

Refleksi diri dan manajemen stres terhadap beban pelaku rawat stroke dalam kelompok swabantu = Self reflection and stress management toward stroke caregiver burden in self help group

Ratna Lestari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20460656&lokasi=lokal>

Abstrak

Stroke merupakan penyebab kecacatan, perubahan kognitif dan perilaku berdampak terhadap ketergantungan tinggi pada pelaku rawat utama. Perawatan jangka panjang memberikan konsekuensi negatif berupa emosional yang memunculkan beban perawatan. Kelompok swabantu sebagai sumber dukungan bagi pelaku rawat dengan kegiatan refleksi diri dan manajemen stres di dalamnya. Semakin tinggi refleksi diri, semakin menurunkan suasana hati negatif artinya refleksi diri berkontribusi terhadap pertahanan stres seseorang.

Studi ini bertujuan mengetahui penurunan beban pelaku rawat melalui intervensi refleksi diri dan manajemen stres dalam kelompok swabantu di Curug. Desain studi ini menggunakan evidence based practise, total sampling digunakan sebagai teknik pengumpulan datayang berjumlah 30 orang.

Intervensi Refleksi diri dan Manajemen stres dalam kelompok swabantu diberikan sebanyak 5 sesi selama 12 minggu. Intervensi ini menunjukkan terdapat penurunan bebandari ringan- sedang menjadi tanpa beban sampai ringan. Perawat perkesmas dapat menggunakan intervensi refleksi diri dan manajemen stres untuk menurunkan beban pelaku rawat utama merawat klien stroke.

.....Stroke caused disability, cognitive change and behavior that affects high dependence on primary caregiver. Long term care provides negative consequences of emotional problems that lead to caregiver burden. Self help groups as a support for stroke caregivers have activities self reflection and stress management in it. The higher the self reflection the less negative mood, means self reflection contribute to the defense of one 39 s stress.

This study aims to determine the reduction of caregiver burden through self reflection and stress management interventions in Curug. The design of this study used evidence based practise, data collection was performed by total sampling with a sample size of 30 respondents.

Intervention self reflection and stress management in self help groups were given 5 sessions over 12 weeks. This intervention showed decreasing on caregiver burden from mild to moderate to no burden until light. Nurses especially perkesmas nurse can use self reflection intervention and stress management in self help groups in reducing the burden of caregiver treating stroke clients.