



## STRATEGI KOPING BEBAN KELUARGA PASIEN STROKE; A SYSTEMATIC REVIEW

Arie Kusumo Dewi\*, Lono Wijayanti, Yurike Septianingrum, Siti Nur Hasina

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Raya Jemursari No.57, Jemur Wonosari, Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur 60237, Indonesia

\*[ariekusumodewi.ners35@gmail.com](mailto:ariekusumodewi.ners35@gmail.com)

### ABSTRAK

Stroke adalah gangguan saraf permanen akibat terganggunya peredaran darah ke otak yang terjadi secara tiba-tiba, progresif, dan cepat, yang dapat menyebabkan kerusakan di otak dan menyebabkan rasa sakit yang panjang bagi orang yang mengidapnya yaitu paralisis, sehingga menimbulkan penderita stroke mengalami keterbatasan dalam melakukan aktifitas kesehariannya. Tugas keluarga sebagai caregiver dapat menimbulkan beban diantaranya adalah permasalahan psikis, beban sosial, fisik, dan finansial. Sehingga perlu adanya strategi untuk meningkatkan kemampuan keluarga maupun pengasuh untuk mengurangi beban, tanpa membahayakan kesehatan keluarga. Tidak jarang penderita stroke yang keluar dari rumah sakit dan menemukan diri mereka di rumah tanpa bantuan dan perawatan dari keluarga ataupun pengasuh yang seharusnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami evidence based yang efektif terkait strategi koping dalam menurunkan beban keluarga pasien stroke. Metode yang dipakai dengan melakukan penelusuran literatur menggunakan tinjauan sistematis pada artikel yang diterbitkan mulai tahun 2019-2023. Hasil: Dari hasil penelusuran artikel didapatkan poin penting dalam strategi koping untuk mencegah beban keluarga pasien stroke yaitu rehabilitasi aktif berupa psikosocial support, intervensi psikoedukasi, koping religious serta program pemberdayaan yang berpusat pada keluarga. Penerapan strategi koping yang efektif dan adaptif dapat mengurangi beban keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita stroke.

Kata kunci: beban; keluarga; pasien stroke; pengasuh; strategi koping

## *COPING STRATEGIES ON STROKE FAMILY BURDEN; A SYSTEMATIC REVIEW*

### *ABSTRACT*

*Stroke is a permanent neurological disorder due to disruption of blood circulation to the brain that occurs suddenly, progressively, and quickly, which can cause damage to the brain and cause long-term pain for the person who has it, namely paralysis, causing stroke sufferers to experience limitations in carrying out their daily activities. The task of the family as a caregiver can cause burdens including psychological problems, and social, physical, and financial burdens. So there is a need for a strategy to improve the ability of families and caregivers to reduce the burden, without endangering the health of the family. It is not uncommon for stroke survivors to leave the hospital and find themselves at home without the help and care of their family or caregivers they should. This study aims to understand the evidence based on effective coping strategies in reducing the burden on families of stroke patients. The method used is to conduct a literature search using a systematic review of articles published from 2019-2023. Results: From the search results of the article, important points were obtained in coping strategies to prevent family burden on stroke patients, namely active rehabilitation in the form of psychosocial support, psychoeducational interventions, religious coping, and family-centered empowerment programs. Implementation of effective and adaptive coping strategies can reduce the burden on families in caring for family members who have suffered a stroke.*

Keywords: *burden; caregivers; coping strategies; family; stroke patient*

## PENDAHULUAN

Stroke adalah sindrom yang disebabkan oleh gangguan aliran darah ke otak yang menyebabkan defisit neurologis tiba-tiba yang bertahan selama paling tidak 24 jam. Stroke merupakan manifestasi utama dari penyakit serebrovaskular, yang merupakan semua tipe penyakit vaskular pada otak. Stroke telah menjadi masalah dunia dengan penyakit yang menyebabkan tujuh belas juta kematian setiap tahunnya, dan diperkirakan menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan di dunia pada tahun 2020. (Rasyida et al., 2023). Stroke adalah kasus yang kompleks, akibatnya tidak hanya dirasakan oleh penderita itu sendiri tetapi juga dirasakan oleh keluarga yang merawatnya (family care giver) (Camicia et al, 2019). Peran keluarga ataupun caregiver pada pasien penyakit kronis seperti stroke berlangsung seumur hidup sehingga dapat memunculkan beban keluarga (family burden). Keluarga ataupun caregiver dapat mengalami kesulitan dan tantangan baik secara fisik maupun kualitas hidup (Sales, 2003; Choliq, Nasrullah, Sukadiono, 2020).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa stroke termasuk kedalam tiga penyakit pemicu utama penyebab kematian dan stroke merupakan peringkat pertama dengan persentasi 21,2 persen, ischemic heart disease 8,9 persen, dan diabetes melitus 6,5 persen. Data World Stroke Organization menunjukkan bahwa setiap tahunnya ada 13,7 juta kasus baru stroke, dan sekitar 5,5 juta kematian terjadi akibat stroke (Stiex & Agustriyani, 2022). Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Data Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menyebutkan bahwa angka kejadian terjadinya stroke berdasarkan diagnosis dokter adalah 10,9 permill. Sebuah riset membuktikan kalau keluarga atau pengasuh yang menjaga penderita pasca stroke dituntut untuk sanggup menyesuaikan diri secara holistik meliputi fisik, psikologis, serta spiritual (Stiex & Agustriyani, 2022). Beban pengasuh dapat didefinisikan sebagai ketegangan yang dirasakan oleh seseorang yang menjaga anggota keluarga yang sakit parah, cacat, ataupun lanjut usia. Beban perawatan digunakan untuk menggambarkan efek samping perawatan yang sangat bermasalah bagi pasien dan keluarganya. Ini adalah respon multidimensi terhadap stress fisik, psikologis, emosional, social, dan keuangan (Kazemi et al. 2021).

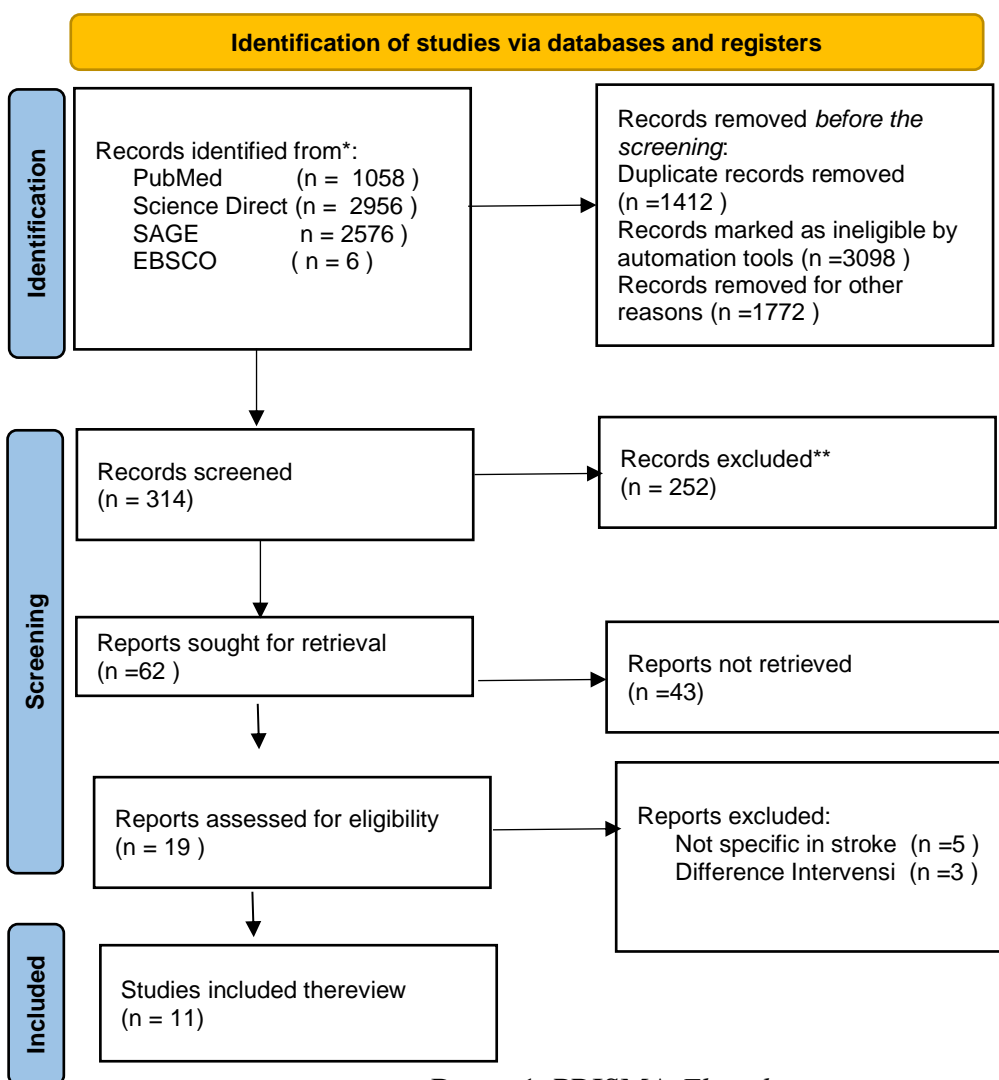
Dukungan diperlukan bagi keluarga atau pengasuh, tanpa mengorbankan Kesehatan fisik atau mental mereka. Strategi koping yang efektif dan adaptif dapat memainkan peran protektif dalam mengurangi distress pengasuh. Menurut Lazarus dan Folkman et al, koping adalah proses yang membahas bagaimana orang merespons dan bertindak baik Ketika mengalami stress maupun ketika tingkat paparan stress meningkat. Strategi koping adalah upaya kognitif dan perilaku seseorang untuk menginterpretasikan dan menanggulangi permasalahan dan tantangan (Kazemi et al. 2021). Dengan demikian, kajian pustaka bermaksud untuk menciptakan fakta terbaik mengenai strategi koping yang efektif dalam mengurangi beban pengasuh penderita stroke.

## METODE

Desain riset yang digunakan pada artikel ini menggunakan Tinjauan Sistematis dan Meta-Analisis. Artikel yang dipilih menggunakan standar PRISMA. Terdiri dari tujuh langkah termasuk di dalamnya adalah menulis ulasan pertanyaan, menentukan kriteria yang layak, melakukan pencarian secara menyeluruh dari berbagai sumber informasi, mengidentifikasi sumber-sumber literatur yang relevan, dan mensintesis sumber-sumber literatur tersebut. Kriteria yang digunakan yaitu PICO (*Population, Intervension, Comparison, dan Outcome*) dipakai untuk mencari artikel jurnal yang digunakan. Kriteria tersebut adalah: P (*Population*): keluarga dan pengasuh pasien stroke ; I (*Intervention*); Strategi Koping; C (*Comparison*) : Tidak menggunakan faktor perbandingan; O (*Outcome*): Studi ini bertujuan mengetahui *evidence based* yang efektif terkait strategi koping dalam menurunkan beban keluarga pasien stroke. Penelusuran literatur dalam tinjauan sistematis ini menggunakan database dengan

kriteria batas waktu 5 tahun, yaitu dari tahun 2019 sampai 2023. Database yang dipakai adalah PubMed, ScienceDirect, SAGE dan EBSCO. Kata kunci yang dipakai untuk mencari literatur tentang stroke yaitu “Stroke” OR “Cerebro vascular accident” AND “Coping Strategies” AND “family” OR “caregiver” AND “burden”.

Semua kutipan yang diambil selama proses pencarian dimasukkan ke Mendelay, kemudian kutipan dikumpulkan dan disaring untuk menghapus duplikat. Kemudian dilakukan penyaringan dari judul dan abstrak, untuk penyesuaian kriteria dan artikel yang tidak sesuai. Studi kelayakan artikel tersebut dilakukan dengan meninjau artikel dengan teks yang lengkap. Proses dan hasil pemilihan artikel disajikan dalam diagram PRISMA. Data diekstrak menggunakan JBI ( *The Joana Briggs Institute* ) *Critical Appraisal Tools*. Pencarian melalui empat database menghasilkan kutipan 6596 artikel. Artikel tersebut kemudian disaring untuk mengecualikan duplikat dan disaring focus berdasarkan kasus stroke, populasi dewasa dan ditemukan hasil tiga ratus empat belas artikel. Sisa dari artikel tersebut kemudian dipilah kembali berdasarkan PICO, yaitu P: keluarga dan pengasuh pasien stroke, I : Strategi Koping, C : Tidak ada komparasi, dan O : Studi ini bertujuan mengetahui *evidence based* yang efektif terkait strategi koping dalam menurunkan beban keluarga pasien stroke. Terdapat sebelas artikel yang masuk dalam kriteria inklusi.



Bagan 1. PRISMA Flowchart.

**HASIL**

**Table 1.**  
Karakteristik Literatur yang layak (n=11)

Penulis, Tahun, Desain	Sample	Variable	Instrument	Analysis	Hasil
(Boonsin et al., 2020) <i>cross-sectional</i>	200 Pengasuh pasien stroke	a. <i>Factors Influencing the Burden of Family Caregiving Survivors of Stroke</i> b.	- <i>Zarit Burden Interview (ZBI)</i> - <i>Health Perception Scale for Thai adults (HPS-T)</i> - <i>The Thai version of the Barthel Index</i> measures activity of daily living (ADL) - <i>General Perceived Self-Efficacy Scale (GSES)</i> - <i>Revised Multi-Dimensional Scale of Perceived Social Support</i> measures family caregivers	Chi-Square	Hasil penelitian membuktikan bahwa model akhir dari pengasuhan terdiri dari status fungsional penderita stroke, durasi pemberian perawatan, self-efficacy, dan jumlah jam perawatan dengan total varians yang dijelaskan. 39%. Status fungsional dan durasi pemberian perawatan memiliki efek langsung dan tidak langsung pada beban. Jam perawatan memediasi status fungsional dan beban pengasuh, sedangkan self-efficacy memediasi status fungsional dan durasi pemberian perawatan dan beban pengasuh.
(Elsheikh et al., 2022)	110 pengasuh pasien stroke	a. <i>a tailored multidimensional intervention on the care burden</i> b. <i>stroke survivors</i>	Questionare WHOQOL-BREF	uji-t atau uji Mann-Whitney U, Pearson's $\chi^2$ test atau uji Fisher	Tidak ada perbedaan yang diamati antara karakteristik kelompok pada awal (T0). Uji-t independent menunjukkan Tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam beban perawatan dan Kualitas Hidup (QoL) pada T1 dan T2 antara kelompok. Intervensi tidak memiliki efek yang signifikan pada hasil antara atau di dalam kelompok dari durasi waktu ke waktu, seperti yang ditunjukkan oleh analisis varians tindakan berulang. Namun, interaksi kelompok dan waktu memiliki efek utama yang signifikan pada kualitas hidup pengasuh (domain psikologis dan sosial)
(Hekmatpou et al., 2019)	100 pengasuh	a. <i>patient care education</i>	questionnaires, including demographic,	Data dikumpulkan dan	Hasilnya menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam rata-rata kualitas

Penulis, Tahun, Desain	Sample	Variable	Instrument	Analysis	Hasil
<i>educational trial study</i>	pasien stroke	b. <i>burden of care</i> c. <i>quality of life stroke patients</i>	quality of life Short Form-36, and Zarit burden of care questionnaires.	dianalisis menggunakan kuesioner,	hidup dan beban perawatan pada pengasuh kelompok intervensi setelah intervensi (P<0,01), yang tidak signifikan pada kelompok kontrol. Rata-rata beban caregiver pada kedua kelompok berhubungan signifikan dengan status kesehatan, status ekonomi, status pernikahan, jumlah anak, jam perawatan, hari perawatan, dan ikatan keluarga caregiver dengan penderita. P<0,01) sebelum intervensi. Selain itu, kualitas hidup kedua kelompok secara signifikan berhubungan dengan status kesehatan mereka (P<0,01) sebelum intervensi.
(Deyhoul et al., 2020) <i>Randomized controlled trial</i>	90 pasang (pasien stroke dan pengasuh)	a. <i>family-centered empowerment program</i> b. <i>family caregiver burden</i> c. <i>activities of daily living</i> d. <i>Iranian patients with stroke:</i>	Modified Rankin Scale	Tes Chi-kuadrat, Mann Whitney ASuji, dan uji eksak Fisher	Dua minggu setelah intervensi, beban keluarga menurun secara signifikan pada kelompok intervensi (29,55±15,38) dibandingkan dengan kelompok kontrol (38,77 ± 18,53 dan P= 0,012). Beban pada kelompok intervensi juga menyusut 2 bulan setelah intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol: masing-masing 22,95 ± 15,68 dan 36,11 ± 18,88 (P< 0,001). Perawat bisa memakai program pemberdayaan yang berfokus pada keluarga untuk menaikkan kualitas hidup penderita stroke, dan untuk menurunkan beban pengasuh keluarga.
(Chafjiri et al., 2017b) <i>cross-sectional</i>	407 pengasuh pasien stroke	a. <i>spiritual attitude</i> b. <i>family caregivers of older patients with stroke</i> c. <i>Burden</i>	- Spiritual Attitude Scale - Caregiver Burden Inventory	uji Kolmogorov-Smirnov	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 88,9% pengasuh adalah perempuan. Usia rata-rata peserta adalah 38,3±8,8 tahun. Durasi pengasuhan adalah ,5 tahun pada

Penulis, Tahun, Desain	Sample	Variable	Instrument	Analysis	Hasil
					84,4% peserta, sedangkan rata-ratanya adalah 4,2±2,5 tahun. Nilai rata-rata sikap spiritual adalah 108,77±6.20. Mayoritas peserta (49,3%) memiliki sikap spiritual sedang dan relatif baik (skor 72-120), 27,8% memiliki sikap spiritual tinggi atau baik; 8,7% memiliki beban ringan, 54,4% memiliki beban sedang dan 37% memiliki beban yang menguntungkan. Skor rata-rata beban adalah 28±12.75. Hubungan positif yang signifikan secara statistik diamati dalam penelitian ini antara skor rata-rata sikap spiritual dan skor total beban dalam semua dimensinya, yaitu ketergantungan waktu, serta dimensi perkembangan, fisik, sosial dan emosional.
(Kazemi et al., 2021b) cross-sectional	110 pengasuh pasien stroke	a. <i>Caregiver burden</i> b. <i>coping strategies</i> c. <i>caregivers of older patients with stroke</i>	Zarit Burden Interview (ZBI),kuesioner strategi penanggulangan Lazarus, dan daftar periksa demografis	Uji Korelasi Pearson	Usia rata-rata peserta adalah 32,09±8,70 tahun. Sebagian besar pengasuh sampel melaporkan beban ringan sampai sedang (n=74, 67,3%). Strategi koping yang paling umum digunakan adalah penilaian ulang positif dan mencari dukungan sosial. Hasil independent t-test menunjukkan bahwa caregiver laki-laki menggunakan strategi reap-praisal positif (t(110)=2.76; p=0.007) dan menerima tanggung jawab (t(110)=2.26; p=0.026) secara signifikan lebih banyak daripada caregiver Wanita.Korelasi earson menunjukkan korelasi positif yang signifikan antara beban pengasuh dan strategi fokus emosional, termasuk melarikan diri (r=0,245,

Penulis, Tahun, Desain	Sample	Variable	Instrument	Analysis	Hasil
					p=0,010) dan menjaga jarak (r=0,204, p=0,032).
(Wang et al., 2021) <i>A Randomized, controlled study</i>	110 pengasuh pasien stroke	a. <i>education</i> b. <i>muscle relaxation program</i> c. <i>anxiety, depression</i> d. <i>stroke survivors</i>	Skala Kecemasan dan Depresi Rumah Sakit (HADS) dan Zarit Caregiver Burden Scale	Uji Chi-Square atau uji jumlah peringkat Wilcoxon	Skor kecemasan HADS, tingkat kecemasan dan keparahan serupa pada M0, M3, sementara berkurang pada M6 dan M12 pada kelompok EMR dibanding dengan kelompok kontrol. Selain itu, skor depresi HADS serupa pada M0 dan M3 tetapi menurun pada M6 dan M12 pada kelompok EMR dibanding dengan kelompok kontrol, namun tidak ada perbedaan tingkat depresi dan tingkat keparahan antara 2 kelompok pada setiap titik waktu. Selain itu, skor Skala Beban Pengasuh Zarit serupa pada M0 dan M3, tetapi menurun pada M6 dan M12; sementara itu, tingkat beban perawatan serupa pada M0, M3 dan M6, tetapi berkurang pada M12 pada kelompok EMR dibandingkan dengan kelompok kontrol. Program EMR mengurangi kecemasan, tekanan mental, dan beban perawatan pada pengasuh penderita stroke akut, menunjukkan potensinya dalam meningkatkan kesehatan mental dan lebih meningkatkan kualitas hidup pada pengasuh ini.
(Md Mizanur Rahman et al., 2020) penelitian kualitatif eksploratif	8 pengasuh pasien stroke	a. <i>Coping Strategies</i> b. <i>Stroke Caregivers</i>	Kuesioner	Analisis tematik dilakukan dengan menggunakan prosedur yang dijelaskan oleh Braun dan Clarke <sup>15</sup> . Dalam	Dalam studi saat ini, pengasuh mengambil alih peran sebagai pemimpin rumah tangga. Sebagian besar pencari nafkah keluarga yang suaminya tidak dapat bekerja lagi setelah terkena stroke. Jenis strategi coping ini melibatkan

Penulis, Tahun, Desain	Sample	Variable	Instrument	Analysis	Hasil
				proses analisis, peneliti mentranskripsikan data terlebih dahulu, membaca dan membaca ulang data, mencatat ide awal, diikuti dengan fitur pengkodean data yang menarik ke dalam cara yang sistematis, dan menyusun data yang relevan dengan setiap kode	pemecahan masalah yang bekerja paling baik untuk pengasuh dan penderita stroke.
(Putri et al., 2022b) <i>quasi-experimental design of two groups pre-and post test</i>	34 pengasuh pasien stroke	a. <i>Psychoeducational Intervention</i> b. <i>Family Caregiver Burden</i> c. <i>Stroke Patients</i>	Zarit Interview questionnaires	Burden (ZBI) Paired T Test.	Hasil riset ini membuktikan bahwa terdapat perbandingan yang penting antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol memakai uji t berpasangan(p=0,002) dan nilai pengaruh yang signifikan menggunakan uji ANCOVA (p=0,000). Psikoedukasi mempunyai akibat yang cukup besar terhadap beban pengasuh penderita stroke. Dalam merawat penderita stroke di rumah, seorang perawat dapat memberikan psikoedukasi dan perlengkapan caregiver.
(Ashghali Farahani et al., 2021b)	116 pengasuh pasien stroke	a. <i>supportive home care program</i> b. <i>caregiver burden</i> c. <i>stroke patients</i>	Caregiver Burden Inventory	Independent sample t-test dan Analysis of Covariance	Beban pengasuh pada kelompok pendidikan rutin meningkat secara signifikan setelah 2 minggu, dari 52,27 ± 23,95 menjadi 62,63 ± 22,68. Rerata skor beban caregiver pada program perawatan di rumah



Penulis, Tahun, Desain	Sample	Variable	Instrument	Analysis	Hasil
					suportif menurun dari 44,75 ± 17,21 menjadi 40,46 ± 17,28. Selisih skor kedua kelompok sebelum intervensi tidak berbeda nyata (t =1,941,df = 114,p =0,055). Ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok mengenai skor beban pengasuh setelah periode intervensi (η <sup>2</sup> = 0,305,P <0,001)
(Kes & Aydin Yildirim, 2020) cross-sectional	181 pengasuh pasien stroke	a. <i>religious coping strategies</i> b. <i>family harmony</i> c. <i>caregiver burden for family</i>	Skala Keharmonisan Keluarga	Regresi linier berganda dan korelasi Pearson	Analisis korelasi Pearson menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara beban pengasuh dan koping religius negatif. Ditemukan hubungan negatif yang signifikan beban caregiver dan keharmonisan keluarga dengan koping religius positif. Analisis regresi berganda menunjukkan bahwa keharmonisan keluarga, jumlah waktu yang dihabiskan untuk pengasuhan, dan koping religius negatif dan posisi merupakan predictor beban pengasuh. Mengingat hubungan yang signifikan antara beban pengasuh dan keharmonisan keluarga dengan koping religius positif, penelitian di masa depan harus mengintegrasikan strategi koping religius ke dalam program intervensi pengasuh multidisiplin untuk mengurangi beban pengasuh

**PEMBAHASAN**

Perawatan keluarga dengan pasien stroke sangat kompleks permasalahan yang ditimbulkannya dan dalam merespon masalah keluarga yang sakit, anggota keluarga lainnya tentu akan mengambil ketetapan untuk pencarian penyembuhan dan jika penyakit tersebut serius, anggota keluarga pasti akan mengorbankan waktu untuk menjaga anggota keluarga yang sakit. Studi systematic review ini memberikan gambaran tentang strategi koping yang efektif terhadap beban keluarga pengasuh penderita stroke. Terdapat sebelas studi yang menunjukkan bahwa

pentingnya strategi koping untuk menurunkan atau mengurangi beban keluarga pengasuh penderita stroke. Dengan kata lain, ada beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa strategi koping berpengaruh positif terhadap penurunan beban keluarga pengasuh penderita stroke. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kazemi et al. 2021, yang menyatakan bahwa dalam rangka mendorong pengasuh untuk memanfaatkan keterampilan koping yang efektif, program yang tepat harus dirancang dan dilaksanakan untuk mendukung pengasuh. Penggunaan keterampilan koping yang efektif untuk mengurangi tingkat beban pribadi dapat meningkatkan kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis pengasuh.

Menurut Putri et al. 2022 bahwa Psikoedukasi mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap beban pengasuh penderita stroke. Dalam menjaga pasien stroke di rumah, seorang perawat dapat memberikan psikoedukasi dan perlengkapan caregiver. Beberapa penelitian telah mengkorelasikan beban pengasuh dengan penggunaan mekanisme koping religious. Ketika pengasuh adalah anggota keluarga, sejumlah studi telah menyoroti penggunaan mekanisme dukungan sosial dan dampak positif dari dukungan keluarga. Hasil penelitian kali ini berbeda dengan yang lain; penelitian ini tidak hanya menilai dampak dukungan keluarga tetapi juga menunjukkan korelasi statistik antara beban pengasuh dan keharmonisan keluarga. Data yang diperoleh menunjukkan korelasi negatif antara keharmonisan keluarga dan beban pengasuh. Dalam keluarga yang membutuhkan perawatan jangka panjang, seluruh keluarga terpengaruh, tidak hanya individu yang menerima perawatan tetapi terutama anggota keluarga yang memberikannya (Kes & Aydin Yildirim, 2020).

Menurut Hekmatpou et al., 2022, bahwa pendidikan perawat pasien dapat mengurangi beban perawatan dan meningkatkan kualitas hidup pengasuh penderita stroke. Dengan demikian, untuk mengurangi komplikasi dalam merawat pasien stroke, pendidikan keluarga harus jadi prioritas prosedur keperawatan dan pemulihan. Pengasuh yang terlibat dengan strategi koping aktif dapat mengelola beban mereka secara efektif. Dukungan fisik dan sosial dari anggota keluarga, teman, penyedia layanan kesehatan dan profesional lainnya sangat penting bagi pengasuh stroke untuk memenuhi kebutuhan akan tuntutan kepedulian yang juga akan bermanfaat bagi penderita stroke. Sebuah studi prospektif yang akan dilakukan, dengan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dan kuantitatif, untuk memahami perubahan pengalaman perawatan di berbagai tahapan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang fenomena pemberian perawatan (Md Mizanur Rahman et al., 2020).

Berdasarkan studi literatur diatas juga disebutkan bahwa memberikan dukungan untuk penyedia perawatan di rumah dapat membantu mengurangi atau mencegah intensifikasi beban pengasuh. Program homecare yang suportif juga efektif dalam pencegahan peningkatan beban social perawatan. Beban social mengacu pada konflik dengan anggota keluarga lain tentang keputusan perawatan, atau perasaan terisolasi seperti tidak memiliki waktu untuk memelihara hubungan sosial. Pendidikan tentang pemecahan masalah dan pengelolaan konflik dalam program pendukung ini dapat membantu dalam hasil ini. Hasil juga menunjukkan bahwa program suportif efektif dalam mengurangi beban emosional yang meningkat secara signifikan pada kelompok kontrol selama masa perawatan (Ashghali Farahani et al., 2021). Penerapan strategi koping yang efektif untuk menurunkan beban keluarga penderita stroke juga dapat diterapkan dengan melaksanakan program edukasi dan relaksasi otot. Hal ini sesuai dengan riset yang dilakukan oleh Wang et al., 2021, yang mengatakan bahwa program edukasi dan relaksasi otot dapat mengurangi kecemasan, depresi, dan beban perawatan pada pengasuh penderita stroke akut, menunjukkan potensinya dalam meningkatkan kesehatan mental dan lebih meningkatkan kualitas hidup pada pengasuh penderita stroke.

## SIMPULAN

Kajian systematic review ini menunjukkan bahwa merawat pasien stroke bukan merupakan hal yang mudah, karena beban dirasakan keluarga maupun pengasuh. Kajian ini menemukan beberapa strategi yang efektif dan adaptif sebagai upaya untuk menurunkan beban keluarga maupun pengasuh penderita stroke diantaranya adalah rehabilitasi aktif berupa dukungan social, intervensi psikoedukasi, koping religious serta program pemberdayaan yang berpusat pada keluarga. Studi ini menunjukkan intervensi koping yang efektif dan efisien untuk mencegah beban keluarga yang merawat anggota keluarga yang menderita stroke. Penulis mengusulkan penerapan strategi koping yang dapat menurunkan beban keluarga dalam merawat anggota keluarga yang menderita stroke untuk terus dikembangkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhvlediani, T., Gelenidze, N., Janelidze, T., Gudadze, T., Pkhakadze, I., Webb, A., & Katsarava, Z. (2022). Prevalence of stroke, associated risk factors and stroke-related physical, mental, and economic burden in the Republic of Georgia. *European Stroke Journal*, 7(3), 305–313. <https://doi.org/10.1177/23969873221101987>
- Ashghali Farahani, M., Najafi Ghezeljeh, T., Haghani, S., & Alazmani-Noodeh, F. (2021a). The effect of a supportive home care program on caregiver burden with stroke patients in Iran: an experimental study. *BMC Health Services Research*, 21(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12913-021-06340-4>
- Asti, A. D., Novariananda, S., & Sumarsih, T. (2021). Beban Caregiver Dan Stres Keluarga Pasien Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 157. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.667>
- Boonsin, S., Deenan, A., & Wacharasin, C. (2020). Factors influencing the burden of family caregiving for survivors of stroke. *Pacific Rim International Journal of Nursing Research*, 25(1), 102–113.
- Cao, L.-L., Tang, Y.-F., Xia, Y.-Q., Wei, J.-H., Li, G.-R., Mu, X.-M., Jiang, C.-Z., Jin, Q.-Z., He, M., & Cui, L.-J. (2022). A survey of caregiver burden for stroke survivors in non-teaching hospitals in Western China. *Medicine*, 101(50), e31153. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000031153>
- Caro, C. C., Costa, J. D., & Da Cruz, D. M. C. (2018). Burden and Quality of Life of Family Caregivers of Stroke Patients. *Occupational Therapy in Health Care*, 32(2), 154–171. <https://doi.org/10.1080/07380577.2018.1449046>
- Caro, C. C., Mendes, P. V. B., Costa, J. D., Nock, L. J., & da Cruz, D. M. C. (2017). Independence and cognition post-stroke and its relationship to burden and quality of life of family caregivers. *Topics in Stroke Rehabilitation*, 24(3), 194–199. <https://doi.org/10.1080/10749357.2016.1234224>
- Caunca, M. R., Simonetto, M., Hartley, G., Wright, C. B., & Czaja, S. J. (2020). Design and Usability Testing of the Stroke Caregiver Support System: A Mobile-Friendly Website to Reduce Stroke Caregiver Burden. *Rehabilitation Nursing : The Official Journal of the Association of Rehabilitation Nurses*, 45(3), 166–177. <https://doi.org/10.1097/RNJ.0000000000000196>
- Chafjiri, R. T., Navabi, N., Shamsalinia, A., & Ghaffari, F. (2017a). The relationship between the spiritual attitude of the family caregivers of older patients with stroke and their burden.

- Clinical Interventions in Aging*, 12, 453–458. <https://doi.org/10.2147/CIA.S121285>
- Costa, T. F. da, Costa, K. N. de F. M., Martins, K. P., Fernandes, M. das G. de M., & Brito, S. da S. (2015). Burden over family caregivers of elderly people with stroke. *Escola Anna Nery - Revista de Enfermagem*, 19(2), 350–355. <https://doi.org/10.5935/1414-8145.20150048>
- Davis, C., Namasivayam-MacDonald, A. M., & Shune, S. E. (2021). Contributors to Poststroke Dysphagia-Related Caregiver Burden. *American Journal of Speech-Language Pathology*, 30, 1061–1073. [http://10.0.4.20/2021\\_AJSLP-20-00250](http://10.0.4.20/2021_AJSLP-20-00250)
- Deyhoul, N., Vasli, P., Rohani, C., Shakeri, N., & Hosseini, M. (2020). The effect of family-centered empowerment program on the family caregiver burden and the activities of daily living of Iranian patients with stroke: a randomized controlled trial study. *Aging Clinical and Experimental Research*, 32(7), 1343–1352. <https://doi.org/10.1007/s40520-019-01321-4>
- Elsheikh, M. A., Moriyama, M., Rahman, M. M., Kako, M., El-Monshed, A. H., Zoromba, M., Zehry, H., Khalil, M. H., El-Gilany, A.-H., & Amr, M. (2022). Effect of a tailored multidimensional intervention on the care burden among family caregivers of stroke survivors: a randomized controlled trial. *BMJ Open*, 12(2), e049741. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-049741>
- Feigin, V. L., Stark, B. A., Johnson, C. O., Roth, G. A., Bisignano, C., Abady, G. G., Abbasifard, M., Abbasi-Kangevari, M., Abd-Allah, F., Abedi, V., Abualhasan, A., Abu-Rmeileh, N. M., Abushouk, A. I., Adebayo, O. M., Agarwal, G., Agasthi, P., Ahinkorah, B. O., Ahmad, S., Ahmadi, S., ... Murray, C. J. L. (2021). Global, regional, and national burden of stroke and its risk factors, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Neurology*, 20(10), 795–820. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(21\)00252-0](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(21)00252-0)
- Hekmatpou, D., Baghban, E. M., & Dehkordi, L. M. (2019). The effect of patient care education on the burden of care and the quality of life of caregivers of stroke patients. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 12, 211–217. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S196903>
- Jaracz, K., Grabowska-Fudala, B., Kleka, P., Tomczak, M., Smelkowska, A., Pawlicka, A., & Górna, K. (2022). Development and Psychometric Properties of the Caregiver Burden Scale in Polish Caregivers of Stroke Patients. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 665–675. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S348972>
- Kamalah, A. D., Ahsan, & Kristianto, H. (2020). the Effectiveness of Family Psychoeducation in Reduces Family Burden in the Family With Ulcers Diabetic Patients. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(1), 9–16.
- Kazemi, A., Azimian, J., Mafi, M., Allen, K.-A., & Motalebi, S. A. (2021a). Caregiver burden and coping strategies in caregivers of older patients with stroke. *BMC Psychology*, 9(1), 51. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00556-z>
- Kes, D., & Aydin Yildirim, T. (2020). The relationship of religious coping strategies and family harmony with caregiver burden for family members of patients with stroke. *Brain Injury*, 34(11), 1461–1466. <https://doi.org/10.1080/02699052.2020.1810317>
- Liu, C., Chen, Y.-J., Chen, J.-S., Fan, C.-W., Hsieh, M.-T., Lin, C.-Y., & Pakpour, A. H. (2022).

- Burdens on caregivers of patients with stroke during a pandemic: relationships with support satisfaction, psychological distress, and fear of COVID-19. *BMC Geriatrics*, 22(1), 958.
- Md Mizanur Rahman, Zabidah binti Putit, Norliza binti Suut, Mohamad Taha Arif, Asri bin Said, Mohd Raili bin Suhaili, Mohd Fadzillah, Zainab binti Tambi, & Ling How Kee. (2020). COPING STRATEGIES BY STROKE CAREGIVERS: EVIDENCE FROM A QUALITATIVE STUDY IN SARAWAK, MALAYSIA. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 20(1), 48–54. <https://doi.org/10.37268/mjphm/vol.20/no.1/art.550>
- Okonkwo, U. P., Agbo, C. F., Ibeneme, S. C., Igwe, E. S., Akosile, C. O., Onwuakagba, I. U., Emmanuel, O. C., Maduagwu, S. M., Ezenwankwo, E. F., & Ekechukwu, E. N. (2022). The Burden and Quality of life of Caregivers of Stroke Survivors with Cognitive Impairment in Selected Healthcare Facilities in Anambra State, Nigeria. *Gerontology and Geriatric Medicine*, 8. <https://doi.org/10.1177/23337214221126329>
- Oni, O. D., Olagunju, A. T., Okpataku, C. I., Erinfolami, A. R., & Adeyemi, J. D. (2019). Predictors of caregiver burden after stroke in Nigeria: Effect on psychosocial well-being. *Indian Journal of Psychiatry*, 61(5), 457–464. [https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\\_395\\_18](https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_395_18)
- Pahria, T., & Mambang Sari, C. W. (2019). Hubungan Beban Dengan Depresi pada Keluarga yang Merawat Pasien Stroke. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(2), 157–166. <https://doi.org/10.17509/jpki.v5i2.19821>
- Peng, Y., Brown, C. C., Zhang, J., Tang, X., Zhou, B., Zhao, Y., & Yan, L. (2019). An Examination of a Simplified Stroke Rehabilitation Program for Reducing Family Caregiver's Burden for Stroke Patients in Rural China. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 41(2), 168–179. <http://10.0.3.239/s10591-018-9482-x>
- Putri, T. A. R. K., Ramadita, W., Supriatin, E., & Hayati, S. N. (2022a). Psychoeducational Intervention for Family Caregiver Burden in Stroke Patients Care. *Risenologi*, 7(1a), 21–25. <https://doi.org/10.47028/j.risenologi.2022.71a.327>
- Rahman, M. M., Putit, Z. B., Suut, N. B., Arif, M. T., Bin Said, A., Bin Suhaili, M. R., Fadzillah, M., Tambi, Z. B., & Kee, L. H. (2020). Coping strategies by stroke caregivers: Evidence from a qualitative study In Sarawak, Malaysia. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 20(1), 48–54. <https://doi.org/10.37268/mjphm/vol.20/no.1/art.550>
- Rasyida, Z. M., Silviani, N. E., Mildawati, R., & Retno, D. (2023). Dukungan Psikososial Terhadap Beban Keluarga Pengasuh Pasien Stroke Psychosocial Support For Lowering Burden Of Family Caregiver In Caring Stroke Patients. 4(1), 26–34.
- Stiex, A., & Agustriyani, F. (2022). Jurnal Inovasi Kesehatan dan Pengabdian Masyarakat Aisyah ( JIKAMAS ) Psikoedukasi Terhadap Caregiver Burden Dalam Merawat Pasien Stroke. 1(1), 19–22. <https://doi.org/10.30604/jikamas.v1i1.8>
- Tsai, Y.-H., Lou, M.-F., Feng, T.-H., Chu, T.-L., Chen, Y.-J., & Liu, H.-E. (2018). Mediating effects of burden on quality of life for caregivers of first-time stroke patients discharged from the hospital within one year. *BMC Neurology*, 18(1), 50. <https://doi.org/10.1186/s12883-018-1057-9>
- Ugur, H. G., & Erci, B. (2019). The Effect of Home Care for Stroke Patients and Education of

Caregivers on the Caregiver Burden and Quality of Life. *Acta Clinica Croatica*, 58(2), 321–332. <https://doi.org/10.20471/acc.2019.58.02.16>

Wang, J., Liu, J., Li, L., Man, J., Yue, S., & Liu, Z. (2021). Effect of education and muscle relaxation program on anxiety, depression and care burden in caregivers of acute stroke survivors: A randomized, controlled study. *Medicine*, 100(4), e24154. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000024154>