

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu penyebab stroke bisa di akibatkan karena kurangnya aktivitas fisik. Stroke dapat terjadi secara mendadak dapat menyebabkan kematian ataupun kecacatan fisik dan mental (Amelia, Kartika, & Apriliani, 2022). Stroke semakin menjadi masalah serius yang hampir di hadapi di seluruh dunia. Kurangnya aktivitas fisik bisa jadi penyebab stroke karena ia mempengaruhi aliran darah dan kesehatan endotel yang merupakan faktor yang berpengaruh terhadap resiko stroke, (Setiawan& Hartiti, 2020). Karena kurangnya kativitas fisik bisa memicu tersumbatnya aliran darah yang di akibatkan oleh kurangnya perengangan pada otot-otot penderitanya. Penyebab stroke salah satunya di sebabkan oleh penyempitan,pendarahan atau pengumpulan yang dapat menghalangi aliran darah sehingga menyebabkan terjadinya stroke. (Setiawan& hartini,2020)

Menurut World Health Organization (WHO) Stroke pada tahun 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, berkisar lebih dari 7,6 juta atau 62% stroke iskemik baru tiap tahun.Lebih dari semua kejadian stroke adalah pendarahan intraserebral 1,2 juta pendarahan subracnoid sekitar 795.000 orang di Amerika Serikat baru atau berulang. Sekitar 610.000di antaranya adalah stroke pertama kali ,sementara 185.000 adalah stroke berulang .berdasarkan Riset kesehatan dasar (Riskedas 2018),di ketahui pravalensi stroke meningkat dari 1000 menjadi 10,9 dari 1000 penduduk pada taun 2023

.ketergantungan total sebesar 13,9% stroke berat 9,4%stroke sedang 7,1% dan stroke ringan 33,3% .data stroke di Jawa Timur mencapai 12,4 % pravalensi stroke di jawa timur sekitar 21,120 atau 12,4% peringkat 8 di indonesia (Kemengkes RI, 2023). pravalensi jumlah stroke di Mojokerto mencapai 1591 pasien stroke dengan jumlah tertinggi pada tahun pada bulan November 2023 sebanyak 224 orang (Dinkes, 2023). Hasil studi pendahuluan yang di observasi pada tanggal 25 Februari 2024, terdapat 5 pasien stroke dari 30 responden pada tahun 2024 sebagian besar mengalami stroke iskemik. Seseorang yang terkena stroke kebanyakan di lakukan rawat jalan. Untuk responden pertama dari hasil kuisioner menyatakan pasien hanya sebagai ibu rumah tangga dan hanya melakukan aktifitas fisik ringan, responden kedua menyatakan bahwa dia jarang melakukan aktifitas fisik dan hanya melakukan aktifitas seadanya seperti pekerjaan rumah yang ringan, responden ketiga menyatakan sering melakukan aktifitas fisik sedang tetapi jarang karena di barengi dengan mengurus anak yang masih kecil jadi aktifitas seperti ke sawah juga jarang, responden ke empat menyatakan bahwa dia jarang melakukan aktifitas fisik meskipun seorang kepala rumah tangga karena lebih sering berada di rumah daripada melakukan aktifitas fisik seperti ke sawah juga jarang dan hampir tidak pernah selama sebelum sakit, responden ke lima menyatakan bahwa dia jarang melakukan aktifitas berat meskipun seorang kepala keluarga dia mengatakan dalam kuisioner jarang melakukan aktifitas fisik apalagi berat jarang sekali, responden mengatakan dalam wawancara tidak pernah melakukan aktifitas fisik seperti ke sawah, mencangkul, membajak sawah .

Penyebab stroke bisa di sebabkan oleh, salah satunya kurangnya melakukan aktivitas fisik baik itu sedang maupun berat yang bisa menyebabkan penyempitan pembuluh darah atau bisa juga di akibatkan oleh pecahnya pembuluh darah di otak. Melakukan aktifitas fisik seperti berolahraga, melakukan aktivitas fisik rumahan baik itu mengepel, mencuci baju dan lain-lain di percaya bisa mencegah terjadinya stroke. karena perbanyak melakukan aktivitas fisik menurut jurnal penelitian bisa mencegah terjadinya stroke. Karena penyebab stroke salah satunya yaitu kurangnya aktifitas fisik. Pasien stroke bisa saja mengalami beberapa gangguan. Berdasarkan pada bagian otak sebelah mana yang terekena. Misalnya penyakit stroke bisa menyebabkan afasia, tangan lemah, koordinasi tubuh menjadi terganggu, gagan komunikasi, gagan emosi seseorang, gangguan pada indra perasa. akibat dalam kemampuannya dalam mempengaruhi aktivitas sehari-hari dan bisa saja berdapak pada kematian pada penderita stroke (Lisha,.2021)

Untuk meminimalisir kejadian stroke bisa di jarkan dengan cara menerapkan gaya hidup yang sehat. Termasuk di dalamnya adalah melakukan berbagai macam aktivitas fisik, untuk intensitas latihan dan durasi latihan bisa di lakukan mulai aktivitas sedang maupun berat. Seseorang yang melakukan aktivitas fisik selama 3,5-7 jam perminggu dan lebih dari 7 jam perminggu memiliki resiko yang lebih rendah daripada yang tidak melakukan latihan fisik di karenakan semakin sering melakukan aktivitas fisik semakin kecil resiko terkena searangan stroke. Latihan yang dianjurkan adalah melakukan latihan sedang yaitu melakukan 5 sesi latihan setiap minggu dan beristirahat rata-rata 40 menit setiap sesi latihan (Lisha, Hou,et al., 2021). Dengan latar belakang tersebut

peneliti tertarik meneliti tersebut dikarenakan saya sangat tertarik dengan judul tersebut dan saya ingin menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stroke salah satunya aktivitas fisik. Sehingga saya bisa memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan stroke salah satunya dengan banyak melakukan aktivitas fisik.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian stroke pada penderita di UPTD Pukesmas Dawarbalandong ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian stroke pada penderita di UPTD Pukesmas Dawarbalandong

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada penderita di UPTD Pukesmas Dawarbalandong
2. Mengidentifikasi kejadian stroke penderita di UPTD Pukesmas Dawarbalandong
3. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian stroke di UPTD Pukesmas Dawarbalandong

Manfaat Penelitian

1.4.1 bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan masukan bagi pihak masyarakat agar dapat menjaga pola aktivitas fisiknya

1.4.2 bagi institut pendidikan

UNIVERSITAS Bina Sehat PPNI Mojokerto

penelitian ini di harapkan dapat di gunakan sebagai tambahan bacaan dalam perpustakaan untuk menambah pengetahuan maahasiswa khususnya bagi pembaca dan masukan bagi peneliti selanjutnya

