

## EDUKASI MEKANISME KOPING ADAPTIF DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP PASIEN PASCA STROKE

Muhammad Prayogi<sup>1</sup>, Andri Yulianto<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Rumah Sakit Mutiara Bunda

<sup>2</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Email: ([andriyulianto@umpri.ac.id](mailto:andriyulianto@umpri.ac.id)\*)

### Abstrak: Edukasi Mekanisme Koping Adaptif Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke.

Stroke menyebabkan gangguan fisik, psikologis, dan sosial yang berdampak pada kualitas hidup pasien. Mekanisme koping adaptif berperan penting dalam membantu pasien menyesuaikan diri terhadap perubahan pasca stroke. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pemahaman pasien dan keluarga mengenai mekanisme koping adaptif melalui edukasi kesehatan dengan metode penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab. Materi meliputi konsep stroke, dampaknya terhadap kualitas hidup, mekanisme koping adaptif dan maladaptif, strategi koping adaptif, serta peran keluarga dalam proses pemulihan. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi dan kemampuan peserta memahami serta menjelaskan kembali materi. Hasil menunjukkan peserta memahami pentingnya penerapan mekanisme koping adaptif. Data menunjukkan 20 pasien (55,6%) memiliki koping adaptif dan 16 pasien (44,4%) koping maladaptif. Sebanyak 19 pasien (52,8%) memiliki kualitas hidup baik dan 17 pasien (47,2%) kualitas hidup cukup. Pasien dengan koping adaptif cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Edukasi ini bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman pasien dan keluarga serta mendukung peningkatan adaptasi dan kualitas hidup pasien pasca stroke.

**Kata Kunci:** Kualitas hidup, mekanisme koping adaptif, pasien pasca stroke, pemulihan stroke, pendidikan kesehatan.

### Pendahuluan

Stroke merupakan salah satu penyakit saraf yang menjadi masalah kesehatan global karena menyebabkan gangguan fungsi tubuh yang berdampak pada aktivitas sehari-hari pasien. Stroke terjadi akibat gangguan aliran darah menuju otak yang menyebabkan kerusakan jaringan otak sehingga menimbulkan gangguan motorik, sensorik, komunikasi, maupun fungsi kognitif. Kondisi tersebut menjadikan pasien pasca stroke mengalami perubahan besar dalam kehidupannya, baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan kemampuan dalam menjalankan aktivitas harian sering kali menyebabkan pasien mengalami ketergantungan kepada keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan stroke tidak hanya fokus pada proses penyembuhan penyakit, tetapi juga bagaimana pasien mampu beradaptasi dengan kondisi setelah stroke (Kemenkes RI, 2023).

Stroke menjadi salah satu penyebab utama kecacatan jangka panjang pada masyarakat karena sebagian besar pasien mengalami keterbatasan fungsi setelah serangan akut terlewat. Gangguan seperti kelemahan anggota gerak, kesulitan berbicara, gangguan keseimbangan, serta perubahan kemampuan berpikir dapat menurunkan kemandirian pasien. Keterbatasan tersebut dapat menyebabkan perubahan peran pasien dalam keluarga dan lingkungan sosialnya. Apabila pasien tidak mampu menerima perubahan kondisi kesehatan, maka dapat muncul masalah psikologis seperti stres, kecemasan, depresi, dan kehilangan motivasi untuk melakukan rehabilitasi (Organisasi Stroke Dunia, 2022).

Dampak stroke yang kompleks menyebabkan pasien memerlukan proses adaptasi yang baik untuk mempertahankan kualitas hidupnya. Kualitas hidup pasien pasca stroke tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek psikologis, sosial, spiritual, dan kemampuan pasien dalam menghadapi masalah kesehatan. Pasien yang memiliki kualitas hidup rendah cenderung mengalami penurunan motivasi, keterbatasan aktivitas sosial, serta kesulitan dalam menjalankan perawatan lanjutan. Oleh karena itu, upaya peningkatan kualitas hidup pasien pasca stroke perlu dilakukan melalui pendekatan yang menyeluruh dan berkelanjutan (Rahayu dkk., 2022). Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kualitas hidup pasien pasca stroke adalah mekanisme koping yang digunakan dalam menghadapi perubahan akibat penyakit. Mekanisme koping merupakan strategi individu dalam mengelola tekanan, masalah, dan perubahan kondisi yang dialami. Koping adaptif

membantu pasien menerima kondisi kesehatan, mencari solusi, memanfaatkan dukungan sosial, serta mempertahankan motivasi untuk melakukan pemulihan. Sebaliknya, coping maladaptif dapat menyebabkan pasien menarik diri, merasa tidak berdaya, menolak kondisi penyakit, dan mengalami penurunan kualitas hidup (Stuart, 2021).

Pasien pasca stroke sering mengalami perubahan psikososial akibat keterbatasan fisik yang dialami. Sebagian pasien merasa kehilangan kemampuan untuk beraktivitas seperti sebelum mengalami stroke sehingga muncul perasaan menjadi beban bagi keluarga. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi cara pasien dalam menangani penyakitnya. Apabila pasien menggunakan mekanisme coping yang kurang tepat, maka proses rehabilitasi dapat berjalan kurang optimal. Oleh karena itu, terjadi intervensi pembunuhan berupa edukasi yang mampu membantu pasien mengenali dan menerapkan mekanisme penanggulangan adaptif (Nursalam, 2022).

Edukasi mengenai mekanisme coping adaptif menjadi salah satu bentuk intervensi yang dapat diberikan kepada pasien pasca stroke dan keluarga. Edukasi ini bertujuan meningkatkan pemahaman pasien mengenai cara menghadapi perubahan kesehatan secara positif. Melalui edukasi, pasien dapat diarahkan untuk menggunakan strategi coping seperti berpikir positif, menerima kondisi diri, meningkatkan aktivitas sesuai kemampuan, melakukan komunikasi dengan keluarga, serta mengikuti program rehabilitasi. Pendekatan edukatif ini diharapkan mampu meningkatkan kemampuan adaptasi pasien dalam menjalani kehidupan setelah stroke (Purnamasari dkk., 2023).

Permasalahan yang sering ditemui pada pasien pasca stroke adalah kurangnya pemahaman mengenai pentingnya aspek psikologis dalam proses pemulihan. Banyak pasien lebih fokus pada pengobatan fisik dibandingkan pengelolaan stres dan penerimaan terhadap perubahan kondisi tubuh. Padahal, keberhasilan rehabilitasi tidak hanya dipengaruhi oleh terapi medis, tetapi juga kesiapan psikologis pasien dalam menjalani proses pemulihan. Oleh karena itu, edukasi tentang mekanisme penanggulangan adaptif menjadi bagian penting dalam mendukung keberhasilan pelayanan Kesehatan (Setiawan dkk., 2021). Berdasarkan pendekatan keperawatan, pasien pasca stroke memerlukan dukungan yang mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Perawat memiliki peran penting dalam memberikan edukasi kesehatan untuk membantu pasien meningkatkan kemampuan adaptasi terhadap penyakit kronis. Mekanisme pendidikan adaptif dapat menjadi strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien. Dengan meningkatnya pemahaman, pasien diharapkan mampu menghadapi perubahan akibat stroke dengan cara yang lebih efektif (PPNI, 2022).

Kualitas hidup pasien pasca stroke menjadi indikator penting dalam menilai keberhasilan pelayanan kesehatan. Pasien dengan kualitas hidup yang baik cenderung mampu melakukan aktivitas sehari-hari, memiliki hubungan sosial yang lebih baik, serta memiliki motivasi dalam menjalani pengobatan. Sebaliknya, kualitas hidup yang rendah dapat meningkatkan risiko munculnya komplikasi psikologis dan ketergantungan jangka panjang. Oleh karena itu, peningkatan kualitas hidup menjadi salah satu tujuan utama dalam program rehabilitasi pasien stroke (Handayani dkk., 2024).

Program pengabdian masyarakat melalui edukasi mekanisme penanggulangan adaptif menjadi bentuk kontribusi tenaga kesehatan dalam meningkatkan kemampuan pasien dan keluarga dalam menghadapi dampak stroke. Kegiatan edukasi dapat memberikan informasi praktis mengenai cara mengelola stres, meningkatkan penerimaan diri, serta membangun dukungan keluarga. Pendekatan ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga meningkatkan kesadaran pasien bahwa proses pemulihan memerlukan keterlibatan aktif dari pasien itu sendiri (Sari dkk., 2023). Penerapan edukasi mekanisme coping adaptif juga dapat membantu keluarga memahami kondisi psikologis pasien pasca stroke. Keluarga memiliki peran besar dalam memberikan dukungan emosional, motivasi, dan bantuan selama proses pemulihan. Kurangnya dukungan keluarga dapat melemahkan kondisi psikologis pasien dan menghambat proses adaptasi. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga dalam pendidikan menjadi bagian penting untuk menciptakan pemulihan lingkungan yang mendukung (Rahmawati dkk., 2022).

Berdasarkan berbagai permasalahan tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema edukasi mekanisme coping adaptif dalam meningkatkan kualitas hidup pasien pasca stroke. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan pasien mengenai cara menghadapi perubahan setelah stroke serta membantu pasien membangun strategi adaptasi yang lebih baik. Edukasi

yang diberikan dapat menjadi langkah awal dalam meningkatkan kemampuan pasien menjalani kehidupan dengan kondisi kesehatan yang baru (Wijaya dkk., 2024). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga menjadi bentuk implementasi ilmu pembekuan dalam memberikan pelayanan kesehatan berbasis promotif dan preventif. Melalui edukasi yang terstruktur, pasien dapat diberikan pemahaman mengenai hubungan antara mekanisme koping dengan kualitas hidup. Pasien yang mampu menggunakan koping adaptif diharapkan memiliki kemampuan lebih baik dalam mengatasi keterbatasan, mempertahankan fungsi, serta meningkatkan kesejahteraan secara menyeluruh (Kusuma dkk., 2023).

Selain memberikan manfaat kepada pasien, kegiatan edukasi ini juga diharapkan dapat meningkatkan kemampuan keluarga sebagai pendamping utama pasien pasca stroke. Keluarga dapat memahami bahwa dukungan psikologis dan motivasi merupakan faktor penting dalam proses pemulihan. Dengan adanya kolaborasi antara pasien, keluarga, dan tenaga kesehatan, maka proses rehabilitasi dapat berjalan lebih optimal dan berkelanjutan (Yuliana dkk., 2022). Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi mekanisme koping adaptif merupakan salah satu upaya strategi dalam meningkatkan kualitas hidup pasien pasca stroke. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, serta kemampuan pasien dalam mengelola kondisi psikologis setelah mengalami stroke. Kegiatan ini menjadi bagian dari upaya meningkatkan kualitas pelayanan pengobatan serta mendukung pasien mencapai kehidupan yang lebih mandiri dan bermakna setelah stroke (SIAPA, 2021).

## Metode Pelaksanaan

### 1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan metode **edukasi kesehatan (*health education*)** melalui pendekatan komunikasi terapeutik dan pemberian informasi mengenai mekanisme koping adaptif pada pasien pasca stroke. Metode ini dipilih karena pasien pasca stroke tidak hanya memerlukan pemulihan fisik, tetapi juga memerlukan kemampuan adaptasi psikologis dalam menghadapi perubahan kondisi kesehatan. Edukasi diberikan untuk meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga mengenai strategi koping yang tepat sehingga mampu meningkatkan kualitas hidup setelah mengalami stroke.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Setiap tahapan dirancang secara sistematis agar kegiatan dapat berjalan sesuai tujuan yang telah ditetapkan.

### 2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan tahap awal sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan. Pada tahap ini dilakukan beberapa kegiatan meliputi:

#### a. Identifikasi Masalah

Tim identifikasi melakukan identifikasi permasalahan yang dialami pasien pasca stroke, khususnya terkait perubahan fisik, psikologis, sosial, dan kemampuan pasien dalam menghadapi kondisi setelah stroke. Berdasarkan hasil pengenalan, ditemukan bahwa sebagian pasien mengalami kesulitan dalam menerima perubahan kondisi kesehatan sehingga memerlukan edukasi mengenai mekanisme koping adaptif.

#### b. Penyusunan Materi Edukasi

Materi edukasi disusun berdasarkan konsep perlindungan medis bedah dan psikososial yang mencakup:

- 1) Pengertian stroke dan dampaknya terhadap kehidupan pasien.
- 2) Pengertian mekanisme koping.
- 3) Perbedaan koping adaptif dan maladaptif.

- 4) Strategi meningkatkan coping adaptif pada pasien pasca stroke.
  - 5) Peran keluarga dalam mendukung proses adaptasi pasien.
  - 6) Hubungan mekanisme mengatasi peningkatan kualitas hidup pasien pasca stroke.
- c. Persiapan Media Edukasi  
Media yang digunakan dalam kegiatan ini berupa leaflet, presentasi materi, dan media pendukung lainnya yang memudahkan pasien serta keluarga memahami materi yang diberikan.
- d. Koordinasi Pelaksanaan  
Tim pengabdian melakukan koordinasi dengan pihak-pihak terkait mengenai tempat, waktu pelaksanaan, sasaran kegiatan, serta teknis pelaksanaan edukasi.
3. Tahap Pelaksanaan  
Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode penyuluhan kesehatan yang melibatkan pasien pasca stroke dan keluarga sebagai peserta kegiatan.  
Adapun tahapan pelaksanaannya meliputi:
- a. Pembukaan Kegiatan  
Kegiatan diawali dengan pengenalan tim pengabdian, penyampaian tujuan kegiatan, serta membangun hubungan saling percaya dengan peserta. Peserta diberikan penjelasan mengenai manfaat kegiatan edukasi bagi proses pemulihan pasien pasca stroke.
  - b. Pemberian materi Edukasi Kesehatan  
Penyampaian dilakukan secara langsung menggunakan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Materi yang diberikan sederhana dan mudah dipahami sesuai dengan kondisi pasien.  
Materi utama yang diberikan meliputi:
    - 1) Pemahaman pasien terhadap perubahan yang terjadi setelah stroke.
    - 2) Pentingnya menerima kondisi kesehatan.
    - 3) Cara mengelola stres akibat keterbatasan fisik.
    - 4) Strategi coping adaptif seperti berpikir positif, mencari dukungan keluarga, mengikuti rehabilitasi, meningkatkan aktivitas sesuai kemampuan, serta mempertahankan motivasi.
    - 5) Menghindari coping maladaptif seperti menarik diri, menyerah terhadap kondisi, dan kehilangan motivasi.
  - c. Diskusi dan Tanya Jawab  
Setelah pemaparan materi, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, tantangan, serta permasalahan yang dihadapi selama menjalani kehidupan setelah stroke. Tim pengabdian memberikan penegasan dan solusi berdasarkan pendekatan hukuman.
  - d. Demonstrasi dan Motivasi  
Peserta diberikan contoh penerapan mekanisme coping adaptif dalam kehidupan sehari-hari, seperti teknik berpikir positif, pengelolaan emosi, komunikasi dengan keluarga, serta meningkatkan keterlibatan dalam aktivitas rehabilitasi.
4. Tahap Evaluasi  
Evaluasi dilakukan untuk mengetahui keberhasilan kegiatan edukasi yang telah diberikan. Evaluasi dilakukan melalui:
- a. Evaluasi Pengetahuan: Evaluasi dilakukan dengan memberikan pertanyaan secara langsung kepada peserta mengenai materi yang telah disampaikan, seperti pemahaman tentang mekanisme coping adaptif dan manfaatnya terhadap kualitas hidup.
  - b. Evaluasi Respon Peserta: Evaluasi dilakukan dengan melihat keterlibatan peserta selama kegiatan, keaktifan bertanya, serta kemampuan peserta mengungkapkan kembali strategi coping yang dapat diterapkan.
  - c. Evaluasi Keberlanjutan Pasien dan keluarga diberikan motivasi untuk menerapkan mekanisme coping adaptif dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pasien pasca stroke.

5. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

- Pasien pasca stroke yang menjalani perawatan atau kontrol kesehatan.
- Keluarga pasien sebagai pendamping utama dalam proses pemulihan.
- Masyarakat yang memiliki risiko atau kepedulian terhadap permasalahan stroke.

6. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada:

- Tempat : Rumah Sakit Mutiara Bunda  
Waktu : Minggu / 30 November 2026  
Peserta : Pasien pasca stroke dan keluarga.

7. Indikator Kegagalan

Indikator keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi:

- Peserta mampu menjelaskan kembali konsep mekanisme koping adaptif dan maladaptif.
- Peserta memahami hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup pasien pasca stroke.
- Peserta mampu menyebutkan strategi koping adaptif yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.
- Terjadi peningkatan motivasi pasien dalam menjalani proses rehabilitasi dan mempertahankan kualitas hidup.



**Gambar 1.** Tempat Pelaksanaan

## Hasil dan Pembahasan

1. Gambaran Umum Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Mekanisme Koping Adaptif dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke” dilaksanakan sebagai bentuk implementasi ilmu keperawatan dalam upaya meningkatkan kemampuan adaptasi pasien terhadap perubahan kondisi kesehatan setelah mengalami stroke. Kegiatan ini dilaksanakan berdasarkan hasil penelitian skripsi mengenai hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup pasien pasca stroke yang menunjukkan bahwa mekanisme koping memiliki hubungan yang signifikan terhadap kualitas hidup pasien.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan kepada pasien pasca stroke dan keluarga mengenai pentingnya penggunaan mekanisme koping adaptif dalam menghadapi

perubahan fisik, psikologis, sosial, dan aktivitas kehidupan sehari-hari. Edukasi diberikan dengan metode penyuluhan, diskusi, tanya jawab, serta pemberian informasi mengenai strategi menghadapi masalah setelah stroke. Berdasarkan hasil penelitian yang menjadi dasar kegiatan pengabdian masyarakat, diketahui bahwa pasien pasca stroke sebagian besar telah memiliki kemampuan koping adaptif, namun masih ditemukan pasien dengan koping maladaptif yang berisiko mengalami penurunan kualitas hidup. Oleh karena itu, kegiatan edukasi difokuskan pada peningkatan pemahaman pasien dan keluarga mengenai cara membangun mekanisme koping yang positif.

## 2. Karakteristik Peserta Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Peserta kegiatan pengabdian masyarakat merupakan pasien pasca stroke yang menjalani perawatan/kontrol kesehatan serta keluarga sebagai pendamping utama pasien.

**Tabel 1.** Karakteristik Peserta Berdasarkan Usia

No	Kelompok Usia	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Dewasa Akhir (36–45 tahun)	3	8,3
2	Lansia Awal (46–55 tahun)	8	22,2
3	Lansia Akhir (56–65 tahun)	16	44,4
4	Manula (>65 tahun)	9	25,1
	Total	36	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar peserta kegiatan berada pada kelompok usia lansia akhir (56–65 tahun) yaitu sebanyak 16 orang (44,4%). Hal ini menunjukkan bahwa pasien pasca stroke lebih banyak ditemukan pada kelompok usia lanjut yang mengalami perubahan kemampuan fisik sehingga membutuhkan dukungan dalam proses adaptasi.

**Tabel 2.** Karakteristik Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Laki-laki	22	61,1
2	Perempuan	14	38,9
	Total	36	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas peserta berjenis kelamin laki-laki sebanyak 22 orang (61,1%). Kondisi ini menunjukkan bahwa dalam kegiatan edukasi pasien laki-laki lebih banyak membutuhkan dukungan psikologis dalam menghadapi perubahan fungsi akibat stroke.

**Tabel 3.** Karakteristik Peserta Berdasarkan Tingkat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	SD	8	22,2
2	SMP	5	13,9
3	SMA	16	44,4
4	D3/S1	5	13,9
5	S2	2	5,6
	Total	36	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pendidikan SMA sebanyak 16 orang (44,4%). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kemampuan seseorang dalam menerima informasi kesehatan, termasuk pemahaman mengenai mekanisme koping dan cara meningkatkan kualitas hidup setelah stroke.

## 3. Hasil Edukasi Mekanisme Koping Adaptif

Pelaksanaan edukasi dilakukan dengan memberikan materi mengenai konsep mekanisme koping, dampak stroke terhadap kehidupan pasien, perbedaan koping adaptif dan maladaptif, serta strategi meningkatkan kemampuan adaptasi pasien. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta mampu memahami materi yang diberikan dan aktif mengikuti kegiatan edukasi. Peserta mulai memahami bahwa proses pemulihan stroke tidak hanya dipengaruhi oleh pengobatan medis, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan pasien dalam menerima kondisi, mengelola emosi, serta memperoleh dukungan keluarga.

**Tabel 4.** Distribusi Mekanisme Koping Pasien Pasca Stroke

No	Mekanisme Koping	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Adaptif	20	55,6
2	Maladaptif	16	44,4
	Total	36	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebanyak 20 pasien (55,6%) memiliki mekanisme koping adaptif dan sebanyak 16 pasien (44,4%) masih menggunakan mekanisme koping maladaptif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pasien sudah mampu menggunakan strategi menghadapi masalah secara positif, seperti menerima kondisi kesehatan, mengikuti pengobatan, mencari dukungan keluarga, dan berusaha melakukan aktivitas sesuai kemampuan. Namun masih terdapat pasien yang mengalami kesulitan dalam menerima perubahan setelah stroke sehingga membutuhkan pendampingan dan edukasi lanjutan.

#### 4. Hasil Pengukuran Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke

Kualitas hidup pasien pasca stroke menjadi salah satu indikator keberhasilan proses adaptasi pasien terhadap kondisi penyakit. Edukasi yang diberikan bertujuan meningkatkan kemampuan pasien dalam mempertahankan fungsi, menjalankan aktivitas sehari-hari, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis.

**Tabel 5.** Distribusi Kualitas Hidup Pasien Pasca Stroke

No	Kualitas Hidup	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Baik	19	52,8
2	Cukup	17	47,2
	Total	36	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebanyak 19 pasien (52,8%) memiliki kualitas hidup baik dan 17 pasien (47,2%) memiliki kualitas hidup cukup. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian pasien telah mampu beradaptasi dengan kondisi pasca stroke, namun masih terdapat pasien yang membutuhkan dukungan untuk meningkatkan kemampuan psikologis, kemandirian, dan partisipasi sosial.

#### 5. Evaluasi Keberhasilan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengamatan terhadap pemahaman peserta setelah diberikan edukasi. Hasil evaluasi menunjukkan:

**Tabel 6.** Indikator Keberhasilan Edukasi

No	Indikator Keberhasilan	Hasil
1	Peserta memahami konsep mekanisme koping	Peserta mampu menjelaskan kembali pengertian koping
2	Peserta mengetahui perbedaan koping adaptif dan maladaptif	Peserta mampu memberikan contoh perilaku koping adaptif dan maladaptif

3	Peserta memahami hubungan koping dengan kualitas hidup	Peserta memahami bahwa pengelolaan stres berpengaruh terhadap pemulihan
4	Peserta mampu menyebutkan strategi koping positif	Peserta mampu menyebutkan cara menghadapi perubahan setelah stroke
5	Keterlibatan keluarga meningkat	Keluarga memahami pentingnya dukungan psikologis pasien

#### 6. Kesimpulan Hasil Kegiatan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa edukasi mengenai mekanisme koping adaptif memberikan manfaat dalam meningkatkan pemahaman pasien pasca stroke dan keluarga mengenai cara menghadapi perubahan akibat penyakit. Sebagian besar pasien memiliki mekanisme koping adaptif dan kualitas hidup yang baik, namun masih ditemukan pasien yang membutuhkan dukungan psikologis dan pendampingan berkelanjutan. Kegiatan edukasi ini diharapkan dapat menjadi salah satu strategi keperawatan dalam membantu pasien pasca stroke meningkatkan kemampuan adaptasi, mempertahankan motivasi, serta meningkatkan kualitas hidup melalui penerapan mekanisme koping yang positif.

Pembahasan kegiatan pengabdian masyarakat ini menguraikan hasil pelaksanaan pendidikan mengenai mekanisme koping adaptif pada pasien pasca stroke berdasarkan tujuan kegiatan, hasil yang diperoleh, serta keterkaitannya dengan konsep dan teori pembekuan. Pembahasan dilakukan dengan melihat perubahan pemahaman pasien dan keluarga mengenai mekanisme koping, kemampuan adaptasi terhadap kondisi pasca stroke, serta kaitannya dengan peningkatan kualitas hidup pasien. Stroke merupakan salah satu penyakit kronis yang tidak hanya menyebabkan gangguan fisik, tetapi juga memberikan dampak psikologis dan sosial bagi pasien. Pasien pasca stroke sering mengalami perubahan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, keterbatasan mobilitas, gangguan komunikasi, perubahan peran dalam keluarga, serta penurunan kemandirian. Kondisi tersebut menyebabkan pasien memerlukan kemampuan adaptasi yang baik agar mampu menjalani kehidupan setelah mengalami stroke. Oleh karena itu, edukasi mengenai mekanisme penanggulangan adaptif menjadi salah satu bentuk intervensi pembekuan yang penting untuk membantu pasien menghadapi perubahan tersebut.

#### 1. Edukasi Mekanisme Koping Adaptif pada Pasien Pasca Stroke Fakta

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa sebelum dan selama pelaksanaan edukasi masih ditemukan pasien pasca stroke yang mengalami kesulitan dalam menerima perubahan kondisi kesehatan. Sebagian pasien menunjukkan adanya perasaan khawatir terhadap kondisi setelah stroke, keterbatasan aktivitas, serta ketergantungan kepada keluarga. Berdasarkan hasil kegiatan diketahui bahwa terdapat pasien dengan mekanisme koping adaptif sebanyak 20 orang (55,6%) dan pasien dengan mekanisme koping maladaptif sebanyak 16 orang (44,4%).

Mekanisme koping merupakan suatu proses yang dilakukan individu dalam menghadapi tekanan, masalah, atau perubahan dalam kehidupannya. Menurut konsep kematian psikososial, koping terbagi menjadi koping adaptif dan maladaptif. Koping adaptif merupakan kemampuan individu dalam menghadapi masalah secara efektif melalui penerimaan kondisi, pemecahan masalah, pengendalian emosi, serta mencari dukungan dari lingkungan sekitar. Sedangkan koping maladaptif merupakan respon yang kurang efektif seperti menolak kondisi, menarik diri, merasa tidak berdaya, dan kehilangan motivasi. Pada pasien dengan penyakit kronis seperti stroke, mekanisme koping menjadi faktor penting karena perjalanan penyakit memerlukan proses adaptasi jangka panjang. Kemampuan pasien dalam menerima perubahan akan mempengaruhi motivasi melakukan rehabilitasi dan mempertahankan kualitas hidup.

Berdasarkan hasil kegiatan, memberikan edukasi mengenai mekanisme koping adaptif memberikan pemahaman baru kepada pasien bahwa proses pemulihan stroke tidak hanya bergantung pada pengobatan medis, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan pasien dalam menghadapi perubahan psikologis. Pasien diberikan pemahaman bahwa rasa takut, sedih, atau khawatir setelah stroke

merupakan respon yang dapat terjadi, namun perlu dikelola dengan strategi coping yang tepat. Edukasi membantu pasien memahami bahwa strategi positif seperti menerima kondisi kesehatan, berpikir realistis, melakukan aktivitas sesuai kemampuan, mengikuti terapi rehabilitasi, dan berkomunikasi dengan keluarga merupakan bentuk coping adaptif yang dapat membantu meningkatkan kemampuan beradaptasi.

## **2. Peningkatan Pemahaman Pasien dan Keluarga tentang Dampak Stroke terhadap Kehidupan**

Selama kegiatan edukasi berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme dalam mengikuti materi mengenai dampak stroke terhadap kehidupan sehari-hari. Pasien dan keluarga aktif dalam sesi diskusi, terutama terkait perubahan kemampuan fisik, keterbatasan aktivitas, serta cara menghadapi perubahan emosional setelah stroke. Stroke menyebabkan perubahan yang kompleks pada individu, tidak hanya pada aspek biologis tetapi juga aspek psikologis dan sosial. Gangguan fungsi tubuh dapat menyebabkan pasien kehilangan kemampuan melakukan aktivitas yang sebelumnya mudah dilakukan. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya stres psikologis apabila pasien tidak memiliki kemampuan adaptasi yang baik.

Keluarga mempunyai peranan penting dalam membantu pasien menghadapi perubahan tersebut. Dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi, mengurangi kecemasan, dan membantu pasien menjalani proses rehabilitasi. Melalui kegiatan edukasi, pasien dan keluarga mulai memahami bahwa perubahan setelah stroke memerlukan proses adaptasi secara bertahap. Keluarga diberikan pemahaman bahwa dukungan yang diberikan bukan hanya dalam bentuk bantuan fisik, tetapi juga dukungan emosional seperti memberikan motivasi, mendengarkan keluhan pasien, serta membantu pasien mempertahankan kepercayaan dirinya. Peningkatan pemahaman keluarga menjadi salah satu hasil penting dari kegiatan ini karena keluarga merupakan sumber dukungan utama bagi pasien pasca stroke. Dengan dukungan keluarga yang baik, pasien lebih mudah membangun mekanisme coping positif.

## **3. Peran Edukasi Keperawatan dalam Meningkatkan Kemampuan Adaptasi Pasien**

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi, pasien dan keluarga mampu menjelaskan kembali pengertian mekanisme coping, menyebutkan contoh coping adaptif, serta memahami cara menghadapi perubahan setelah stroke. Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi perdarahan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu dalam mengelola masalah kesehatan. Peningkatan pengetahuan dapat mempengaruhi perubahan sikap dan perilaku kesehatan. Pada pasien stroke, edukasi tidak hanya diberikan mengenai perawatan fisik, tetapi juga perlu mencakup aspek psikososial agar pasien mampu menjalani proses pemulihan secara optimal. Kegiatan edukasi yang diberikan memberikan manfaat dalam meningkatkan kesadaran pasien bahwa kemampuan menangani penyakit merupakan bagian penting dari proses penyembuhan. Pasien mulai memahami bahwa kondisi setelah stroke dapat dikelola dengan strategi yang tepat. Edukasi juga memberikan kesempatan kepada pasien untuk menyampaikan pengalaman dan hambatan yang dialami selama proses pemulihan. Melalui komunikasi terapeutik, pasien mendapatkan dukungan psikologis yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi.

## **4. Dampak Kegiatan Pengabdian Masyarakat terhadap Pasien Pasca Stroke**

Secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan baik dan peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pendidikan. Peserta menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai mekanisme coping adaptif dan pentingnya dukungan keluarga dalam meningkatkan kualitas hidup. Pengabdian masyarakat berbasis edukasi kesehatan merupakan salah satu bentuk implementasi ilmu penerapan kepada masyarakat. Kegiatan edukasi dapat menjadi upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam mengelola masalah kesehatan. Pada pasien dengan penyakit kronis, pemberdayaan pasien melalui peningkatan pengetahuan dapat membantu meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup.

Pelaksanaan kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi mekanisme mengenai coping adaptif memiliki manfaat dalam membantu pasien pasca stroke menghadapi perubahan kehidupan. Pasien tidak hanya

memperoleh informasi, tetapi juga mendapatkan dukungan untuk membangun pola pikir positif terhadap kondisi yang dialami. Kegiatan ini juga memperkuat peran perawat sebagai edukator dan fasilitator dalam membantu pasien mencapai kondisi kesehatan yang lebih baik. Pendidikan yang dilakukan secara berkelanjutan diharapkan mampu mempertahankan kemampuan adaptasi pasien dan meningkatkan kualitas hidup dalam jangka panjang.

### **Simpulan Dan Saran**

Edukasi mekanisme koping adaptif dapat meningkatkan pemahaman pasien pasca stroke dan keluarga mengenai cara menghadapi perubahan fisik, psikologis, dan sosial akibat stroke. Penerapan koping adaptif berperan dalam membantu proses penyesuaian diri, meningkatkan motivasi menjalani rehabilitasi, mengelola stres, serta mendukung peningkatan kualitas hidup. Oleh karena itu, edukasi mengenai mekanisme koping adaptif perlu menjadi bagian dari upaya promotif dan rehabilitatif pada pelayanan pasien pasca stroke.

Pasien pasca stroke diharapkan menerapkan mekanisme koping adaptif dalam kehidupan sehari-hari, sedangkan keluarga diharapkan memberikan dukungan fisik, emosional, dan sosial secara berkelanjutan. Tenaga kesehatan perlu mengintegrasikan edukasi mekanisme koping adaptif ke dalam pelayanan pasien pasca stroke, dan institusi pelayanan kesehatan diharapkan mengembangkan program edukasi serta pendampingan yang berkesinambungan. Kegiatan pengabdian selanjutnya disarankan disertai pemantauan dan evaluasi untuk mengoptimalkan adaptasi serta kualitas hidup pasien.

### **Daftar Rujukan**

- Handayani, S., Putri, RM, & Kurniawan, A. (2024). *Kualitas hidup dan hasil rehabilitasi pada pasien pasca stroke*. Jurnal Praktik Keperawatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusuma, H., Pratiwi, A., & Lestari, D. (2023). *Intervensi psikososial untuk meningkatkan adaptasi pada pasien penyakit kronis*. Jurnal Keperawatan.
- Nursalam. (2022). *Manajemen Keperawatan: Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta : Salemba Medika.
- PPNI. (2022). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI.
- Purnamasari, D., dkk. (2023). *Intervensi pendidikan kesehatan untuk meningkatkan strategi koping pada penyintas stroke*. Jurnal Keperawatan Indonesia.
- Rahmawati, R., dkk. (2022). *Dukungan keluarga dan kualitas hidup pada pasien pasca stroke*. Jurnal Ilmu Kesehatan.
- Sari, M., dkk. (2023). *Mekanisme koping dan adaptasi psikologis pada pasien stroke*. Keperawatan dan Ilmu Kesehatan.
- Stuart, GW (2021). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Psikiatri*. Elsevier.
- Organisasi Kesehatan Dunia. (2021). *Stroke: Fakta-fakta penting*. Jenewa: WHO.
- Organisasi Stroke Dunia. (2022). *Lembar Fakta Stroke Global*. Jenewa.