

EDUKASI PROGRAM LATIHAN FISIOTERAPI PADA PENDERITA STROKE DI RS EFARINA BERASTAGI

Physiotherapy Exercise Program Education For Stroke Patients At Efarina Hospital, Berastagi

Muliati¹, Marolop Parlindungan Napitu², Isa Harpika Br. Ginting³, Rodearni Damanik⁴

^{1,2,3,4}**Universitas Efarina, Indonesia**

***¹Email: centerkaryasuci.070113@gmail.com**

²Email: isaharpikaginting@gmail.com

Abstract

Stroke is a leading cause of disability and death worldwide, including in Indonesia. Stroke patients often experience impaired motor and sensory function, as well as limitations in daily activities, requiring ongoing rehabilitation treatment. Physiotherapy plays a crucial role in improving the quality of life of stroke patients through structured and ongoing exercise programs. This community service activity aims to provide education about physiotherapy exercise programs to stroke patients at Efarina Hospital in Berastagi. The methods used include counseling, exercise demonstrations, and direct support for patients and their families. The results of the activity indicate an increase in patient and family understanding of the importance of physiotherapy exercises and increased participation in independent exercise. Thus, the education provided can optimally support the rehabilitation process for stroke patients.

Keywords: Education; Physiotherapy; Stroke Patients

Abstrak

Stroke merupakan salah satu penyebab utama kecacatan dan kematian di dunia, termasuk di Indonesia. Pasien stroke sering mengalami gangguan fungsi motorik, sensorik, serta keterbatasan aktivitas sehari-hari yang memerlukan penanganan rehabilitatif secara berkelanjutan. Fisioterapi memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien stroke melalui program latihan yang terstruktur dan berkesinambungan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai program latihan fisioterapi kepada penderita stroke di RS Efarina Berastagi. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi latihan, serta pendampingan langsung kepada pasien dan keluarga. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman pasien dan keluarga mengenai pentingnya latihan fisioterapi serta peningkatan partisipasi dalam melakukan latihan mandiri. Dengan demikian, edukasi yang diberikan mampu mendukung proses rehabilitasi pasien stroke secara optimal

Kata Kunci: Edukasi; Fisioterapi; Penderita Stroke

PENDAHULUAN

Stroke merupakan kondisi gangguan fungsi otak yang terjadi secara mendadak akibat gangguan aliran darah ke otak, baik karena sumbatan (stroke iskemik) maupun perdarahan (stroke hemoragik). Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai dampak seperti kelemahan otot, gangguan bicara, hingga ketergantungan dalam aktivitas sehari-hari (Hisni et al., 2022).

Rehabilitasi pasca stroke menjadi aspek penting dalam proses pemulihan pasien.

Salah satu intervensi utama adalah fisioterapi, yang bertujuan untuk mengembalikan fungsi gerak, meningkatkan kekuatan otot, serta memaksimalkan kemandirian pasien. Namun, masih banyak pasien dan keluarga yang kurang memahami pentingnya latihan fisioterapi secara rutin (Aditya et al., 2022).

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dilakukan edukasi mengenai program latihan fisioterapi kepada penderita stroke di RS Efarina Berastagi agar pasien dan keluarga mampu melanjutkan latihan secara mandiri di rumah (Kadek et al., 2024).

Tingginya angka kejadian stroke di Indonesia menjadi perhatian serius dalam bidang kesehatan. Banyak pasien stroke mengalami keterbatasan jangka panjang akibat kurangnya rehabilitasi yang optimal (Arianti et al., 2016). Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan rehabilitasi adalah pengetahuan dan kepatuhan pasien terhadap program latihan (Susilo et al., 2023).

Di RS Efarina Berastagi, ditemukan bahwa sebagian pasien stroke belum memahami teknik latihan fisioterapi yang benar serta pentingnya konsistensi dalam melakukan latihan. Selain itu, keterlibatan keluarga dalam mendukung proses rehabilitasi juga masih terbatas.

Oleh karena itu, diperlukan suatu kegiatan edukasi yang sistematis dan aplikatif untuk meningkatkan pemahaman pasien dan keluarga mengenai latihan fisioterapi sebagai bagian dari proses pemulihan stroke (Setiawan & Barkah, 2022). Berdasarkan observasi awal di RS Efarina Berastagi, terdapat beberapa permasalahan utama yang dihadapi pasien stroke, antara lain:

1. Kurangnya pemahaman mengenai pentingnya fisioterapi dalam pemulihan.
2. Ketidaktahuan tentang jenis latihan yang sesuai dengan kondisi pasien.
3. Minimnya keterlibatan keluarga dalam membantu latihan pasien.
4. Rendahnya kepatuhan pasien dalam melakukan latihan secara rutin.
5. Terbatasnya waktu interaksi antara tenaga kesehatan dan pasien.

Situasi ini menunjukkan perlunya intervensi berupa edukasi dan pendampingan untuk meningkatkan kesadaran serta kemampuan pasien dalam melakukan latihan fisioterapi secara mandiri.

Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

1. Meningkatkan pengetahuan pasien stroke mengenai pentingnya fisioterapi.
2. Memberikan pemahaman tentang teknik latihan yang benar.
3. Meningkatkan keterlibatan keluarga dalam proses rehabilitasi.
4. Mendorong pasien untuk melakukan latihan secara rutin dan mandiri.
5. Mendukung peningkatan kualitas hidup pasien stroke.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di RS Efarina Berastagi dengan metode sebagai berikut:

1. Penyuluhan (Edukasi)
Memberikan penjelasan mengenai stroke, dampaknya, serta pentingnya fisioterapi dalam pemulihan (Situmorang, 2021).
2. Demonstrasi Latihan
Memperagakan secara langsung berbagai latihan fisioterapi yang dapat dilakukan oleh pasien, seperti latihan rentang gerak (ROM), latihan keseimbangan, dan latihan penguatan otot.

3. Pendampingan Praktik
Pasien dan keluarga diberikan kesempatan untuk mempraktikkan latihan dengan bimbingan langsung dari tenaga fisioterapi.
4. Diskusi dan Tanya Jawab
Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya dan berdiskusi terkait kendala yang dihadapi.
5. Evaluasi
Melakukan evaluasi terhadap pemahaman dan kemampuan peserta dalam melakukan latihan (Rahmawati et al., 2023).

HASIL

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di RS Efarina Berastagi berlangsung dengan lancar dan mendapatkan respon yang cukup baik dari pasien maupun keluarga. Kegiatan ini diikuti oleh sejumlah pasien stroke rawat jalan dan rawat inap yang berada dalam fase rehabilitasi, serta anggota keluarga yang berperan sebagai pendamping.

Secara umum, hasil kegiatan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Peningkatan Pengetahuan Peserta

Sebelum kegiatan dilaksanakan, sebagian besar peserta belum memahami secara menyeluruh mengenai pentingnya fisioterapi dalam pemulihan stroke. Setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan pemahaman yang signifikan, terutama terkait tujuan latihan, jenis latihan, serta manfaat latihan yang dilakukan secara rutin.

2. Peningkatan Keterampilan Praktik Latihan

Melalui sesi demonstrasi dan praktik langsung, pasien mulai mampu melakukan beberapa jenis latihan dasar seperti latihan rentang gerak (Range of Motion/ROM), latihan penguatan otot, serta latihan koordinasi sederhana. Sebagian pasien yang awalnya ragu menjadi lebih percaya diri dalam melakukan latihan.

3. Keterlibatan Keluarga yang Lebih Aktif

Keluarga pasien menunjukkan peningkatan peran dalam membantu pasien selama latihan. Mereka tidak hanya menjadi pengamat, tetapi juga ikut mempraktikkan cara membantu pasien dalam melakukan latihan dengan aman.

4. Peningkatan Motivasi Pasien

Pasien menunjukkan antusiasme yang lebih tinggi dalam mengikuti kegiatan. Hal ini terlihat dari partisipasi aktif selama sesi tanya jawab dan keinginan untuk mencoba latihan secara mandiri.

5. Perubahan Sikap terhadap Rehabilitasi

Sebelum kegiatan, beberapa pasien menganggap latihan fisioterapi hanya perlu dilakukan saat berada di rumah sakit. Setelah edukasi, pasien mulai memahami pentingnya latihan secara berkelanjutan di rumah.

6. Kemampuan Mengidentifikasi Latihan yang Sesuai

Pasien dan keluarga mulai mampu membedakan jenis latihan yang sesuai dengan kondisi pasien, termasuk memahami batasan gerakan agar tidak menimbulkan cedera.

7. Evaluasi Pemahaman Peserta

Berdasarkan evaluasi sederhana melalui tanya jawab, sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali materi yang telah diberikan, termasuk langkah-

langkah latihan yang benar.

PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi program latihan fisioterapi ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang disertai praktik langsung sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan pasien stroke. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran orang dewasa (adult learning), di mana peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan secara aplikatif dan relevan dengan kebutuhan mereka.

Peningkatan pengetahuan yang terjadi pada peserta merupakan langkah awal yang penting dalam proses rehabilitasi. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap dan perilaku pasien dalam menjalankan program latihan. Dalam konteks ini, edukasi tidak hanya berfungsi sebagai transfer informasi, tetapi juga sebagai upaya perubahan perilaku (behavior change).

Selain itu, metode demonstrasi dan praktik langsung terbukti memberikan dampak yang signifikan. Pasien yang sebelumnya tidak mengetahui cara melakukan latihan menjadi lebih memahami melalui contoh visual dan bimbingan langsung. Hal ini penting karena kesalahan dalam melakukan latihan dapat menghambat proses pemulihan bahkan berpotensi menyebabkan cedera.

Keterlibatan keluarga dalam kegiatan ini menjadi salah satu faktor kunci keberhasilan. Dalam rehabilitasi stroke, keluarga memiliki peran sebagai caregiver yang membantu pasien dalam aktivitas sehari-hari, termasuk latihan fisioterapi. Dengan adanya edukasi, keluarga menjadi lebih percaya diri dalam mendampingi pasien dan mampu memberikan dukungan yang lebih optimal.

Motivasi pasien juga mengalami peningkatan setelah mengikuti kegiatan ini. Motivasi merupakan faktor internal yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan rehabilitasi. Pasien yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih konsisten dalam melakukan latihan. Edukasi yang diberikan mampu membangun kesadaran bahwa latihan fisioterapi merupakan bagian penting dari proses pemulihan, bukan sekadar aktivitas tambahan.

Namun demikian, terdapat beberapa kendala yang ditemukan selama pelaksanaan kegiatan. Salah satunya adalah perbedaan kondisi fisik pasien, di mana tidak semua pasien mampu mengikuti latihan dengan intensitas yang sama. Hal ini menuntut adanya pendekatan individual dalam pemberian latihan. Selain itu, keterbatasan waktu pelaksanaan juga menjadi tantangan dalam memberikan materi secara lebih mendalam.

Faktor lain yang menjadi perhatian adalah keberlanjutan latihan di rumah. Meskipun pasien telah mendapatkan edukasi, konsistensi dalam melakukan latihan masih bergantung pada motivasi individu dan dukungan keluarga. Oleh karena itu, diperlukan strategi lanjutan seperti pemberian media edukasi tambahan (leaflet atau video) agar pasien dapat mengulang materi secara mandiri.

Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi fisioterapi berbasis komunitas atau rumah sakit memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas rehabilitasi pasien stroke. Pendekatan yang melibatkan pasien dan keluarga secara aktif terbukti mampu meningkatkan efektivitas program rehabilitasi.

Ke depan, kegiatan serupa dapat dikembangkan menjadi program berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan multidisiplin, sehingga penanganan pasien

stroke dapat dilakukan secara lebih komprehensif dan berkesinambungan

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi program latihan fisioterapi pada penderita stroke di RS Efarina Berastagi berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif. Edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta motivasi pasien dan keluarga dalam menjalankan program latihan fisioterapi. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan pasien stroke dapat melakukan latihan secara mandiri dan konsisten sehingga mempercepat proses pemulihan serta meningkatkan kualitas hidup.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, P. E., Utami, M. N., & Multazam, A. (2022). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Non-Hemorrhagic Stroke : Studi Kasus. *Physiotherapy Health Science*, 4(1).
- Arianti, W. D., Ginting, S., & Tampubolon, A. C. (2016). HUBUNGAN PENGETAHUAN PASIEN TENTANG STROKE DENGAN KEPATUHAN MENJALANI FISIOTERAPI DI RUANG FISIOTERAPI RSUD DR . PIRNGADI MEDAN TAHUN 2016. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 9(1).
- Hisni, D., Saputri, M. E., & Sujarni. (2022). STROKE ISKEMIK DI INSTALASI FISIOTERAPI RUMAH SAKIT PLUIT JAKARTA UTARA PERIODE TAHUN 2021 Factors related to the event of ischemic stroke in Physiotherapy Installation at Pluit Stroke adalah penyakit atau gangguan fungsional otak berupa kelumpuhan saraf de. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 2(1).
- Kadek, N., Shinta, A., Hendra, M., Nugraha, S., & Wiguna, K. A. (2024). PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS STROKE HEMIPARESE. *Indonesian Journal of Physiotherapy*, 4(2), 70–76.
- Rahmawati, D., Ompusunggu, D., Nainggolan, T., & Richard, B. (2023). The Effect of Career Development, Training, and Motivation on Employee Performance At Pt. Lamtoro Blang Mane Medan. *Jurnal Ekonomi*, Volume 12, No 03, 2023 ISSN: 2301-6280 (Print) ISSN: 2721-9879, 12(03), 81–84.
<http://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/Ekonomi/article/view/2316%0Ahttp://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/Ekonomi/article/download/2316/1695>
- Setiawan, D., & Barkah, A. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Pasien Pasca Stroke Dalam Melakukan Latihan Fisioterapi di Rs. Sukmul Sisma Medika Jakarta Utara Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 1707–1715.
- Situmorang, D. M. (2021). Bimbingan Teknis (Bimtek) Pengawasan Koperasi Se-Kabupaten Bengkayang Kalimantan Barat “Pengembangan Koperasi dari Aspek Akuntansi.” *Abdimas Universal*, 3(1), 14–18.
- Susilo, T. E., Widyastuti, A., Hidayat, R. P., Viorohma, I., Zahra, A., Ayuninggar, L., & Pristianto, A. (2023). Edukasi Program Latihan Fisioterapi Pada Penderita Stroke Di Posyandu Lansia Desa Sanggung. *Community : Jurnal*



Pengabdian Pada Masyarakat, 3(3).