

**HUBUNGAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN TINGKAT KEMANDIRIAN PADA KONDISI HEMIPARESE PASCA STROKE****THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF MANAGEMENT AND THE LEVEL OF INDEPENDENCE IN POST STROKE HEMIPARESE CONDITIONS****Cory Apolena Amelia Saud¹, James WH Manik^{2*}, Beriman Rahmansyah³**^{1,2,3}Universitas Kristen IndonesiaE-mail: james.wamanik@uki.ac.id^{2*}**Abstrak**

Latar Belakang: Stroke termasuk satu dari beberapa pemicu utama kematian dan kecacatan di dunia, yang berdampak besar pada kemandirian dan kualitas hidup para penderitanya. Tujuan: Penelitian ini bertujuan guna mengkaji hubungan antara kemampuan pengelolaan diri atau *self management* dan tingkat kemandirian pada pasien yang mengalami hemiparesis pasca stroke. Metode: Metode yang dipergunakan pada penelitian ini yaitu metode korelasional kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, data dikumpulkan dari 30 pasien pasca stroke yang mendapatkan pelayanan fisioterapis di Klinik Mandiri Center pusat dan cabang Jakarta. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Southampton Stroke Self-Management Questionnaire* (SSSMQ) dan *Functional Independence Measurement* (FIM) melalui penggunaan uji korelasi spearman. Hasil: Hasil penelitian *self management* dan tingkat kemandirian sebesar $r= 0,564$, dengan nilai signifikan $p= 0,001$ berarti adanya hubungan positif yang signifikan antara *self management* dengan tingkat kemandirian, yang berarti kemampuan *self management* yang lebih baik berkaitan dengan kemandirian yang lebih tinggi dalam aktivitas sehari-hari setelah stroke. Temuan ini menekankan pentingnya peningkatan *self management* untuk mendukung hasil yang lebih baik terhadap kemandirian pada pasien pasca stroke.

Kata Kunci: *Self Management*, Stroke, Tingkat Kemandirian.

Abstract

Background: Stroke remains a major global contributor to both mortality and long-term disability, often leading to significant decline in an individuals autonomy and overall quality of life. This study seeks to explore the correlation between self-management abilities and the degree of functional independence among patients experienceing post-stroke hamipariesis. Methods: The methodology use in this study is a quantitative correlational method with a cross sectional approach, data were collected from 30 post-stroke patients who received physiotherapist services at the Mandiri Center Clinic center and Jakarta branch. The research instrument used the Southampton Stroke Self-Management Questionnaire (SSSMQ) and Functional Independence Measurement (FIM) questionnaires using the Spearman correlation test. Results: The results of the study of self management and the level of independence of $r = 0.564$, with a significant value of $p = 0.001$ means that there is a significant positive relationship between self management and the level of independence, which means that better self- management skills are associated with higher independence in daily activities after stroke. These findings emphasize the importance of improving self management to support better outcomes for independence in post-stroke patients.

Keywords: *Self Management, sroke, Level of Independence*

PENDAHULUAN

Hingga saat ini, stroke tetap menduduki posisi kedua sebagai penyebab utama penyakit dengan tingkat kecacatan dan kematian tertinggi di dunia, memengaruhi jutaan orang setiap tahunnya. Menurut data dari WHO, disetiap tahunnya sekitar 15 juta orang di seluruh dunia mengalami stroke, di mana 5 juta di antaranya berakhir pada kematian, bahkan sebanyak 5 juta lainnya hingga cacat permanen. (WHO, 2024).

Penyakit stroke berada diposisi tertinggi yang mengakibatkan kematian di Indonesia. Merujuk pada hasil Riskesdas 2018, prevalensi stroke di Indonesia meningkat dari 7 per 1.000 penduduk di tahun 2013 menjadi 10,9 per 1.000 penduduk pada tahun 2018 (kemenkes RI,2023). Saat ini penduduk di Indonesia tercatat sebesar 830 per 100.000 penduduk, dengan 600 per 100.000 penduduk yang telah didiagnosa tenaga kesehatan. Provinsi Aceh mencatatkan prevalensi stroke tertinggi, yaitu 16,6 per mil, sementara Papua memiliki prevalensi terendah dengan angka 3,8%. (Kemenkes RI, 2017).

Stroke merupakan kondisi klinis yang terlihat dari defisit neurologis, baik fokal hingga global, yang muncul secara mendadak dan berlangsung 24 jam

ataupun lebih, atau kurang dari 24 jam, yang dapat berujung pada kematian. Kondisi ini diakibatkan gangguan pada pembuluh darah. (Easton, 1997).

Kemandirian dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk menjalani kehidupan sehari-hari tanpa menggantungkan dirinya ke orang lain. Namun, pada pasien pasca- stroke, fungsi pergerakan anggota tubuh sering mengalami penurunan akibat gejala sisa, seperti kelumpuhan di salah satu kaki atau tangan, serta dampak pada wajah, penglihatan, dan berbicara. Kondisi ini sangat memengaruhi kemandirian ketika melaksanakan kesehariannya, seperti makan, mandi, berpakaian, serta buang air kecil dan besar. Penurunan fungsi ini disebabkan oleh kerusakan pada saraf motorik, yang berimbas pada gangguan fungsi sensorik dan motorik serta berujung pada penurunan aktivitas. (Laili & Tauhid, 2023).

Self Management, atau manajemen diri, adalah keterampilan individu guna teratasinya gejala, menjalani perawatan, serta menangani efek fisik dan psikologis yang muncul, sekaligus beradaptasi dengan perubahan gaya hidup. Konsep ini mencakup beberapa komponen kunci, seperti penyelesaian permasalahan,

pengambilan keputusan, pemanfaatan sumber daya, dan interaksi antara klien dengan petugas kesehatan. Semua ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengelola kehidupannya setelah mengalami stroke. Keberhasilan dalam perawatan diri dipengaruhi oleh faktor individu, intervensi medis, serta fasilitas dan lingkungan yang mendukung pasien pasca- stroke (Marviana et al., 2020)

Salah satu faktor pengaruh *self management* pasien paska stroke adalah tingkat kemandirian yang dimiliki. Penelitian terdahulu oleh Laili, N et al (2023) tentang hubungan *self management* dan tingkat kemandirian pada 52 pasien paska stroke, menunjukkan hasil hubungan yang signifikan. Penelitian ini bertujuan agar diketahui hubungan *self management* dengan tingkat kemandirian pada pasien pasca stroke yang telah mendapat penanganan fisioterapi di Klinik Mandiri *Center Stroke and Neuro Rehabilitation*.

METODE

Penelitian ini berjenis kuantitatif melalui pendekatan *cross sectional*. Tujuan penelitian ini guna mengukur hubungan antara dua variabel, yaitu *Self Management* dan tingkat kemandirian

pasien pasca stroke yang dilakukan pada bulan Maret sampai April 2025 di klinik Mandiri *Center Stroke and Neuro Rehabilitation* di Pulo Mas Jakarta Timur. Independent variable dalam studi ini ialah *self management* dan dependent variable yaitu tingkat kemandirian. Penelitian ini menggunakan total populasi sehingga populasi dalam penelitian ini ialah seluruh penderita stroke yang mendapatkan pelayanan fisioterapi di klinik Mandiri *Center Stroke and Neuro Rehabilitation* di daerah Pulo Mas Jakarta Timur sebanyak 30 sampel. Pengambilan sampel total populasi berarti melalui pelibatan seluruh anggota dari kelompok yang menjadi fokus penelitian, yakni responden dengan karakteristik tertentu. Biasanya, cara ini dipergunakan ketika responden yang diteliti lebih sedikit jumlahnya dan anggotanya mempunyai ciri-ciri khusus yang cukup jelas (Leonardo, 2025). Pelaksanaan penelitian ini tanggal 25 Maret 2025 hingga 3 April 2025 di klinik Mandiri *Center Stroke and Neuro Rehabilitation* dengan kriteria inklusi; serangan stroke pertama atau lebih, tingkat kesadaran komposmentis, pasien kooperatif, penderita telah mengalami stroke 6 bulan atau lebih, dan kriteria

eksklusi yaitu pasien dengan deformitas berat.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian FIM (*Functional Independence Measurement*) untuk menilai tingkat kemandirian dan SSSMQ (*The Southampton Stroke Self-Management Questionnaire*) untuk menilai *self management*. Data yang sudah terkumpul lalu diuji univariat dan bivariat mempergunakan perangkat lunak IBM SPSS 25. Proses pengolahan data yaitu melakukan uji normalitas dan uji hipotesis pada data kedua variabel untuk melihat bahwa sebaran data tersebut bersifat normal atau tidak selanjutnya dilakukan uji korelasi. Uji univariat dilakukan untuk melihat distribusi data pada karakteristik umum responden. Pada penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan teknik *Shapiro Wilk* selanjutnya dilakukan uji non parametrik dikarenakan data tidak terdistribusi secara normal maka dilakukan *spearman rho*. (Pallant, 2020)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Umum Responden

Tabel 1 menunjukkan bahwa angka kejadian stroke umum terjadi pada laki-laki (53,3%) di banding perempuan (46,7%). Sebagian besar responden yang

usianya melampaui 60 tahun lebih rentan terkena stroke (46,7%). Distribusi tipe stroke menunjukkan bahwa lebih banyak responden mengalami stroke iskemik (53,3%) dibandingkan stroke hemoragik (46,7%) diantaranya terdapat lebih banyak hemiparese sinistra (53,3%) dibanding hemiparese dextra (46,7%) serta sebagian besar responden memiliki fungsi kognitif yang baik (56,7%) meskipun ada proporsi yang signifikan mengalami gangguan kognitif (43,3%).

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	16	53,3
perempuan	14	46,7
Usia		
40-50 tahun	6	20,0
51-60 tahun	10	33,3
>60	14	46,7
Tipe Stroke		
Hemoragic	14	46,7
Iskemik	16	53,3
Hemiparese		
Dextra	14	46,7
sinistra	16	53,3
Kognitif		
Baik	17	56,7
Terganggu	13	43,3

Uji Normalitas

Tabel 2. Hasil analisis korelasi rank spearman.

Parameter Uji	Hasil Uji Normalitas	Keterangan
<i>Self management</i>	0.001	Tidak terdistribusi normal

Tingkat kemandirian	0.003	Tidak terdistribusi normal
---------------------	-------	----------------------------

Hasil uji pada tabel 2 menunjukkan bahwa data self management dengan p value = 0,001 dan tingkat kemandirian p value = 0,003 yaitu kedua data tidak terdistribusi normal.

Uji Korelasi *Self Management* Dengan Tingkat Kemandirian

Tabel 3. memperlihatkan koefisien korelasi antara *self management* dan tingkat kemandirian sebesar 0.564 bernilai signifikan 0.001 ($p < 0,05$), yang mana didapati simpulan bahwasanya terdapat korelasi positif yang signifikan.

Tabel.3 Hasil analisis korelasi rank spearman.

Variabel	Koefisien Korelasi	<i>P Value</i>	Keterangan
<i>Self Management</i> Tingkat Kemandirian	0.564	<i>P Value</i>	Ada hubungan

Responden berjenis kelamin laki-laki lebih banyak terkena stroke yaitu 53,3% daripada perempuan yaitu 46,7%. Terdapat perbedaan dalam aktivitas antara pria dan wanita yang menyebabkan kecenderungan munculnya penyakit tertentu pada individu, salah satunya stroke. Faktor-faktor aktivitas fisik pria yang meningkatkan risiko terkena stroke meliputi kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol, hipertensi, dan kadar trigliserida yang

tinggi (Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit RI, 2019 dalam Rismawan dkk, 2021). Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa karakteristik umum responden yang berusia lebih dari 60 tahun menempati presentase sedikit lebih tinggi yaitu 46,7% meskipun proporsi usia lebih dari 50 tahun juga sedikit lebih banyak yaitu 33,3 % yang mengalami stroke. Penelitian ini mengindikasikan bahwa risiko stroke lebih tinggi pada orang yang lebih tua daripada yang lebih muda. Penemuan ini mendukung teori degeneratif yang menyatakan bahwa aterosklerosis sebagai penyebab terjadinya stroke akibat perubahan struktur dan fungsi pembuluh darah, termasuk perubahan pada diameter lumen, ketebalan dinding pembuluh darah, kekuatan dinding, serta fungsi endotelium. (Made et al., 2019).

Dari karakteristik jenis stroke responden dalam penelitian ini menunjukkan stroke iskemik lebih banyak daripada stroke hemoragik. Hal ini selaras dengan temuan Haiga dkk. di RSUP Dr. M. Djamil Padang yang menemukan bahwa kasus stroke iskemik lebih banyak dibanding stroke hemoragik dengan presentase masing masing 57,6% dan 42,4%. (Haiga et al., 2022).

Penelitian Hsieh dan Chiou di Taiwan yang melibatkan 30.599 pasien stroke memberikan gambaran jelas. Mayoritas pasien, sekitar 74%, mengalami stroke iskemik. Sisanya, 26% menderita stroke hemoragik. (Hsieh & Chiou, 2014). Sementara, data responden tentang sisi tubuh yang mengalami kelemahan menunjukkan kelemahan pada sisi tubuh sebelah kiri lebih banyak dibanding sisi kanan. Menurut artikel yang diunggah pada laman *American Heart Association* (AHA) bahwa stroke iskemik lebih sering terjadi di sisi kiri otak dibandingkan sisi kanan, dengan proporsi sekitar 57,7% pada sisi kiri (dengan interval kepercayaan 95% antara 53,7 sampai 61,6). Pola serupa juga ditemukan pada TIA (Transient Ischemic Attack), di mana 57,8% terjadi di sisi kiri dengan rentang kepercayaan 53,4 sampai 62,3. Namun, hasil penelitian yang dilakukan menggunakan MRI tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sisi kiri dan kanan dalam hal infark serebral (Portegies et al., 2025).

Berdasarkan hasil analisis korelasi ($r= 0,564$, $p= 0,000$) menunjukkan hubungan yang kuat antara kemampuan seseorang dalam *self management* dengan tingkat kemandirian yang dimilikinya, terutama pada pasien yang sedang

menjalani pemulihan pasca stroke. Artinya, jika kemampuan *self management* semakin baik, kualitas hidup juga semakin meningkat. Penelitian ini selaras dengan temuan Laili dan Taukhid tentang hubungan *self management* dengan tingkat kemandirian *activity daily living* (ADL) pada penderita pasca stroke dengan 52 responden memperoleh hasil p value 0,001 artinya ada keterkaitan *Self Management* dengan tingkat mandiri di penderita pasca Stroke (Laili & Taukhid, 2023).

Self management adalah kemampuan seseorang agar terhindar dari gejala, pengobatan, efek fisik dan psikologis, serta perubahan gaya hidup (Marviana et al., 2020). *Self Management* seseorang akan lebih baik karena terdapat suatu usaha dan motivasi yang timbul di diri seseorang. Kemampuan motorik serta kemampuan keseimbangan dan koordinasi gerak yang lebih memadai menjadi salah satu faktor yang sangat mendukung terhadap tingkat kemandirian seseorang melalui *self management* yang baik. Jika individu mampu mengelola dirinya sebaik mungkin, yang mana seseorang itu berkemampuan *self management* yang baik. Kemudian membuat status fungsional seseorang ketika beraktivitas sehari hari meningkat

atau baik. Status fungsional adalah kemampuan ketika menjalani kesehariannya yang diperlukan ketika berkegiatan seperti kegiatan fisik serta fungsi sosial dan kognitif (Laili & Taukid, 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa terkait hubungan *self management* dengan tingkat kemandirian maka dapat disimpulkan bahwasanya ada hubungan secara signifikan diantara *self management* dengan tingkat kemandirian pada pasien dengan kondisi hemiparese pasca stroke. Dapat dikatakan bahwa pasien dengan kemampuan *self management* baik cenderung mempunyai tingkat kemandirian yang baik ketika menjalani kesehariannya. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, tipe stroke, hemiparese, dan kognitif juga dapat mempengaruhi *self management* dan tingkat kemandirian pada kondisi hemiparese pasca stroke. Penelitian berikutnya mampu mengembangkan tentang karakteristik individu yang mempengaruhi *self management* dan tingkat kemandirian khususnya pada ekstremitas yang dominan dalam aktivitas sehari-hari dan sensomotor integrasi.

REFERENSI

- Easton, J. D. (1997). Epidemiology of Stroke Recurrence. *Cerebrovascular Diseases*, 7(1), 2–4. <https://doi.org/10.1159/000108229>
- Haiga, Y., Prima Putri Salman, I., & Wahyuni, S. (2022a). Perbedaan Diagnosis Stroke Iskemik dan Stroke Hemoragik dengan Hasil Transcranial Doppler di RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Scientific Journal*, 1(5), 391–400. <https://doi.org/10.56260/sciena.v1i5.72>
- Haiga, Y., Prima Putri Salman, I., & Wahyuni, S. (2022b). Perbedaan Diagnosis Stroke Iskemik dan Stroke Hemoragik dengan Hasil Transcranial Doppler di RSUP Dr. M. Djamil Padang. *Scientific Journal*, 1(5), 391–400. <https://doi.org/10.56260/sciena.v1i5.72>
- Hsieh, F.-I., & Chiou, H.-Y. (2014). Stroke: Morbidity, Risk Factors, and Care in Taiwan. *Journal of Stroke*, 16(2), 59. <https://doi.org/10.5853/jos.2014.16.2.59>
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Rencana Aksi Nasional Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak*

- Menular 2015 - 2019*. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. <https://repository.kemkes.go.id/book/615>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *World Stroke Day 2023, Greater Than Stroke, Kenali dan Kendalikan Stroke*. Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan. <https://keslan.kemkes.go.id/read/1443/>
- Laili, N., & Taukhid, M. (2023). HUBUNGAN SELF MANAGEMENT DENGAN TINGKAT KEMANDIRIAN ACTIVITY DAILY LIVING (ADL) PADA PENDERITA PASCA STROKE. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 19(1), 70. <https://doi.org/10.26753/jikk.v19i1.1092>
- Milana Napitupulu, R. (t.t.). *MANFAAT AKTIFITAS FISIK TERHADAP FUNGSI KOGNITIF LANSIA: KAJIAN LITERATUR THE BENEFITS OF PHYSICAL ACTIVITY ON THE COGNITIVE FUNCTION OF THE ELDERLY: A STUDY LITERATURE*. <http://ejournal.uki.ac.id/index.php/hfj/index>
- Napitupulu, R. (2024). HUBUNGAN ANTARA TANGGUNG JAWAB KESEHATAN PRIBADI DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA MAHASISWA FISIOTERAPI. *HelFin Journal*, 1(1), 65–72. <https://doi.org/10.33541/helfin.v1i1.5568>
- Pallant, J. (2020). *SPSS Survival Manual*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003117452>
- Portegies, M. L. P., Selwaness, M., Hofman, A., Koudstaal, P. J., Vernooij, M. W., & Ikram, M. A. (2015). Left-Sided Strokes Are More Often Recognized Than Right-Sided Strokes. *Stroke*, 46(1), 252–254. <https://doi.org/10.1161/STROKEAHA.114.007385>
- Statistics How To: Elementary Statistics for the rest of us!* (t.t.). Diambil 15 Januari 2026, dari <https://www.statisticshowto.com/>
- Sultradewi Kesuma, N. M. T., Krismashogi Dharmawan, D., & Fatmawati, H. (2019). Gambaran faktor risiko dan tingkat risiko stroke iskemik berdasarkan stroke risk scorecard di RSUD Klungkung. *Intisari Sains Medis*, 10(3).

<https://doi.org/10.15562/ism.v10i3.3>

97

WHO EMRO - Stroke, Cerebrovascular

accident. (t.t.). Diambil 15 Januari

2026, dari

<https://www.emro.who.int/health->

[topics/stroke-cerebrovascular-](https://www.emro.who.int/health-topics/stroke-cerebrovascular-)

[accident/](https://www.emro.who.int/health-topics/stroke-cerebrovascular-accident/)