

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ketika aliran darah ke otak terganggu, otak kekurangan oksigen, menyebabkan kerusakan pada otak, dan hilangnya fungsi hal ini disebut stroke. Kondisi ini paling sering disebabkan oleh iskemia, penyumbatan pada arteri yang membawa darah ke otak. Perdarahan, yaitu ketika pembuluh darah di otak pecah dan darah bocor ke dalamnya, juga dapat menyebabkan stroke (WSO 2023). Stroke adalah penyebab ketiga kematian dan kecacatan pertama setelah kanker dan penyakit jantung koroner. Stroke terbagi menjadi dua jenis, yaitu hemoraghic dan iskemik (Harahap, 2021). Dari kedua jenis ini, stroke iskemik memiliki prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan stroke hemoragik. Secara global, stroke iskemik menyumbang sekitar 80–85% dari total kasus stroke, sementara stroke hemoragik mencakup sekitar 15-20% (Aulyra Familah et al., 2024). Stroke iskemik terjadi ketika aliran darah ke otak terhambat, biasanya akibat sumbatan pada pembuluh darah. Sumbatan ini dapat disebabkan oleh gumpalan darah (trombosis) atau penyumbatan yang berasal dari bagian tubuh lain (Harahap, 2021).

Konsep kesehatan manusia tidak hanya terbatas pada aspek biologis, tetapi juga mencakup dimensi psikologis di mana pikiran memegang peranan penting dalam mendukung kesehatan mental seseorang. Stroke tidak hanya berpengaruh pada kondisi fisik saja, tetapi juga membawa dampak pada aspek emosional dan psikologis mereka (Pratiwi, 2024). Pasien stroke sering kali menghadapi tantangan seperti gangguan bicara, ketergantungan pada keluarga, dan beban biaya pengobatan yang tinggi, sehingga dapat memicu stres dan menurunkan semangat hidup (Y. A. Utama & Nainggolan, 2022). Oleh karena itu, pikiran yang sehat menjadi sangat penting agar pasien tetap memiliki harapan dan semangat untuk pulih karena kondisi mental yang positif dapat mempengaruhi persepsi mereka terhadap penyakit (Merwanda et al., 2024).

Menurut *World Stroke Organization* (2022) secara global, lebih dari 12,2 juta atau satu dari empat orang di atas usia 25 akan mengalami stroke atau lebih dari 101 juta orang yang hidup saat ini, lebih dari 7,6 juta atau 62% stroke iskemik baru setiap tahun. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 diketahui prevalensi ketergantungan total sebesar 13,9%, stroke berat 9,4 %, stroke sedang 7,1% dan stroke ringan 33,3% (Hicanggi et al., 2024). Di Indonesia, stroke menjadi penyebab utama kecacatan dan kematian, yakni sebesar 11,2% dari total kecacatan dan 18,5% dari total kematian (Kemenkes, 2024). Menurut data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi stroke berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun Provinsi Lampung mencapai 7,9% setara dengan 21.021 jiwa (KEMENKES, 2023). Namun, permasalahan stroke di Indonesia dan dunia masih kurang diperhatikan oleh pemerintah, padahal stroke merupakan penyebab kecacatan dan kematian baik dunia maupun di Indonesia.

Pada sebuah penelitian tahun 2022 menyatakan bahwa dampak dari stroke tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga meluas ke berbagai dimensi kehidupan individu, termasuk psikologis, sosial, biologis, dan spiritual. Tidak hanya itu dalam penelitian tersebut menyatakan tingkat kecacatan fisik dan mental pada pasien pasca stroke dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien (Fitriani, 2022). Serangan stroke di masyarakat sering dianggap bencana karena umumnya menimbulkan kegagalan fungsi seperti lumpuh dan sulit berkomunikasi. Pasien yang sudah didiagnosis dokter menderita penyakit stroke akan mengalami kecemasan, ketakutan, kesedihan bahkan putus asa dalam menghadapi penyakit yang dideritanya. Stroke terjadi dipicu oleh beberapa faktor resiko, makin banyak faktor resiko yang dimiliki oleh penderita, maka makin tinggi pula kemungkinan terjadinya stroke. Hal ini dapat berdampak pada kehidupan biologi, psikologi, sosial, ekonomi, dan spiritual. Stres merupakan salah satu faktor paling berpengaruh terhadap terjadinya stroke. Hasil studi dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa stres merupakan salah satu faktor utama penyebab terjadinya serangan stroke (Herke Adientya, 2021).

Rumah Sakit RSUD Jenderal Ahmad Yani Metro Lampung merupakan rumah sakit daerah type B yang memiliki fasilitas lengkap dan tenaga medis yang

profesional. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu perawat, didapatkan data jumlah pasien stroke dari bulan Juli-Desember 2024 didapatkan rata rata pasien stroke iskemik per bulan 41 pasien. Terjadinya serangan stroke berulang pada penderita stroke umumnya dipicu dari psikologis pasien yang merasa menyerah terhadap penyakit dan kondisi tubuhnya yang mengalami kecacatan atau kelumpuhan jangka panjang pasca stroke, sehingga penderita tidak dapat melakukan aktivitas dan berperan seperti sebelumnya. Rendahnya motivasi dan harapan sembuh penderita serta kurangnya dukungan keluarga sangat berpotensi menimbulkan beban dan berujung pada stres (Sari, n.d.).

Keadaan stres yang berkepanjangan jika tidak diatasi telah mengarah pada gangguan jiwa yang lebih parah. Stres dapat pula muncul pasca serangan akut stroke, berupa penolakan diri, rendah diri, marah, depresi, dan dihantui bayang-bayang kegagalan fungsi dan kematian. Stres pada pasien dan keluarga umumnya disebabkan karena kecemasan dan ketidaktahuan tentang kondisi penyakitnya (Gyawali et al., 2023). Stres telah mengakibatkan bangkitnya serangan stroke apabila terus menerus dalam jangka waktu lama dan tidak segera ditanggulangi. Ada banyak hal salah satunya terapi relaksasi yang menggunakan pikiran sebagai fokus dalam menghilangkan stres dan pikiran negatif, salah satunya adalah *Healthy Mind of Personal Emotional Freedom Technique* (HOPE).

Healthy Mind of Personal Emotional Freedom Technique (HOPE) adalah metode terapi yang menggabungkan unsur akupresur dan psikologi untuk membantu individu mengelola emosi, mengurangi stres, dan meredakan kecemasan. Metode ini melibatkan pada titik akupresur tertentu sambil berfokus pada perasaan atau pikiran negatif. Terapi ini merupakan jenis terapi *Emotional freedom technique* yang dimodifikasi, telah terbukti dapat menghilangkan stres, depresi dan kecemasan hal ini terbukti oleh penelitian *The effect of emotional freedom techniques on stres biochemistry* (Dawson churchg, 2021) yang menjelaskan perubahan dalam tingkat kortisol dan gejala distress psikologis pada subjek non-klinis yang menerima intervensi EFT. Hasil menunjukkan bahwa kelompok EFT mengalami penurunan signifikan dalam kecemasan, stres dan depresi, serta penurunan kadar kortisol yang lebih besar dibandingkan dengan

kelompok kontrol. Menurut (Widyawati et al., 2024) pada penelitian *The Effect Of "HENS" Application (Healthy Emotional Freedom Technique Of Stroke Patients) On The Stres Level Of Post Stroke Patients*. studi menemukan bahwa setelah enam hari intervensi dengan Aplikasi HENS, kelompok yang diberi perlakuan menunjukkan penurunan signifikan pada tingkat stres dengan nilai $p=0,000$. Sebaliknya, kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan menunjukkan nilai $p=0,853$, yang mengindikasikan tidak ada perubahan signifikan tanpa pengobatan.

Menurut (Fitriasari et al., 2024), pada penelitian *The Effect of Emotional Freedom Technique on Academic Anxiety and Stres in Nursing Students*. Setelah terapi EFT, sebagian besar responden (56,1%) masih mengalami kecemasan sedang, tetapi hampir semua responden (84,2%) mengalami stres sedang. Hasil dari uji pre-test dan post-test menunjukkan perbedaan signifikan dengan nilai $p=0,000$ ($0,000 < 0,05$), yang berarti terapi EFT berpengaruh terhadap kecemasan dan stres akademik mahasiswa.

Menurut (Kartilah & Februanti, 2024), pada penelitian *Emotional Freedom Techniques and Oxytocin Stimulation Massages that Effectively Reduce Anxiety and Increase Smooth Breast Milk Production of Nursing Mothers*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi EFT efektif mengurangi kecemasan ibu menyusui (Cohen's $D = 1,76$) dan meningkatkan produksi ASI yang lancar (Cohen's $D = 1,51$). Kelompok intervensi menunjukkan korelasi negatif dan lemah antara kecemasan dan produksi ASI setelah terapi (korelasi Pearson $-0,037$, $p = 0,854$).

Menurut (Choi et al., 2024), pada penelitian *Feasibility of Emotional Freedom Techniques in Patients with Posttraumatic Stres Disorder: a pilot study*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi EFT efektif dalam mengurangi gejala PTSD pada pasien, dengan penurunan signifikan pada skor PCL-5 setelah intervensi (perubahan dari nilai awal: $-14,33$ (95% CI: $-19,79, -8,86$), $p < 0,0001$, $d=1,06$). Kepatuhan terhadap sesi EFT juga sangat tinggi, dengan 96,7% pasien mengikuti lebih dari 80% sesi dan 86,7% menyelesaikan seluruh proses penelitian.

Menurut (Lestari et al., 2022), pada penelitian *Effectiveness of the Emotional Freedom Techniques to Reducing Stres in Diabetic Patients*. Studi ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan *non-randomized pre-test – post-test group*. Hasil uji statistik menunjukkan nilai 't' untuk tingkat stres sebelum intervensi EFT dengan nilai p sebesar 0,000, dan setelah intervensi EFT juga memiliki nilai p sebesar 0,000. Berdasarkan data statistik tersebut, disimpulkan bahwa EFT memiliki efek signifikan dalam mengurangi stres pada pasien diabetes mellitus.

Menurut (Blacher, 2023), pada penelitian *Emotional Freedom Technique (EFT): Tap to relieve stres and burnout*. Penelitian ini merekomendasikan *Emotional Freedom Technique* (EFT) atau tapping sebagai teknik untuk mengurangi stres, kecemasan, dan burnout. Pengurangan stres dan kecemasan dapat mengarah pada perasaan kesejahteraan yang mendukung kesehatan psikologis.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2023, lebih dari 21.000 orang didiagnosis stroke, namun upaya sistematis dalam intervensi psikologis untuk mengatasi stres pasca-stroke belum berjalan sempurna. Hal ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk solusi berbasis terapi yang dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Penelitian ini memperkenalkan pendekatan baru dengan menggunakan *Healthy mind* dan *personal emotional freedom technique* untuk mengatasi stres pada pasien stroke iskemik di Indonesia, khususnya di Metro Provinsi Lampung. Ada banyak psikoterapi yang dapat digunakan dalam menghilangkan stres, seperti terapi relaksasi nafas dalam, terapi benson, terapi hipnosis 5 jari, dan lain lain telah tetapi penggunaan HOPE sebagai metode psikoterapi yang memadukan teknik akupresur, dan psikologi untuk meningkatkan kesejahteraan mental pasien stroke iskemik masih jarang diterapkan di konteks lokal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi HOPE terhadap tingkat stres pasien stroke iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Lampung, dan diharapkan memberikan solusi inovatif dalam manajemen stres pasien stroke.

Berdasarkan uraian diatas ,penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh *Healthy Mind of Personal Emotional Freedom Technique* Terhadap Stres Pasien Stroke Iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025 “.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan data diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut. “ Apakah Ada Pengaruh Pemberian *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedoom Technique* Terhadap Terhadap Stres Pasien Stroke Iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025 “.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan Umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedoom Technique* Terhadap Stres Pasien Stroke Iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Diketahui karakteristik reseponden pasien stroke iskemik sebagai responden di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025
- b. Diketahui stres pasien stroke iskemik sebelum diberikan terapi *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedoom Technique* di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025.
- c. Diketahui stres pasien stroke iskemik setelah diberikan terapi *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedoom Technique* di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025
- d. Diketahui pengaruh *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedoom Technique* terhadap tingkat stres pasien stroke iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman prosedur serta menyusun laporan penelitian yang baik dan akurat di bidang keperawatan. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemahaman tentang implementasi intervensi keperawatan khususnya pengaruh pemberian terapi *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedom Technique* terhadap penurunan stres pasien stroke iskemik.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini sebagai bahan rujukan dan bahan pustaka bagi mahasiswa agar dapat menjelaskan bagaimana pengaruh pemberian terapi *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedom Technique* terhadap penurunan stres pasien stroke iskemik, sehingga bisa dijadikan informasi terkait intervensi yang dapat dilakukan pada penderita stroke iskemik yang mengalami stres.

a. Bagi RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Lampung

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan oleh institusi pelayanan kesehatan sebagai bahan masukan bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya khususnya dalam memberikan Terapi *Healthy Mind Of Emotional Freedom Technique*. Selain itu digunakan sebagai informasi bagi petugas kesehatan sehingga dapat menjadi pertimbangan dalam pemilihan terapi dalam penanganan bentuk kerjasama antar profesi keperawatan.

b. Bagi Institusi Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan, bacaan, dan referensi diperpustakaan untuk menambah wawasan dalam memberikan asuhan keperawatan bagi mahasiswa sarjana terapan keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan bahan penelitian dan bahan dasar bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti kembali pemberian Terapi *Healthy Mind Of Personal Emotional Freedom Technique* pada stroke iskemik.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian ini mengacu pada pengaruh intervensi *Healthy Mind of Personal Emotional Freedom Technique* (HOPE) terhadap tingkat stres pasien stroke iskemik di RSUD Jendral Ahmad Yani Metro Lampung. Penelitian dilakukan pada bulan Mei tanggal 14-28 Mei tahun 2025. Sampel penelitian didapatkan dari pasien yang terdiagnosa stroke iskemik di ruang fisioterapi dan ruang rawat inap yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif *quasi eksperimen* dan rancangan penelitian ini menggunakan rancangan *one group pretest posttest*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.