk meningkatkan motivasi dalam melakukan ADL secara mandiri, tindakan dapat dilakukan lebih dari satu kali atau terprogram untuk menjaga kualitas motivasi.

Kata kunci: Peer Group Support, Motivasi ADL, Pasien Pasca Stroke

Abstract

Problems often experienced by stroke patients are muscle weakness and inability to move, this can cause problems in carrying out activity of daily living (ADL) for post-stroke patients, because of limited movement and need the full help of others These patients feel useless and make them dissatisfied in living their lives, therefore it is necessary to take action to increase patient motivation, namely peer group support. The purpose of this study was to determine the effect of peer group support on ADL motivation in post-stroke patients. This study used a quasi-experimental research design using one group Pre-Test-Post Test. The sampling technique in this study was consecutive sampling. The number of samples in this study were 16 post-stroke patients. The intervention in this study was Peer Group Support in post-stroke patients. The giving of Peer Group Support measures has an effect on increasing the motivation to do ADL independently of post-stroke patients at the Sibela and Gambir Sari Public Health Center, Surakarta with a p value of 0.001. Providing Peer Group Support for post-stroke patients to increase motivation in performing ADL independently, actions can be done more than once or programmed to maintain the quality of motivation.

Keywords: Peer Group Support, ADL Motivation, Post Stroke Patients.

Pendahuluan

Penyakit stroke menjadi penyebab kematian kedua dan penyebab disabilitas ketiga di dunia. Stroke menurut World Health Organization (WHO) merupakan suatu kondisi yang menunjukkan tanda klinis yang berkembang cepat berupa defisit neurologik fokal dan global, yang dapat memberat dan berlangsung lama selama 24 jam atau lebih dan atau dapat menyebabkan kematian, tanpa adanya penyebab lain yang jelas selain vaskular. Selain itu, penyakit stroke juga merupakan penyebab dimensia dan depresi. Penyakit Stroke terjadi saat pembuluh darah otak mengalami penyumbatan atau pecah yang dapat mengakibatkan sebagian otak tidak mendapatkan asupan darah yang membawa nutrisi berupa oksigen sehingga mengalami kematian sel/ jaringan. Data WHO menyebutkan bahwa untuk setiap tahunnya terdapat 13, 7 juta kasus baru stroke, dan sekitar 5, 5 juta kematian terjadi yang diakibatkan oleh stroke (Kemenkes RI, 2018)

Masalah yang sering muncul pada pasien stroke adalah kelemahan otot dan

ketidakmampuan dalam bergerak yang diakibatkan karena kerusakan susunan saraf pada otak dan terjadinya kekakuan pada otot dan sendi yang dapat menimbulkan masalah dalam melakukan aktifitas sehari-hari atau activity of daily living (ADL) pasca stroke (Pinzon & Asanti, 2010)). Pasien stroke akan mengalami kesulitan atau ketergantungan dalam melakukan aktivitas sehari-harinya. Pada umumnya pasien stroke akan menjadi bergantung pada bantuan dari orang lain atau keluarga dalam melakukan aktivitas ADL, seperti makan dan minum, mandi, berpakaian dan sebagainya. Kemandirian dan mobilitas pada pasien stroke menjadi berkurang atau bahkan hilang. Berkurangnya tingkat kemandirian dan mobilitas seseorang dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup (quality of life) yang dimiliki (Hariandja, 2013).

Pasien Stroke yang sudah diperbolehkan pulang seringkali masih dalam keadaan kemampuan fisik yang belum stabil, sehingga keluarga selalu memberikan bantuan dalam pasien dalam melakukan aktivitas fisik. Bantuan yang diberikan oleh keluarga yang

dilakukan secara berlebihan dapat menyebabkan pasien mengalami tirah baring lama sambil menunggu keadaan menjadi lebih baik, tanpa disadari tubuh pasien akan menjadi lemah, merasa mudah lelah dan gerakan terasa berat karena anggota gerak menjadi kaku atau mengalami kontraktur. Sehingga akan berdampak munculnya komplikasi penyakit lain sehingga keluarga perlu disadarkan akan hal tersebut (Phusuttatam et al., 2019)

Kemandirian dalam melakukan aktivitas hidup sehari-hari seorang pasien setelah mengalami stroke sangat penting karena ketika pasien dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dengan tidak bergantung pada orang lain maka pasien akan merasa berguna/ tidak menyusahkan orang lain. Sebaliknya, pasien yang mengalami stroke yang tidak dapat melakukan aktivitas sehari-hari karena keterbatasan gerak dan membutuhkan bantuan penuh orang lain, maka pasien tersebut merasa tidak berguna dan menjadikan tidak puas dalam menjalani hidupnya (Putri & Hamidah, 2014).

Peer group support atau teman sebaya merupakan suatu pelayanan yang diberikan kepada seseorang yang memiliki suatu permasalahan yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi, strategi yang efektif, dan memberdayakan diri untuk hidup lebih sehat/ lebih baik (Septiani, I., Isworo, A., Hidayat, A, 2020) (Ekasari & Andriyani, 2013). Support group yang diikuti oleh penderita stroke bertujuan untuk membantu para pasien sendiri dan pasien lain dalam memaknai hidupnya setelah mengalami stroke (ASA, 2018).

Tingginya prevalensi stroke dan dampak dari gejala sisa yang diakibatkan dari penyakit stroke harus diperhatikan, pasien stroke dapat mengalami ketergantungan dalam melakukan Activity Daily Living (ADL). Dari masalah di atas mendorong penulis untuk melakukan penelitian lebih lanjut untuk menjawab tentang Keefektifan Peer Group Support Terhadap Peningkatan Motivasi ADL Dengan Mandiri Pada Pasien Pasca Stroke Di Wilayah

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan one group Pre-Tes-Post Test. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta, sedangkan waktu penelitian yang akan di pergunakan 6 bulan. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah Consecutive sampling. Consecutive sampling yaitu pemilihan sample dengan menetapkan subjek yang memenuhi kriteria

penelitian dimasukkan dalam penelitian sampai kurun waktu tertentu, Sedangkan sampel pada penelitian ini adalah pasien Pasca stroke Sebanyak 16 orang. Uji analisis dalam penelitian ini menggunakan paired T-Test Intervensi dalam penelitian ini adalah Peer Group Support pada pasien Pasca stroke. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner untuk menilai tingkat motivasi ADL dengan mandiri pada pasien pasca stroke.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan kepada 16 responden pasca stroke di puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta dengan karakteristik yang dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Karakteristik Responden Pasca Stroke di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta

No.	Variabel	Frekuensi (Mode)	Prosentase (%) (Sd)
1	Usia	55	10.68
	50 – 55	6	37.5
	56 – 61	2	12.5
	62 – 67	4	25
	>67	4	25
2	Jenis Kelamin		
	Perempuan	8	50
	Laki-laki	8	50
3	Lama Stroke		
	1 – 5 tahun	10	62.4
	6 – 10 tahun	3	18.8
	11 – 15 tahun	3	18.8

Tabel 1 menunjukkan bahwa paling banyak responden berusia 55 tahun. Presentase jenis kelamin responden sama antara laki-laki dan perempuan dengan lama pasca stroke antara 1-5 tahun (62.4%).

Tingkat Motivasi

Penelitian ini melakukan ADL secara Mandiri Sebelum Diberikan Peer Group Support Hasil penelitian tentang motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap di puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta sebelum diberikan Peer Group Support dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2 Tingkat Motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap sebelum diberikan Peer Group Support di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta

Variabel	Frekuensi	Prosentase (%)
Lemah	5	31
Sedang	11	69
Kuat	0	0

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap sebelum diberikan Peer Group Support adalah memiliki

motivasi sedang yaitu 11 orang (69 %).

Tingkat Motivasi

Dalam melakukan ADL secara Mandiri Setelah Diberikan Peer Group Support. Hasil penelitian tentang motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap di puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta setelah diberikan Peer Group Support dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3. Tingkat Motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap setelah diberikan Peer Group Support di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Lemah	0	0
Sedang	7	44
Kuat	9	56

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap setelah diberikan Peer Group Support adalah memiliki motivasi kuat yaitu 9 orang (56 %).

Pengaruh Peer Group Support Terhadap Peningkatan Motivasi Melakukan ADL Secara Mandiri

Efektifitas dari pemberian Peer Group Support kepada pasien pasca stroke untuk meningkatkan motivasi dalam melakukan ADL dengan mandiri secara bertahap dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4 Pengaruh Pemberian Peer Group Support Terhadap Peningkatan Motivasi Melakukan ADL Secara Mandiri Pasien Pasca Stroke di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta

Variabel	P Value
Kelompok Pre-Post Pemberian Peer Group Support	0,001

Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai p value adalah 0,001 yang berarti ada perbedaan antara pre dan post pemberian Peer Group Support sehingga dapat dikatakan pemberian Peer Group Support berpengaruh dalam meningkatkan motivasi melakukan ADL secara mandiri pasien pasca stroke di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta.

Pembahasan

Tingkat motivasi dalam melakukan ADL secara mandiri sebelum diberikan peer group support

Motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL secara mandiri sebelum dilakukan peer group support sebanyak 11 orang (69 %) memiliki motivasi sedang dan 5 orang (31 %) memiliki motivasi lemah. Penelitian didapatkan tidak ada responden yang memiliki motivasi kuat.

Hal ini disebabkan karena setelah mengalami stroke pasien mengalami masalah dalam

melakukan hal-hal sehari-hari yang simpel seperti belanja, berjalan, pergi ke suatu tempat yang diinginkan, dan tidak bisa lagi mengendarai mobil sendiri. Pasien juga merasakan tidak nyaman dengan kondisinya dan hal yang ada disekitarnya. Pasien merasakan keluarga dan temannya mulai meninggalkan dia dan hidupnya menjadi susah (ASA, 2018). Sehingga pada pasien yang belum dilakukan intervensi apapun dalam mengatasi stroke yang dialami, maka pasien juga mengalami keinginan dan kemampuan dalam melakukan kegiatan sehari-hari atau ADL.

Tingkat motivasi dalam melakukan ADL secara mandiri setelah diberikan peer group support

Motivasi pasien pasca stroke dalam melakukan ADL secara mandiri setelah dilakukan peer group support sebanyak 7 orang (44 %) memiliki motivasi sedang dan 9 orang (56 %) memiliki motivasi kuat. Penelitian didapatkan tidak ada responden yang memiliki motivasi lemah. Responden memiliki motivasi yang sedang dan kuat.

Hal ini terjadi karena penderita stroke membutuhkan bantuan untuk mengubah hidup mereka. Hal inilah yang membuat penderita stroke mengikuti support group untuk melakukan sharing terkait dengan kesehatannya dan saling membantu satu sama lain serta memberikan solusi positif untuk semua masalah yang dialami penderita (ASA, 2018). Sehingga tidak ada responden yang memiliki motivasi lemah karena mereka memiliki bantuan dan dukungan dari orang lain. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa semua responden yang memiliki motivasi lemah berubah memiliki motivasi sedang dan sebagian responden dengan motivasi sedang berubah menjadi motivasi kuat.

Pengaruh peer group support terhadap Motivasi ADL

Penelitian menunjukkan bahwa pemberian Peer Group Support berpengaruh terhadap peningkatan motivasi melakukan ADL secara mandiri pasien pasca stroke di Puskesmas Sibela dan Gambir Sari Surakarta. Hal ini dapat diketahui dari uji statistik dimana p value yang didapatkan 0,001 (< 0,05).

Case study yang dilakukan oleh Kessler et al., (2014) menunjukkan bahwa pemberian peer support pada pasien stroke dapat membantu pasien stroke dalam mengendalikan keadaan emosi, melakukan afirmasi pada diri sendiri dan informasi mengenai kesehatan. Peer support memberikan dukungan, motivasi, validasi, dan penurunan perasaan sendiri bagi penderita stroke. Peer support memberikan efek atau dampak pada peningkatan keadaan

sosial, peningkatan kondisi personal, kenyamanan, dan perasaan menikmati hidup pada penderita stroke.

Sistematik review yang dilakukan oleh Parke et al (2015) menunjukkan bahwa dengan pemberian self management support dapat memberikan hal yang positif atau membantu meningkatkan kemampuan fisik dari aktifitas fisik pasien yang menjalani stroke. Self management ini juga berhubungan dengan atau terintegrasi dengan komunitas. Sistematik tersebut menunjukkan jika dengan self management yang juga terintegrasi dengan komunitas, salah satunya dengan bantuan dan dukungan peer support group untuk membantu self management pasien bisa meningkatkan aktivitas fisik dimana salah satu aktivitas fisik adalah kemandirian dalam melakukan ADL. Review yang dilakukan oleh Morais et al (2015) juga menyebutkan bahwa self management support dilakukan dengan berbagai cara dan salah satunya adalah dengan bantuan dari orang lain bisa keluarga atau sesama penderita (peer support group). Support group yang diikuti oleh penderita stroke bertujuan untuk membantu para penderita sendiri dan penderita lain dalam memaknai hidupnya setelah mengalami stroke. Harapan baru dan teman baru dimulai dan dukungan serta kemampuan secara mandiri mulai ada. Support group juga membantu menyediakan dan menyelesaikan masalah emosional yang dimiliki responden serta memberikan kekuatan bagi para penderita. Support group juga bisa menjadi sumber informasi penting pertama bagi pasien (ASA, 2018).

Kelompok dukungan sebaya (Peer Group Support) adalah sumber daya yang jarang, tetapi penting bagi penderita stroke dan pengasuh (care giver) karena mereka memberikan informasi dan komunitas, membantu pemulihan kesehatan dan kemandirian. Analisis tematik mengungkapkan bahwa peserta dalam kelompok dukungan mencari dan menerima pengetahuan dari kelompok pendukung mereka dan merasa diberdayakan dengan menyediakan dan menerima pengetahuan. Pengalaman bersama menumbuhkan rasa kebersamaan, dan peserta melihat dukungan di luar kelompok pendukung (care giver) jika diperlukan untuk proses pemulihan mereka (Christensen et al., 2016)

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat peneliti simpulkan bahwa peer group support berpengaruh dalam

meningkatkan motivasi ADL secara mandiri pada pasien pasca stroke. Saran kegiatan ini dapat dilakukan lebih dari satu kali atau terprogram untuk menjaga kualitas motivasi, dan ke depan akan dilakukan pengembangan penelitian yang berkaitan dengan peer group support pada pasien stroke.

Daftar Pustaka

- ASA. (2018). Successful Stroke Support Group. American Stroke Association. [https://www.stroke.org/-/media/stroke-files/help-and-support/support-group-leaders-guide-ucm_309688.pdf?la=en#:~:text=800 Stroke Family "Warmline",other peer information and support.](https://www.stroke.org/-/media/stroke-files/help-and-support/support-group-leaders-guide-ucm_309688.pdf?la=en#:~:text=800%20Stroke%20Family%20%22Warmline%22,other%20peer%20information%20and%20support.)
- Christensen, E. R., Golden, S. L., & Gessel, S. B. (2016). Perceived Benefits of Peer Support Groups for Stroke Survivors and Caregivers in Rural North Carolina. *Physiology & Behavior*, 176(1), 139–148. <https://doi.org/10.18043/ncm.80.3.143.Perceived>
- Ekasari, A., & Andriyani, Z. (2013). Pengaruh Peer Group Support dan Self Esteem Terhadap Resilience Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi. *Jurnal Soul*, 6(1), 1–20.
- Hariandja, J. (2013). Identifikasi kebutuhan akan sistem rehabilitasi berbasis teknologi terjangkau untuk penderita stroke di Indonesia. *Journal Unpar*, 2, 0–31.
- Kemendes RI. (2018). Stroke Dont Be The One (p. 10).
- Kessler, D., Egan, M., & Kubina, L. A. (2014). Peer support for stroke survivors: A case study. *BMC Health Services Research*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/1472-6963-14-256>
- Morais, H. C. C., Gonzaga, N. C., de Souza Aquino, P., & de Araujo, T. L. (2015). Strategies for self-management support by patients with stroke: Integrative review. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 49(1), 136–143. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420150000100018>
- Parke, H. L., Epiphaniou, E., Pearce, G., Taylor, S. J. C., Sheikh, A., Griffiths, C. J., Greenhalgh, T., & Pinnock, H. (2015). Self-management support interventions for stroke survivors: A systematic meta-review. *PLoS ONE*, 10(7), 1–23.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0131448>

- Phusuttatam, T., Saengsuwan, J., & Kittipanya-Ngam, P. (2019). Development and Preliminary Validation of a Stroke Physical Activity Questionnaire. *Stroke Research and Treatment*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/6764834>
- Pinzon, R., & Asanti, L. (2010). *Awas Stroke! Pengertian, Gejala, Tindakan, Perawatan dan Pencegahan*. Andi Offset.
- Putri, D. A. C. T., & Hamidah. (2014). Hubungan antara Kemandirian dalam Melakukan Aktivitas Sehari-hari dengan Kepuasan Hidup pada Lanjut Usia yang Mengalami Stroke. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 3(3), 137–142.
- Septiani, I., Isworo, A., Hidayat, A, I. (2020). Pengaruh Peer Group Support Terhadap Self-Care Management Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Kecamatan Kembaran. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 12 nomor 1, 66–76.