

Analisis Self Care Management Terhadap Lansia Pasca Stroke dalam Peningkatan *Activities of Daily Living* (ADLs): A Systematic Review

Helatul Mardiah

Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid; helatul.mardiah@gmail.com

Vivin Nur Hafifah

Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid; nauravjasmine@yahoo.com

Zainal Munir

Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid; zainalmunirnj@gmail.com

Handono Fatkhur Rahman

Fakultas Kesehatan, Universitas Nurul Jadid; handono.hfc@gmail.com

ABSTRACT

Elderly with stroke tend to have changes in terms of social life. The purpose of this systematic review is to determine the self-care management of the elderly with post-stroke which has an impact on increasing Activities of Daily Living (ADLs). The source database were Google Scholar, Cambridge core, PubMed, and Proquest, with keywords namely self care management in the elderly after stroke. The period of the articles was 2016-2020, with full text in English or Indonesian, so that we get 15 articles. Self care management provided by cadres or families is very important for the elderly with post-stroke to increase knowledge and motivation to be more independent and able to carry out daily activities without assistance.

Keywords: *self-care management; elderly people; stroke; Activities of Daily Living (ADLs)*

ABSTRAK

Lansia dengan stroke cenderung memiliki perubahan dalam segi kehidupan sosial. Tujuan *systematic review* ini adalah mengetahui manajemen perawatan diri lansia dengan pasca-stroke yang memiliki dampak pada peningkatan *Activities of Daily Living* (ADLs). Database sumber adalah *Google Scholar*, *Cambridge core*, *PubMed*, dan *Proquest*, dengan kata kunci yaitu *self care management in the elderly after stroke*. Kurun waktu artikel adalah 2016-2020, dengan teks penuh berbahasa Inggris atau bahasa Indonesia, sehingga didapatkan 15 artikel. *Self care management* yang diberikan oleh kader atau keluarga sangat penting bagi lansia dengan pasca-stroke untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi untuk lebih mandiri dan mampu melakukan aktivitas sehari-hari tanpa bantuan.

Kata kunci: *self-Care management; lansia; stroke; Activities of Daily Living (ADLs)*

PENDAHULUAN

Secara umum, Lansia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas baik pria maupun wanita, masih mampu melakukan pekerjaan dan kegiatan yang dapat menghasilkan barang atau jasa ataupun tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya tergantung pada orang lain. ⁽¹⁾ Dengan lanjutnya usia, kejadian berbagai penyakit sering terjadi pada lansia, seperti halnya kejadian stroke pada lansia yang kerap sekali terjadi di negara Indonesia sehingga mengalami perubahan secara fisik serta sosialnya.

Stroke merupakan suatu kegawat daruratan neurologi yang mendadak (akut) karena oklusi atau hipoperfusi pada pembuluh darah otak, sehingga jika tidak segera diatasi maka akan terjadi kematian sel dalam beberapa menit, kemudian menimbulkan defisit neurologis dan menyebabkan kecacatan hingga kematian. ⁽²⁾

Perubahan sosial yang paling menonjol dengan meningkatnya ke usia lanjut pasca stroke adalah ketidakmampuan merawat diri sendiri dalam kegiatan hidup sehari-harinya (ADLs), misalnya mandi, BAB atau BAK, berpakaian, menyisir rambut, makan, sehingga lambat laun orang tersebut harus dibantu oleh seseorang pengasuh baik formal maupun informal. ⁽¹⁾

Secara garis besar, populasi usia lanjut di Indonesia mengalami peningkatan dimulai dari tahun 2010 sebesar 9,77% dan pada tahun 2020 di proyeksikan menjadi sebesar 11,34%. Sedangkan angka kejadian stroke di Indonesia menurut riskesdas (2013) sebanyak 12,1 per 1000 penduduk. Pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 14,7 per 1000 penduduk. ⁽³⁾ dalam hal peningkatan jumlah penduduk lanjut usia membawa dampak terhadap berbagai aspek kehidupan, baik bagi lansia itu sendiri, keluarga, masyarakat maupun pemerintah. Dampak tersebut dapat dilihat dari konteks kemunduran fungsi organ lansia stroke ataupun pasca stroke sehingga jika dibiarkan, lansia akan rawan terhadap penyakit degeneratif dan memperburuk terhadap kualitas hidup lansia itu sendiri.

Tujuan dari *Systematic Review* ini adalah untuk mengetahui manajemen perawatan diri terhadap lansia pasca stroke yang memiliki dampak dalam peningkatan ADLs.

METODE

Pencarian database meliputi *Google Scholar*, *Cambridge core*, *PubMed*, dan *Proquest* dengan kata kunci *self care management in the elderly after stroke*. Tahap berikutnya adalah menyeleksi artikel sesuai batasan kriteria yaitu terbit pada tahun 2016-2020 dengan teks penuh dan berbahasa Inggris dan berbahasa Indonesia. Dalam penyusunan *systematic review* ini berdasar pada *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Artikel yang telah ditemukan kemudian di sintesis dan dianalisis sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada *systematic review* ini adalah ⁽¹⁾ gambaran manajemen perawatan diri

pada lansia, (2) gambaran intervensi yang dapat meningkatkan ADLs pada lansia, (3) intervensi pada lansia pasca stroke. Sedangkan kriteria eksklusi pada *systematic review* ini adalah artikel yang tidak menggambarkan tentang manajemen perawatan diri ataupun tentang intervensi dalam peningkatan ADLs pada lansia.

Pencarian artikel ini dimulai pada Agustus 2020 dan dilanjutkan analisis tentang manajemen perawatan diri lansia pasca stroke yang memiliki dampak dalam peningkatan ADLs di bulan Agustus 2020. Artikel yang ditemukan dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, dengan kata kunci *self care management in the elderly after stroke*. Dalam penelitian ini dihapus artikel yang tidak sesuai topik, mengganti artikel yang judulnya sama dengan artikel yang judulnya berbeda namun menjadi pendukung dari isi pokok artikel peneliti, menelaah artikel yang memenuhi kriteria dan mengelompokkan artikel sesuai hasil penelitian untuk dilanjutkan kepada pembahasan tentang *self care management* terhadap lansia pasca stroke dalam peningkatan ADLs.

HASIL

Pencarian literatur awal didapatkan 62 artikel (*Google Scholar* 35 artikel, *Proquest* 2 artikel, *Cambridge core* 10 artikel dan *PubMed* 15 artikel). 35 artikel berpotensi memenuhi kriteria dan 27 artikel tidak memenuhi kriteria dengan topik tidak sesuai. Setelah tinjauan abstrak 11 artikel tidak relevan dengan kriteria inklusi dan 12 artikel tidak *full text*. 15 artikel *full text* memenuhi kriteria. Hasil dari 15 artikel didapatkan bahwa tentang *Self Care Management Terhadap Lansia Pasca Stroke dalam Peningkatan Activities Of Daily Living (ADLs)* didapatkan dengan analisis pada artikel penelitian tentang manajemen perawatan diri pada lansia, intervensi yang dapat meningkatkan *Activities Of Daily Living (ADLs)* pada lansia, serta intervensi pada lansia pasca stroke.

Tabel 1. Gambaran management perawatan diri pada lansia, intervensi yang dapat meningkatkan ADLs pada lansia, dan intervensi pada lansia pasca stroke

No	Judul, penulis	hasil
1	A telehealth intervention to promote healthy lifestyles after stroke: The Stroke Coach protocol. ⁽⁴⁾ Brodie M, Sakakibara, Ph.D., Scott A. Lear, Ph.D., Susan I. Barr, Ph.D., RD, Oscar Benavente, MD, FRCP(C), Charlie H. Goldsmith, PhD, Noah D. Silverberg, PhD, Jennifer Yao, MD, FRCP(C), and Janice J. Eng, PhD, BSc (PT/OT). 2018	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam program baru dalam melatih pasien stroke bertujuan untuk meningkatkan manajemen diri dan pengendalian faktor risiko stroke, yaitu melalui model pembinaan mungkin lebih bermanfaat dalam meningkatkan hasil jangka panjang, terutama dalam pengendalian faktor risiko, termasuk perbaikan aktivitas fisik, diet dan kepatuhan pengobatan. Hasil uji coba ini akan menambah pemahaman kita tentang penggunaan manajemen diri untuk meningkatkan pengendalian faktor risiko, dan dapat memfasilitasi pengembangan uji coba yang lebih besar yang mengevaluasi efek pelatihan Stroke pada titik akhir seperti stroke berulang atau kejadian jantung sebagai hasil utama.
2	An Evaluation of the Family Informal Caregiver Stroke Self-Management Program. ⁽⁵⁾ Gail Mores, Rhonda McNicoll Whiteman, Jenny Ploeg, Patricia Knobl, Miriam Cahn, Laura Klaponski, Ann Lindley, Kathy Fisher 2018	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa Program FICSS (Family Informal Caregiver Stroke) dapat mengurangi beban pengasuh dan meningkatkan perubahan hidup akibat pemberian asuhan kepada pasien stroke yang lebih berfokus dalam perawatan pasien stroke sehingga pasien mampu meningkatkan kualitas hidup hingga mampu melakukan kegiatan sehari hari dengan mandiri.
3	MIDAS (Modafinil in Debilitating Fatigue After Stroke) A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled, Cross-Over Trial. ⁽⁶⁾ Andrew Bivard, PhD; Thomas Lillcrap, PhD; Venkatesh Krishnamurthy, FRACP; Elizabeth Holliday, PhD; John Attia, PhD; Heather Pagram, BSc; Michael Nilsson, PhD, FRACP; Mark Parsons, PhD, FRACP; Christopher R. Levi, FRACP 2017	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penelitian ini, uji coba acak, crossover, singlecenter, double-blinded, terkontrol plasebo pasca stroke. pengobatan kelelahan dengan terapi harian modafinil selama 6 minggu 200 mg, telah menunjukkan penurunan kelelahan yang signifikan dan peningkatan kualitas hidup selama terapi. Hasil dari studi ini menyarankan bahwa tepat untuk melanjutkan ke suatu fase 3 percobaan terapi modafinil jangka panjang dengan tujuan untuk mengurangi kelelahan pasca stroke dan meningkatkan kualitas hidup pasien pasca stroke
4	Do empowered stroke patients perform better at self-management and functional recovery after a stroke? A randomized controlled trial. ⁽⁷⁾ Janet WH Sit, Sek Ying Chair, Kai Chow Choi, Carmen WH Chan Diana TF lee, Aileen WK Chan, Jo IK Cheung, Siu Wai Tang, po Shan Chan, ruth e Taylor-piliae 2016	Penelitian ini menunjukkan bahwa bahwa pemberdayaan kesehatan telah bergerak lebih dari sekadar memberikan pengetahuan kepada pasien dan keterampilan yang dibutuhkan untuk perawatan diri. Pemberdayaan kesehatan adalah sebuah proses meningkatkan kepercayaan diri pasien, yang membuat mereka mau dan mampu berperan aktif dalam mengatur kesehatannya sendiri dan melatih pengaruh atas peristiwa yang mempengaruhi kehidupan mereka selama itu.
5	Effect of mirror therapy on upper extremity motor function in stroke patients: a randomized controlled trial. ⁽⁸⁾ Nigar Gurbuz, MD1), Sevgi Ikbali Afsar2), Sehri Ayaş2), Sacide Nur Saracgil Cosar2) 2016	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi cermin yang digunakan selain metode rehabilitasi konvensional ternyata efektif di perkembangan fungsi motorik ekstremitas atas pada pasien stroke. Terapi cermin ternyata tidak lebih unggul dari konvensional kelompok perlakuan dalam peningkatan skor perawatan diri. Metode perawatan baru yang sudah digunakan atau akan dikembangkan dengan pemahaman yang lebih baik tentang plastisitas dan penggunaan saraf dengan metode pencitraan otak fungsional akan memungkinkan kita untuk mencapai tingkat berikutnya dalam rehabilitasi stroke.
6	Effects of Stroke Prevention Education Program of Oriental Nursing on Self-Health Perception Change, Health Behavior Change, Self-Care and Physiological Index of adult and elderly people. ⁽⁹⁾ Koung-Oh Chang, Mi-Jung Oh 2019	Pengaruh program pendidikan pencegahan stroke. Keperawatan Oriental tentang persepsi kesehatan diri, perubahan perilaku kesehatan, perawatan diri dan indeks fisiologis orang dewasa atas 55 tahun dan orang tua. menunjukkan bahwa ini adalah program yang efektif untuk berubah persepsi diri tentang kesehatan dan perilaku sehat, meningkatkan kemampuan perawatan diri, dan mengontrol indeks fisiologis. ini diharapkan bahwa temuan ini akan berguna dalam mengembangkan intervensi keperawatan oriental yang efektif di masa depan. Pendidikan Program harus terus dilakukan, dan wilayah perlu diperluas.
7	The Effects of a Secondary Stroke Prevention Program on the Health Risk Indicators and SelfCare Compliance of Stroke Patients. ⁽¹⁰⁾ Ji Yeon Kim1 , Yeon Kyung Na2 , Hae Sook Hong2 2016	Penelitian ini menunjukkan bahwa program pendidikan pencegahan stroke Ada perbedaan yang signifikan pada tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik, gula darah puasa, berat badan dan kepatuhan perawatan diri pada pasien stroke. Hasil dari Studi menunjukkan bahwa program pendidikan pencegahan stroke sekunder efektif untuk indikator risiko kesehatan dan kepatuhan perawatan diri pasien. Oleh karena itu dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan yang efektif dalam praktik klinis.

No	Judul, penulis	hasil
8	Meningkatkan kemandirian pasien pasca stroke melalui <i>in-house training</i> kader pendukung lansia pasca stroke. ⁽¹¹⁾ Nurul Aktifah, Wahyu Ersila, Lia Dwi Prafitri, Rifqi Sabita 2019	Dari hasil pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa adanya pelatihan kader pendukung lansia pasca stroke melalui <i>In-House Training</i> akan mampu meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang konsep stroke dan manajemen perawatan lansia pasca stroke serta menjadikan kader mampu terlibat aktif dalam promosi dan pelayanan kesehatan, setelah memiliki kompetensi yang terlatih dalam melakukan pendidikan kesehatan dan praktik lapangan tentang ADL.
9	Influence of uncertainty, physiologic risk factors, self-efficacy on self-management in stroke patients. ⁽¹²⁾ Cho, Sook Hee1) Yun, Kyung Soon2) 2016	Hasil penelitian menunjukkan bahwa program intervensi untuk mengurangi tingkat ketidakpastian dan meningkatkan tingkat efikasi diri pada pasien akan meningkatkan manajemen diri pasien stroke.
10	Randomized controlled trial of a coordinated care intervention to improve risk factor control after stroke or transient ischemic attack in the safety net: Secondary stroke prevention by Uniting Community and Chronic care model teams Early to End Disparities (SUCCEED). ⁽¹³⁾ Amytis Towfighi, Eric M. Cheng, Monica Ayala-Rivera, Heather McCreath, Nerses Sanossian, Tara Dutta, Bijal Mehta, Robert Bryg, Neal Rao, Shlee Song, Ali Razmara, Theresa Sivers-Teixeira, Jamie Tran, Elizabeth Mojarro-Huang, Ana Montoya, Beatrice Martinez, Phyllis Willis, Mireya Macias, Nancy Ibrahim, Shinyi Wu, Magaly Ramirez, Marilyn Corrales, Jeremy Wacksman, Hilary Haber, Adam Richards, Frances Barry, Valerie Hill, Brian Mittman, William Cunningham, David A. Ganz, Diane Factor and Barbara G. Vickrey, Honghu Liu 2017	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Stroke berulang dapat dicegah melalui kesadaran dan pengendalian faktor risiko seperti hipertensi, dan melalui perubahan gaya hidup seperti pola makan yang lebih sehat, aktivitas fisik yang lebih banyak, dan berhenti merokok. Namun, Kontrol faktor risiko vaskular seringkali buruk di antara penderita stroke, terutama di kalangan sosial-ekonomi orang kulit hitam yang kurang beruntung, Latin dan orang kulit berwarna lainnya. Model Perawatan Kronis adalah kerangka kerja yang efektif untuk intervensi multi-komponen yang bertujuan untuk meningkatkan proses perawatan dan hasil untuk individu dengan penyakit kronis. intervensi berbasis Community and Chronic care (CCM) atau model perawatan komunitas dan kronis dengan menggunakan Praktik Tingkat Lanjut Tim Clinician (APC) -CHW untuk meningkatkan pengendalian faktor risiko setelah stroke pada sumber daya yang kurang, secara ras / etnis populasi yang beragam.
11	Stroke - 65 Plus. Continued Active Life": a study protocol for a randomized controlled cross-sectoral trial of the effect of a novel self-management intervention to support elderly people after stroke. ⁽¹⁴⁾ Hanne Pallesen, Erhard Trillingsgaard Næss-Schmidt, Simon Swanborg Kjeldsen, Sedsel Kristine Stage Pedersen, Susanne Lillelund Sørensen, Iris Brunner and Jørgen Feldbæk Nielsen 2017	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Intervensi manajemen diri adalah strategi yang menjanjikan untuk rehabilitasi, berpotensi meningkatkan efikasi diri, kualitas hidup, serta partisipasi dan otonomi. Pengenalan manajemen diri baru intervensi dalam kombinasi dengan terapi fisik dan okupasi tradisional dapat meningkatkan pemulihan setelah stroke dan kualitas hidup serta mengurangi beban keluarga. Uji coba ini "Stroke - 65 Plus. Continued Active Life, "akan memberikan bukti lebih lanjut dari strategi manajemen diri untuk dokter, pasien, dan ekonom kesehatan.
12	The Development of the Improving Participation after Stroke Self-Management Program (IPASS): An Exploratory Randomized Clinical Study. ⁽¹⁵⁾ Timothy J. Wolf, Carolyn M. Baum, Danbi Lee, and Joy Hammel. 2017	Hasil ini memberikan dukungan awal untuk penggunaan IPASS atau program manajemen diri untuk meningkatkan partisipasi pasca stroke ini dapat membantu meningkatkan efikasi diri untuk mengelola perilaku kesehatan dan untuk meningkatkan partisipasi pasca stroke.
13	The effect of a locally adapted, secondary stroke risk factor self-management program on medication adherence among veterans with stroke/TIA. ⁽¹⁶⁾ Teresa M. Damush, Ph.D, Susan Ofner, M.S, Thomas Kent, M.D, Laura Myers, Ph.D., Gloria Nicholas, Linda S. Williams, M.D. Jane A. Anderson, Ph.D, Barbara Kimmel, Zhangsheng Yu, Ph.D. Arlene A. Schmid, Ph.D 2016	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Tugas pekerjaan keperawatan harus dialokasikan pendidikan pasien untuk mendorong praktik manajemen diri selama perawatan pasca-stroke akut. dalam penelitian ini Rasio kepemilikan obat dari data farmasi dapat berfungsi sebagai pengobatan obyektif hasil kepatuhan. sedangkan dalam praktik Memasukkan strategi kepatuhan pengobatan selama perawatan pasca stroke akut termasuk bagaimana untuk mengisi ulang, dan strategi untuk mengikuti resep dapat meningkatkan kepatuhan pasien.
14	Modified Rood's approach and ability of independent selfcare in haemorrhagic stroke patients of Assam, India. ⁽¹⁷⁾ Kuki Bordoloi 1, Rup Sekhar Deka2 2018	Penelitian Ini menunjukkan bahwa <i>Home Exercise Programme</i> (HEP) yang terdiri dari fisioterapi konvensional bersama dengan pendekatan Rood lebih banyak efektif dalam meningkatkan kemampuan perawatan diri mandiri dalam kasus pasien perdarahan intra-serebral ketika dibandingkan dengan fisioterapi konvensional saja.
15	African American Stroke Survivors More Caregiving Time, but Less Caregiving Burden. ⁽¹⁸⁾ Lesli E. Skolarus, MD, MS; Vicki A. Freedman, PhD; Chunyang Feng, PhD; James F. Burke, MD, MS 2017	Kesimpulannya, meskipun penderita stroke hitam menerima lebih banyak jam perawatan, peningkatan ini tampaknya baik-baik saja dikalibrasi untuk kebutuhan mereka yang meningkat, mengingat hanya ada sedikit ras perbedaan kebutuhan yang belum terpenuhi. Selanjutnya pengasuh kulit hitam penderita stroke memiliki persepsi yang lebih positif tentang pengasuhan daripada pengasuh penderita stroke kulit putih. Pelajaran lanjutan untuk menentukan faktor-faktor yang memfasilitasi kepositifan pengasuh dari penderita stroke hitam dapat memberikan wawasan tentang strategi untuk mengurangi atau mencegah beban pengasuh di antara yang berisiko pengasuh.

PEMBAHASAN

Lansia yang memiliki penyakit stroke ataupun lansia pasca stroke cenderung memiliki perubahan dalam segi sosialnya. Hal ini bisa di lihat dari menurunnya fungsi organ sehingga muncul ketidakmampuan merawat diri. Dalam hal ini, perlu intervensi yang meningkatkan kualitas kehidupan lansia dan mampu mandiri dalam kegiatan sehari-hari. Suatu studi menunjukkan bahwa intervensi untuk mengurangi tingkat ketidakpastian dan meningkatkan tingkat efikasi diri pada pasien akan meningkatkan manajemen diri pasien stroke. ⁽¹²⁾

Suatu studi memaparkan tentang lanjut usia yang mengalami stroke atau pasca stroke mampu melakukan kegiatan sehari-hari dengan mandiri dengan mengedepankan metode perawatan oleh keluarga. Hal tersebut mampu meningkatkan kualitas hidup lansia sehingga mampu melakukan kegiatan sehari-hari dengan mandiri ⁽⁵⁾. program pendidikan dalam pencegahan stroke dengan berfokus pada persepsi kesehatan diri, perubahan perilaku kesehatan, serta perawatan diri ternyata program tersebut efektif dalam mengembangkan intervensi keperawatan oriental yang efektif di masa depan sehingga program ini diperluas di berbagai wilayah ⁽⁹⁾.

Suatu studi mengemukakan bahwa pelatihan kader pendukung lansia pasca stroke melalui *In-House Training* mampu meningkatkan pengetahuan kader kesehatan lansia tentang konsep stroke dan management

perawatan lansia pasca stroke serta menjadikan kader mampu terlibat aktif dalam promosi serta pelayanan kesehatan dalam praktik lapangan⁽¹¹⁾. Intervensi manajemen diri adalah strategi yang menjanjikan untuk rehabilitasi, berpotensi meningkatkan efikasi diri, kualitas hidup, serta partisipasi dan otonomi. Pengenalan manajemen diri terhadap lansia pasca stroke dengan terapi fisik dan okupasi tradisional dapat meningkatkan pemulihan setelah stroke dan kualitas hidup serta mengurangi beban keluarga.⁽¹⁴⁾ *Self care management* tersebut digunakan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia pasca stroke dalam membantu dan mendukung mereka mempelajari strategi untuk manajemen perawatan sehari-hari yang diperlukan secara mandiri⁽¹⁹⁾

Self care management sangat penting terhadap lansia pasca stroke untuk meningkatkan motivasi dalam tahap penyembuhan serta kemandirian. Peranan keluarga, serta kader dalam perawatan lansia sangat penting untuk meningkatkan kemandirian lansia dengan meningkatkan pengetahuan dalam perawatan lansia serta memberikan edukasi dan motivasi pada lansia untuk menciptakan lansia yang mandiri dan dapat melakukan kegiatan sehari-harinya tanpa bantuan orang lain dengan meningkatkan pengetahuan kader, keluarga maupun lansia itu sendiri.

KESIMPULAN

Promosi kesehatan terhadap keluarga serta lansia pasca stroke sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan serta motivasi lansia dalam kegiatan sehari – harinya. hal tersebut juga diperlukan dukungan serta motivasi keluarga untuk berkontribusi dalam perawatan lansia pasca stroke. karena dalam suatu studi mengemukakan bahwa hal tersebut dapat meningkatkan motivasi lansia pasca stroke untuk melakukan terapi hingga mampu menjadi lansia yang lebih mandiri serta dapat meningkatkan kualitas kehidupan lansia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ekasari MF. Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep Dan Berbagai Intervensi. Malang: Wineka Media; 2018.
2. Sinaga J, Sembiring E. Pencegahan Stroke Berulang Melalui Pemberdayaan Keluarga Dan Modifikasi Gaya Hidup. J Abdimas. 2019;22(2):143–50.
3. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2013.
4. Sakakibara BM, Lear SA, Barr SI, Benavente O, Goldsmith CH, Silverberg ND, et al. A Telehealth Intervention to Promote Healthy Lifestyles After Stroke: The Stroke Coach Protocol. *Int J Stroke*. 2018;13(2):217–22.
5. Mores G, Whiteman Rmn, Ploeg J, Knobl P, Cahn M, Klaponski L, Et Al. An Evaluation Of The Family Informal Caregiver Stroke Self-Management Program. *Can J Neurol Sci*. 2018;45(6):660–8.
6. Bivard A, Lillicipar T, Krishnamurthy V, Holliday E, Attia J, Pagram H, Et Al. Midas (Modafinil In Debilitating Fatigue After Stroke): A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled, Cross-Over Trial. *Stroke*. 2017;48(5):1293–8.
7. Sit JWH, Chair SY, Choi KC, Chan CWH, Lee DTF, Chan AWK, et al. Do Empowered Stroke Patients Perform Better At Self-Management And Functional Recovery After A Stroke? A Randomized Controlled Trial. *Clin Interv Aging*. 2016;11:1441–50.
8. Gurbuz N, Afsar SI, Ayaş S, Cosar SNS. Effect Of Mirror Therapy On Upper Extremity Motor Function In Stroke Patients: A Randomized Controlled Trial. *J Phys Ther Sci*. 2016;28(9):2501–6.
9. Koung-OH, Chang M-JO. Effects Of Stroke Prevention Education Program Of Oriental Nursing On Self-Health Perception Change, Health Behavior Change, Self-Care And Physiological Index Of Adult And Elderly People. 2019;20(1):111–20.
10. Kim JY, Na YK, Hong HS. The Effects Of A Secondary Stroke Prevention Program On The Health Risk Indicators And Self-Care Compliance Of Stroke Patients. 2016;18(2):69–77.
11. Aktifah N, Ersila W, Prafitri LD, Sabita R. Meningkatkan Kemandirian Pasien Pasca Stroke Melalui In-House Training Kader Pendukung Lansia Pasca Stroke. *Indones J Community Serv*. 2019;1(1):95.
12. Cho SH, Yun KS. Influence Of Uncertainty, Physiologic Risk Factors, Self-Efficacy On Self-Management In Stroke Patients. *J Muscle Jt Heal*. 2016;23(2):114–24.
13. Towfighi A, Cheng EM, Ayala-Rivera M, McCreath H, Sanossian N, Dutta T, et al. Randomized Controlled Trial Of A Coordinated Care Intervention To Improve Risk Factor Control After Stroke Or Transient Ischemic Attack In The Safety Net: Secondary Stroke Prevention By Uniting Community And Chronic Care Model Teams Early To End Dispariti. *Bmc Neurol*. 2017;17(1):1–20.
14. Pallesen H, Næss-Schmidt ET, Kjeldsen SS, Pedersen SKS, Sørensen SL, Brunner I, et al. “Stroke - 65 Plus. Continued Active Life”: A Study Protocol For A Randomized Controlled Cross-Sectoral Trial Of The Effect Of A Novel Self-Management Intervention To Support Elderly People After Stroke. *Trials*. 2018;19(1):1–6.
15. Wolf TJ, Baum CM, Lee D, Hammel J. The Development Of The Improving Participation After Stroke Self-Management Program (Ipass): An Exploratory Randomized Clinical Study. *Top Stroke Rehabil*. 2016;23(4):284–92.
16. Damush TM, Myers L, Anderson Ja, Yu Z, Ofner S, Nicholas G, Et Al. The Effect Of A Locally Adapted, Secondary Stroke Risk Factor Self-Management Program On Medication Adherence Among Veterans With Stroke/Tia. *Transl Behav Med*. 2016;6(3):457–68.
17. Bordoloi K, Deka RS. Modified Rood’s Approach And Ability Of Independent Selfcare In Haemorrhagic Stroke Patients Of Assam, India. *Int J Res Med Sci*. 2020;8(3):1070.
18. Skolarus Le, Freedman Va, Feng C, Burke Jf. African American Stroke Survivors. *Circ Cardiovasc Qual Outcomes*. 2017;10(2):1–6.
19. Yuniarti II, Kariasa AW IM. Efektifitas Intervensi Self-Management Pada Pasien Stroke. 2018;6–17.