

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stroke adalah salah satu penyakit yang paling sering dijumpai dan menjadi salah satu penyebab utama kematian dan kecacatan (Patola & Tridiyawati, 2022). Angka kejadian stroke terus menunjukkan peningkatan yang signifikan, yang menjadi salah satu penyebab utama gangguan fungsi otak yang dapat berakibat fatal (Fadli Syamsuddin & Riyana Nur Ridwan Adam, 2023). Stroke dapat dibagi menjadi dua jenis utama, yaitu stroke *non-hemorrhagic*, dan stroke *hemorrhagic*, dengan stroke *non-hemorrhagic*, yang menjadi jenis yang paling banyak ditemukan (Kumalasari et al., 2024). Stroke *non-hemoragik* merupakan penurunan aliran oksigen ke jaringan otak secara tiba-tiba kejadian ini menyebabkan kekurangan pasokan oksigen ke otak, yang berakibat pada kerusakan jaringan otak dan kehilangan fungsinya (Riandini et al., 2018). *Anxiety* pada pasien stroke *non-hemoragik* seringkali muncul akibat perubahan signifikan dalam kondisi fisik dan mental pada penderitanya, setelah mengalami stroke, pasien mungkin menghadapi defisit neurologis yang mempengaruhi kemampuan beraktivitas sehari-hari, menyebabkan ketidakpastian tentang masa depan dan perasaan kehilangan kontrol, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan tingkat *anxiety*. Selain itu, dukungan sosial yang kurang dan ketidakpahaman tentang kondisi mereka juga dapat memperburuk perasaan *anxiety* ini (Roza and Ranti 2020).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2023 diperkirakan sekitar 6 juta kasus kematian setiap tahunnya akibat stroke di seluruh dunia (Riandini et al., 2023). Di Indonesia, menurut data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi stroke tercatat sebesar 8,3 per 1.000 penduduk. Pasien menderita stroke, mewakili 57,4% dari seluruh pasien di unit tersebut. Di antara mereka yang menderita stroke, 81,2% menderita stroke *non-hemoragik*, sedangkan 10,8% terkena stroke *hemoragik* (Ayu Ria Widiani & Mahardika Yasa, 2023). Prevalensi stroke di Provinsi Nusa

Tenggara Timur pada tahun 2022 tercatat sekitar 28.430 kasus, pada tahun 2023 tercatat sebesar 32.450 kasus, pada tahun 2024 diperkirakan 32.805 kasus (Kemenkes RI, 2022). Terjadi peningkatan jumlah kasus stroke dari tahun 2021 hingga tahun 2024 di Provinsi NTT. Di Kabupaten Sumba Barat, pada tahun 2021 tercatat sebanyak 291 pasien yang terdiagnosis dengan stroke *non-hemoragik*. Jumlah kasus tersebut mengalami penurunan pada tahun 2022 menjadi 286 kasus. Namun, pada tahun 2023 jumlah kasus kembali menurun menjadi 174, dan pada tahun 2024, jumlah kasus meningkat lagi menjadi 241. Secara keseluruhan dari 2021-2024 mencapai 992 kasus, terjadinya peningkatan jumlah kasus stroke dari tahun 2021 hingga tahun 2024 (Dinas Kesehatan Sumba Barat, 2024). Berdasarkan data yang tercatat di Rumah Sakit Umum Daerah Waikabubak, jumlah pasien stroke yang terdiagnosis pada tahun 2021 terdapat 83 kasus, pada tahun 2022 mengalami peningkatan menjadi 130 kasus. Namun, pada tahun 2023, jumlah pasien stroke kembali meningkat menjadi 155 kasus, dan pada tahun 2024, tercatat adanya penurunan dengan total 135 kasus stroke *non-hemoragik*. Secara keseluruhan, total kasus stroke yang terdaftar dari tahun 2021 hingga 2024 mencapai 503 kasus, terjadinya peningkatan jumlah kasus stroke dari tahun 2021 hingga tahun 2024 (Rumah sakit Umum, 2024)

Stroke *non-hemoragik* terjadi ketika penurunan atau penghentian aliran oksigen ke jaringan otak secara tiba-tiba kejadian ini menyebabkan kekurangan pasokan oksigen ke otak, yang berakibat pada kerusakan jaringan otak dan kehilangan fungsinya (Riandini et al., 2018). Proses ini terjadi ketika pembuluh darah di otak tersumbat atau terhambat, mengurangi atau menghentikan aliran darah dan oksigen ke area otak tertentu. Akibatnya, sel-sel otak di area tersebut mulai rusak dan fungsi otak yang tergantung pada area tersebut menjadi terganggu (Wulandari et al., 2023). *Anxiety* merupakan respons emosional yang seringkali muncul pada pasien stroke reaksi ini ditandai dengan perasaan cemas, khawatir, atau gelisah, yang seringkali timbul tanpa pemicu yang jelas, *anxiety* pada pasien stroke dapat muncul sebagai reaksi terhadap gangguan fisik dan mental yang dialami, mengingat perubahan fungsi tubuh yang mendalam,

ketidakpastian mengenai pemulihan, serta potensi dampak jangka panjang dari stroke itu sendiri (Norkhalifah & Mubin, 2022).

Dalam strategi penanganan pasien stroke *non-hemoragik* selain peningkatan akses layanan kesehatan, dan pelatihan tenaga medis, penting juga untuk mempertimbangkan pendekatan non-farmakologis yang dapat membantu mengurangi *anxiety* pasien (Listari et al., 2023). Salah satu teknik yang dapat diterapkan adalah *five-finger relaxation technique*, yang berfokus pada pengelolaan *anxiety* dan stres dengan cara yang sederhana dan efektif teknik *five-finger relaxation* adalah suatu metode relaksasi yang menggunakan lima jari tangan untuk membantu individu berfokus pada pernapasan dalam dan meminimalkan ketegangan fisik (Aeni & Mariyati, 2022). Teknik ini melibatkan penggunaan tangan sebagai alat untuk memperlambat pernapasan dan membawa kesadaran pasien ke kondisi tubuh mereka, membantu menenangkan sistem saraf dan mengurangi *anxiety*. Setiap jari mewakili langkah tertentu dalam proses relaksasi, mulai dari pernapasan dalam, visualisasi ketenangan, hingga penguatan kontrol diri untuk menghadapi *anxiety* (Ghanesia et al., 2022)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari et al., 2023) penerapan teknik *five-finger relaxation technique* terbukti efektif dalam mengurangi tingkat *anxiety* pada pasien stroke *non-hemoragik*. Setelah mengikuti teknik relaksasi ini, pasien mengalami penurunan tingkat *anxiety*, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup mereka, baik secara fisik maupun psikologis. Dengan mengurangi *anxiety*, stres dan ketegangan, teknik ini mendukung proses pemulihan yang lebih baik bagi pasien yang mengalami stroke *non-hemoragik* (Setiawan & Imamah, 2023).

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul penerapan *five-finger relaxation technique* untuk menurunkan *anxiety* pada pasien stroke *non-hemoragik*.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran studi kasus penerapan *five-finger relaxation technique* untuk menurunkan *anxiety* pada pasien stroke *non-hemoragik*?

C. Tujuan Studi Kasus

Untuk menggambarkan studi kasus penerapan *five-finger relaxation technique* untuk menurunkan *anxiety* pada pasien stroke *non-hemoragik*

D. Manfaat Studi Kasus

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Institusi Pelayanan Kesehatan

Sebagai tambahan informasi terbaru tentang penerapan *five-finger relaxation technique* untuk menurunkan *anxiety* pada pasien stroke *non-hemoragik*.

2. Perkembangan Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Keperawatan

Menambah ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan dalam penerapan *five-finger relaxation technique*.

3. Pasien

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman baru tentang cara menurunkan *anxiety* menggunakan terapi *five-finger relaxation technique*

4. Penulis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman belajar untuk penulis dalam menurunkan *anxiety* menggunakan terapi *five-finger relaxation technique*