

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stroke menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang saat ini masih menjadi perhatian utama karena banyak terjadi di masyarakat dan sering menimbulkan kecacatan serta kematian. Kondisi ini muncul akibat gangguan pada sistem saraf yang terjadi karena suplai darah ke otak mengalami hambatan, baik karena penyumbatan maupun perdarahan. Kondisi tersebut sering kali tidak disadari sejak awal sehingga dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti kelemahan otot, kelumpuhan, gangguan kemampuan berbicara, hingga penurunan kemampuan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Kaniawan et al., 2025). Salah satu kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami stroke adalah individu berusia di atas 45 tahun. Pada kelompok usia ini perubahan fisiologis yang terjadi meliputi penurunan kemampuan pembuluh darah untuk mempertahankan elastisitasnya, peningkatan tekanan darah, serta adanya penyakit penyerta yang dapat memperbesar risiko terjadinya stroke. Selain itu, gaya hidup yang kurang baik, seperti kurang berolahraga dan penerapan pola makan yang tidak seimbang, turut menjadi faktor risiko, dan tingkat stres yang tinggi, juga berperan sebagai faktor pencetus utama.

Stroke menjadi permasalahan kesehatan yang serius di berbagai negara. Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 menunjukkan bahwa, stroke adalah gangguan pada sistem saraf yang muncul secara tiba-tiba akibat adanya gangguan pada aliran darah ke otak dan menjadi penyebab utama angka

kematian di dunia. Penyakit ini merupakan penyebab kematian terbanyak kedua setelah penyakit jantung koroner, dengan jumlah kasus mencapai sekitar 15 juta orang setiap tahunnya (Lisdiana, 2023).

Di Indonesia, stroke juga masih menjadi masalah kesehatan yang sangat penting. Berdasarkan data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan di bawah Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, stroke menjadi penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan adanya peningkatan prevalensi stroke dari 8,3 per 1.000 penduduk pada tahun 2007 menjadi 12,1 per 1.000 penduduk pada tahun 2019. Selain itu, data Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, diketahui bahwa prevalensi stroke mencapai 10,9 kasus per 1.000 penduduk dan angka tersebut terus menunjukkan peningkatan dalam beberapa tahun terakhir (Lisdiana, 2023).

Di tingkat Provinsi Jawa Timur, angka kejadian stroke masih tergolong tinggi dan masih termasuk salah satu masalah kesehatan penting yang memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada tingginya angka kesakitan, tetapi juga meningkatkan angka kematian akibat stroke. Fenomena tersebut terlihat di rumah sakit umum Bondowoso sebagai salah satu yang menangani banyak kasus stroke. Tingginya jumlah pasien stroke yang menjalani perawatan menunjukkan besarnya beban penyakit ini, oleh karena itu diperlukan tindakan intervensi yang sesuai untuk membantu meningkatkan kualitas hidup pasien (Nuriya et al., 2026).

Penurunan kekuatan otot termasuk salah satu gangguan yang banyak ditemukan pada penderita stroke dan menjadi kondisi yang cukup serius. Keadaan

ini biasanya terjadi akibat menurunnya kekuatan otot pada salah satu sisi tubuh (hemiparesis) yang menyebabkan keterbatasan dalam bergerak. Jika tidak mendapatkan penanganan rehabilitasi yang optimal, kondisi tersebut dapat menghambat proses pemulihan. Selain itu, kurangnya pemahaman pasien maupun keluarga mengenai pentingnya latihan fisik dapat menyebabkan fungsi otot terus menurun. Apabila tidak segera ditangani, kelemahan otot dapat berkembang menjadi berbagai komplikasi, seperti kekakuan sendi, kontraktur, hingga atrofi otot (Serinah et al., 2025).

Selama menjalani perawatan, banyak pasien yang belum memperoleh intervensi rehabilitatif secara optimal. Keterbatasan tenaga kesehatan, minimnya edukasi, serta rendahnya tingkat kepatuhan pasien dalam melakukan latihan menjadi beberapa faktor penghambat. Di samping itu, pasien sering kali merasa takut atau tidak yakin untuk melakukan latihan sehingga enggan menggerakkan bagian tubuh yang mengalami kelemahan. Dukungan keluarga yang kurang maksimal dalam membantu pelaksanaan latihan juga dapat menyebabkan proses pemulihan fungsi motorik berjalan lebih lambat (Nuriya et al., 2026).

Salah satu tindakan rehabilitasi yang mampu digunakan untuk menangani masalah tersebut adalah pemberian latihan *Range of Motion* (ROM). ROM merupakan bentuk terapi nonfarmakologis yang mampu meningkatkan kekuatan serta fungsi otot pada pasien stroke secara efektif. Latihan ini bertujuan untuk menjaga atau meningkatkan rentang gerak sendi sehingga tetap berada dalam batas normal. ROM dapat dilakukan secara aktif, yaitu ketika pasien menggerakkan anggota tubuhnya sendiri, maupun secara pasif dengan bantuan perawat atau anggota keluarga (Fidiastuti & Kartikasari, 2024). Secara fisiologis, latihan ROM

berperan dalam menjaga kelenturan sendi serta meningkatkan aliran darah ke seluruh tubuh, dan membantu mencegah terjadinya komplikasi akibat imobilisasi.

Pemberian latihan *Range of Motion* (ROM) secara teratur memiliki peran penting dalam mencegah berbagai komplikasi yang timbul akibat keterbatasan mobilisasi, seperti terjadinya kontraktur pada sendi, luka tekan (dekubitus), dan atrofi otot. Dari aspek neurologis, latihan ini juga mampu menstimulasi neuroplastisitas, yaitu kemampuan otak untuk membentuk dan memperkuat koneksi saraf baru sebagai mekanisme adaptasi terhadap kerusakan jaringan otak akibat stroke. Oleh karena itu, manfaat latihan ROM tidak hanya terbatas pada peningkatan kondisi fisik, tetapi juga mendukung proses pemulihan fungsi motorik secara bertahap. Pelaksanaan latihan ROM yang dilakukan dengan benar, konsisten, dan berkesinambungan telah terbukti efektif dalam meningkatkan kekuatan otot serta mendorong kemandirian pasien dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Fidiastuti & Kartikasari, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai penerapan latihan *Range of Motion* (ROM) sebagai salah satu upaya guna meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke, khususnya di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan dalam pengembangan intervensi keperawatan yang lebih efektif, sekaligus berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien stroke.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi latihan *Range Of Motion* (ROM) dalam meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan implementasi latihan *Range Of Motion* (ROM) untuk meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke yang dirawat di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mendeskripsikan kekuatan otot sebelum implementasi latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien stroke.
- 2) Mendeskripsikan kekuatan otot sesudah implementasi latihan *Range Of Motion* (ROM) pada pasien stroke.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Untuk meningkatkan atau menambah pengetahuan dan pengembangan ilmu keperawatan tentang implementasi latihan *Range Of Motion* (ROM) dalam meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi Pasien

Latihan *Range of Motion* (ROM) dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif, sederhana, dan mudah dilakukan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke di RSUD dr. H. Koesnadi Bondowoso. Dengan latihan yang teratur, pasien diharapkan mampu meningkatkan kemandirian dalam aktivitas sehari-hari.

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan dasar pengembangan penelitian selanjutnya terkait intervensi rehabilitasi, khususnya latihan *Range of Motion* (ROM), baik dengan variasi metode, durasi latihan, maupun pada karakteristik responden yang berbeda.

