

Lampiran 1**LEMBAR PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN PENELITIAN**

Judul Penelitian : Pengaruh *Gaze Stability Exercise* Terhadap Peningkatan Keseimbangan pada Pasien Stroke Non Hemoragik di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.

Peneliti : Gusti Melinda Mutiarani Fadillah

NIM : 201433035

Kegiatan ini merupakan suatu penelitian yang berbentuk *gaze stability exercise* untuk meningkatkan keseimbangan pasien setelah stroke sebagai metode pemulihan kondisi dalam rangka persyaratan tugas akhir Sarjana Keperawatan, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gangguan keseimbangan, antara sebelum dan sesudah di lakukan latihan tersebut.

Dalam prosedur ini Bapak/Ibu duduk atau berdiri dan mata di fokuskan kepada target yang diam atau bergerak, kemudian gerakan kepala ke kanan dan kekiri atau ke bawah dan keatas. Dalam penelitian ini tidak memiliki resiko dan efek samping apapun yang dapat mengakibatkan kecelakaan baik pada saat dilaksanakanya prosedur maupun diwaktu yang akan datang, karena terapi ini hanyalah terapi sederhana dengan alat yang mudah di jumpai dirumah, oleh karena itu Bapak/Ibu tidak menerima kompensasi berupa apapun.

Manfaat latihan dalam penelitian ini untuk merangsang kemampuan dari sistem vestibular untuk memodifikasi besarnya *vestibulo-ocular refleks (VOR)* dalam meningkatkan keseimbangan. Keikutsertaan Bapak/Ibu sangat bermanfaat bagi peningkatan pelayanan keperawatan terutama perawatan pasien stroke yang mengalami gangguan keseimbangan.

Catatan mengenai penelitian ini akan dijamin kerahasiaannya, semua berkas yang mencantumkan identitas Bapak/Ibu hanya di gunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan akan dimusnahkan serta hanya peneliti yang tahu kerahasiaan data tersebut.

Secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, Bapak/Ibu menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Bapak/Ibu berhak untuk menghentikan keikutsertaanya dalam penelitian ini kapanpun jika dalam pelaksanaanya tidak sesuai dengan apa yang telah dijelaskan dan disepakati tanpa mengurangi hak-hak Bapak/Ibu untuk mendapatkan perawatan lain. Bapak/Ibu dapat di keluarkan keikutsertaan dalam penelitian ini jika tidak mengikuti latihan sesuai jadwal yang telah peneliti tetapkan yaitu 2 kali dalam seminggu selama 6 minggu.

Nama peneliti dalam penelitian ini yang tertuliskan diatas yaitu Gusti Melinda Mutiarani Fadillah, Merupakan mahasiswa dari Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas ilmu-ilmu Kesehatan Univarsitas Esa Unggul Jakarta. Bapak/Ibu dapat menghubungi peneliti pada No. 087813059095 yang merupakan nomor pribadi peneliti bila sewaktu-waktu terjadi kecelakaan atau bila Bapak/Ibu ingin mengajukan pertanyaan.

Lampiran 2

Kode responden :

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama responden :

Umur :

Menyatakan bersedia menjadi subyek (responden) dalam penelitian dari :

Nama : Gusti Melinda M.F

Nim : 2014-33-035

Program Studi : Keperawatan

Judul : Pengaruh *Gaze Stability Exercise* Terhadap Peningkatan Keseimbangan pada Pasien Stroke Non Hemoragik di Puskesmas Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018.

Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal-hal yang berhubungan dengan penelitian diatas dan saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban dan pertanyaan yang sudah diberikan.

Berdasarkan lembar ini saya menyatakan secara sadar dan sukarela untuk ikut sebagai responden dalam penelitian ini serta bersedia menjawab semua pertanyaan dengan sadar dan sebenar-benarnya.

Mengetahui,
Peneliti

(Gusti Melinda M.F)

Jakarta,2018

Responden

(.....)

KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN**A. PETUNJUK**

1. Dibawah ini terdapat pernyataan terkait identitas responden, dimohon untuk diisi secara lengkap dan benar
2. Pilih salah satu jawaban dengan memberi tanda ceklist (\surd) bagi pernyataan yang terdiri atas beberapa alternatif jawaban
3. Setelah selesai, periksalah kembali apakah jawaban sudah terisi semua atau belum
4. Terima kasih atas kesediannya dalam mengisi kuesioner ini

B. IDENTITAS RESPONDEN

| |
|------------------|
| Kode responden : |
|------------------|

1. Inisial Nama :
2. Tanggal Pengkajian :
3. Usia :
4. Jenis Kelamin :
Laki-Laki Perempuan
5. IMT :
 - a. Berat badan :
 - b. Tinggi badan :

Lampiran 4

**PANDUAN LATIHAN GAZE STABILITY EXERCISE (SOP)
& LEMBAR OBSERVASI LATIHAN**

Tanggal..... Minggu Ke

Kode responden :

| Panduan Latihan (SOP) | YA | TIDAK |
|---|-----------|--------------|
| Fase Persiapan | | |
| Persiapan alat : Kursi | | |
| Persiapan lingkungan : lingkungan yang nyaman, tenang dan sunyi | | |
| Persiapan klien : 1. Jelaskan tujuan, manfaat, prosedur, dan pengisian lembar persetujuan pada klien. 2. Posisikan tubuh klien duduk di kursi atau berdiri secara nyaman. 3. Lepaskan asesoris yang digunakan seperti kacamata, jam, dan sepatu. | | |
| Fase Prosedur | | |
| 1. Atur posisi tubuh duduk dengan nyaman atau berdiri | | |
| 2. Letakan target sejajar pada wajah, target bisa dengan jari tangan pasien. | | |
| 3. Selama fase prosedur pasien di tuntun untuk tetap fokus pada target selama 10-15 menit masa latihan. | | |
| 4. Gerakan kepala ke kanan dan ke kiri (<i>horizontal</i>) dengan fokus mata tetap pada target diam. | | |
| 5. Gerakan kepala ke atas dan ke bawah (<i>vertikal</i>) dengan fokus mata tetap pada target diam. | | |

| | | |
|---|--|--|
| 6. Gerakan kepala ke kanan dan ke kiri (<i>horizontal</i>) dengan fokus mata tetap pada target yang bergerak. | | |
| 7. Gerakan kepala ke atas dan ke bawah (<i>vertikal</i>) dengan fokus mata tetap pada target yang bergerak. | | |

Lampiran 5

Kode responden :

LEMBAR OBSERVASI KESEIMBANGAN

Berg Balance Scale (pengukuran keseimbangan)

Petunjuk:

1. Ukur tingkat keseimbangan dengan mengintruksikan responden sesuai prosedur observasi *berg balance scale*.
2. Isi tanggal pada kolom yang sudah tersedia setelah mengukur keseimbangan.
3. Berikan penilaian sesuai dengan hasil pengukuran berdasarkan skala 0-4 dan isi pada kolom pre / post test yang tersedia.
4. Instrumen diisi oleh peneliti, dan pengisiannya di lakukan pada saat awal sebelum pasien mendapatkan *gaze stability exercise* dan pertemuan ke 12 setelah semua rangkaian latihan dalam waktu 6 minggu selesai.

| No | Instruksi | Skala | Pre Test | Post test |
|----|---------------------------|--|----------|-----------|
| 1 | Berdiri dari posisi duduk | <p>4 = Dapat berdiri tanpa menggunakan tangan dan mantap secara independen.</p> <p>3 = Dapat berdiri secara independen dan menggunakan tangan.</p> <p>2 = Dapat berdiri menggunakan tangan setelah mencoba beberapa kali.</p> <p>1 = Memerlukan bantuan satu tangan untuk berdiri.</p> <p>0 = Memerlukan bantuan dua tangan untuk berdiri.</p> | | |
| 2 | Berdiri tanpa bantuan | <p>4 = Dapat berdiri dengan aman selama 2 menit.</p> <p>3 = Dapat berdiri selama 2 menit dengan pengawasan.</p> | | |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| | | <p>2 = Dapat berdiri selama 30 detik tanpa bantuan.</p> <p>1 = Memerlukan beberapa kali usaha untuk berdiri selama 30 detik tanpa bantuan.</p> <p>0 = Tidak dapat berdiri selama 30 detik tanpa dibantu.</p> | | |
| 3 | <p>Duduk tanpa bersandar dengan kaki bertumpu ke lantai</p> | <p>4 = Dapat duduk dengan aman selama 2 menit.</p> <p>3 = Dapat duduk selama 2 menit dengan pengawasan.</p> <p>2 = Dapat duduk selama 30 detik.</p> <p>1 = Dapat duduk selama 10 detik.</p> <p>0 = Tidak dapat duduk selama 10 detik tanpa bantuan.</p> | | |
| 4 | <p>Duduk dari posisi berdiri</p> | <p>4 = Duduk secara aman dengan menggunakan satu tangan.</p> <p>3 = Mengontrol gerakan duduk dengan menggunakan dua tangan.</p> <p>2 = Menggunakan bagian belakang kursi untuk mengontrol gerakan duduk.</p> <p>1 = Duduk secara independen tetapi dengan gerakan duduk yang tidak terkontrol.</p> <p>0 = Memerlukan bantuan untuk duduk.</p> | | |
| 5 | <p>Berpindah tempat</p> | <p>4 = Dapat pindah secara aman dengan penggunaan satu tangan.</p> <p>3 = Dapat pindah secara aman tapi harus menggunakan dua tangan.</p> | | |

| | | | | |
|---|--|---|--|--|
| | | <p>2 = Dapat pindah dengan pengawasan.</p> <p>1 = Memerlukan bantuan satu orang untuk pindah.</p> <p>0 = Memerlukan bantuan dua orang agar aman.</p> | | |
| 6 | Berdiri tanpa bantuan dengan mata tertutup | <p>4 = Dapat berdiri dengan aman selama 10 detik.</p> <p>3 = Dapat berdiri selama 10 detik dengan pengawasan.</p> <p>2 = Dapat berdiri selama 3 detik.</p> <p>1 = Tidak dapat berdiri selama 3 detik sambil menutup mata tetapi tetap stabil.</p> <p>0 = Memerlukan bantuan supaya tidak jatuh.</p> | | |
| 7 | Berdiri tanpa bantuan dengan kaki dirapatkan | <p>4 = Dapat merapatkan kedua kaki dan berdiri dengan aman selama 1 menit.</p> <p>3 = Dapat merapatkan kedua kaki dan berdiri selama 1 menit dengan pengawasan.</p> <p>2 = Dapat merapatkan kedua kaki dan bertahan selama 30 detik.</p> <p>1 = Memerlukan bantuan untuk mencapai posisi tetapi dapat berdiri selama 15 detik dengan kaki dirapatkan.</p> <p>0 = Memerlukan bantuan untuk mencapai posisi dan tidak dapat bertahan selama 15 detik.</p> | | |
| 8 | Menjangkau penggaris | <p>4 = Dapat menjangkau ke depan dengan mantap > 25 cm.</p> | | |

| | | | | |
|----|--|--|--|--|
| | dengan tangan lurus ke depan pada posisi berdiri | <p>3 = Dapat menjangkau ke depan > 12,5 cm dengan aman.</p> <p>2 = Dapat menjangkau ke depan > 5 cm dengan aman.</p> <p>1 = Menjangkau ke depan tetapi butuh pengawasan.</p> <p>0 = Hilang keseimbangan ketika mencoba/ memerlukan bantuan orang lain.</p> | | |
| 9 | Mengambil benda di lantai dari posisi berdiri | <p>4 = Dapat mengambil benda dengan mudah dan aman.</p> <p>3 = Dapat mengambil benda tetapi butuh pengawasan.</p> <p>2 = Tidak dapat mengambil benda tapi mendekati 2-5 cm dari benda sambil tetap menjaga keseimbangannya.</p> <p>1 = Tidak dapat mengambil benda dan butuh pengawasan saat mencoba.</p> <p>0 = Tidak dapat mencoba/ perlu bantuan agar tidak hilang keseimbangan atau jatuh.</p> | | |
| 10 | Menengok ke belakang melewati bahu kiri dan kanan ketika berdiri | <p>4 = Dapat melihat ke belakang dari kedua sisi dengan perpindahan yang baik.</p> <p>3 = Dapat melihat ke belakang hanya dari satu sisi dengan menunjukkan perpindahan yang kurang baik.</p> <p>2 = Hanya dapat melihat ke samping tetapi dapat menjaga keseimbangan.</p> <p>1 = Memerlukan pengawasan ketika melihat ke belakang.</p> | | |

| | | | | |
|----|---|--|--|--|
| | | 0 = Memerlukan bantuan agar tidak hilang keseimbangan atau jatuh. | | |
| 11 | Berputar 360 ⁰ | 4 = Dapat berputar 360 ⁰ dengan aman \leq 4 detik. 3 = Dapat berputar 360 ⁰ hanya pada satu arah dengan aman \leq 4 detik. 2 = Dapat berputar 360 ⁰ dengan aman tetapi perlahan-lahan. 1 = Memerlukan pengawasan yang ketat. 0 = Memerlukan bantuan ketika berputar. | | |
| 12 | Menempatkan kaki bergantian pada anak tangga/ bangku kecil ketika berdiri | 4 = Dapat berdiri stabil dan aman serta melengkapi 8 kali penempatan kaki dalam 20 detik. 3 = Dapat berdiri stabil dan melengkapi 8 kali penempatan kaki > 20 detik. 2 = Dapat melengkapi sampai 4 kali tanpa bantuan dengan pengawasan. 1 = Dapat melengkapi > 2 kali penempatan dengan bantuan tangan. 0 = Memerlukan bantuan agar tidak jatuh atau tidak dapat mencoba. | | |
| 13 | Berdiri dengan satu kaki di depan kaki lain | 4 = Dapat menempatkan kaki secara bersamaan dengan stabil selama 30 detik. 3 = Dapat menempatkan kaki di depan kaki lain dengan stabil | | |

| | | | | |
|--------------|--------------------------|--|--|--|
| | | <p>selama 30 detik.</p> <p>2 = Dapat mengambil langkah kecil dengan stabil selama 30 detik.</p> <p>1 = Memerlukan bantuan untuk melangkah dan bertahan selama 15 detik.</p> <p>0 = Hilang keseimbangan ketika melangkah atau berdiri.</p> | | |
| 14 | Berdiri dengan satu kaki | <p>4 = Dapat mengangkat satu kaki secara independen selama > 10 detik.</p> <p>3 = Dapat mengangkat satu kaki secara independen selama 5-10 detik.</p> <p>2 = Dapat mengangkat satu kaki secara independen selama 3-5 detik.</p> <p>1 = Berusaha mengangkat satu kaki dan tidak dapat bertahan selama 3 detik tetapi tetap berdiri secara independen.</p> <p>0 = Tidak dapat mencoba atau memerlukan bantuan untuk mencegah jatuh.</p> | | |
| Total | | | | |

Skor dimulai dari:

0 – 20 = gangguan keseimbangan.

21 - 56 = keseimbangan yang baik.

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

| | |
|--------------------------|---|
| Pokok Bahasan | : Latihan keseimbangan |
| Sub Pokok Bahasan | : <i>Gaze Stability Exercise</i> |
| Sasaran | : Pasien pasca stroke non hemoragik dan pengawas (keluarga pasien) |
| Waktu | : 15 menit |
| Tempat | : Rumah Pasien |

A. Tujuan**1. Tujuan Instruksional Umum**

Setelah diberikan *gaze stability exercise* secara rutin, diharapkan terjadi peningkatan keseimbangan.

2. Tujuan Instruksional Khusus

Setelah diberikan edukasi *gaze stability exercise* selama 15 menit diharapkan pasien dan keluarga dapat :

- a) Pasien pasca stroke non hemoragik dan keluarga pasien mengerti tentang pengertian, tujuan, hal yang diperhatikan sebelum pelaksanaan latihan, persiapan latihan, dan prosedur latihan *gaze stability exercise*.
- b) Pasien pasca stroke non hemoragik mampu mempraktekkan *gaze stability exercise*.

B. Metode

Demonstrasi dan re demonstrasi

C. Media

Modul

D. Materi

Lampiran 7

E. Pelaksanaan Kegiatan

| No. | Tahapan | Waktu | Kegiatan | |
|-----|-----------|---------|---|--|
| | | | Peneliti | Sasaran |
| 1. | Pembukaan | 3 menit | <ul style="list-style-type: none"> - Memberi salam - Perkenalan - Menjelaskan tujuan | <ul style="list-style-type: none"> - Menjawab salam - Mendengarkan - Menyimak |
| 2. | Inti | 7 menit | <ul style="list-style-type: none"> - Menjelaskan materi penyuluhan - Mempraktekan <i>gaze stability exercise</i> - Memberi kesempatan sasaran untuk bertanya | <ul style="list-style-type: none"> - Mendengarkan - Memperhatikan - Bertanya |
| 3. | Penutup | 5 menit | <ul style="list-style-type: none"> - Menyimpulkan - Evaluasi - Memberi salam | <ul style="list-style-type: none"> - Menyimak - Menjawab - Menjawab salam |

F. Evaluasi

1. Prosedur : Lisan
2. Bentuk : Essay
3. Jumlah : 5 soal
4. Butir soal :
 - a. Apa pengertian dari *gaze stability exercise*?
 - b. Apa tujuan dilakukan latihan ini?
 - c. Apa saja hal yang diperhatikan sebelum pelaksanaan latihan
 - d. Apa saja persiapan latihan
 - e. Bagaimana cara melakukan *gaze stability exercise*.

PANDUAN GAZE STABILITY EXERCISE

Pengertian

Gaze stability exercise adalah sebuah latihan adaptasi berdasarkan kemampuan dari sistem vestibular untuk memodifikasi besarnya *vestibulo-ocular refleks (VOR)* dalam menanggapi input yang diberikan oleh gerakan kepala.

Hal Yang Diperhatikan Sebelum Pelaksanaan

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Selalu latihan ditempat yang nyaman, tenang dan sunyi 2. Lepaskan aksesoris yang dipakai seperti kacamata, jam dan sepatu. 3. Latihan dilakukan dengan posisi duduk, tetapi dapat juga dengan posisi berdiri. 4. Jangan terlalu cepat menggerakkan karena dapat mengakibatkan pusing dan mual. | <ol style="list-style-type: none"> 5. Selama latihan mata tetap fokus pada target dan selalu konsentrasi pada target. 6. Setiap gerakan dilakukan lima kali pengulangan. 7. Latihan memerlukan waktu 10 sampai 15 menit . |
|--|--|
-

Teknik Pelaksanaan Relaksasi Otot Progresif

Persiapan

1. Persiapan alat : Kursi
 2. Persiapan lingkungan : lingkungan yang nyaman, tenang dan sunyi
 3. Persiapan klien :
 - a. Jelaskan tujuan, manfaat, prosedur, dan pengisian lembar persetujuan pada klien.
 - b. Posisikan tubuh klien duduk di kursi atau berdiri secara nyaman.
 - c. Lepaskan aksesoris yang digunakan seperti kacamata, jam, dan sepatu.
-

Prosedur :

1. Posisikan tubuh klien duduk atau berdiri dengan rileks.
2. Letakan target sejajar pada wajah, target bisa jari tangan.
3. Berikut ini gerakan-gerakan yang dilakukan:

Gerakan 1

Kepala menengok ke kanan dan ke kiri (*horizontal*) dengan fokus mata tetap pada target diam.

**Gerakan 2**

Kepala menengok ke atas dan ke bawah (*vertikal*) dengan fokus mata tetap pada target diam.

**Gerakan 3**

Kepala menengok ke kanan dan target bergerak ke kiri (*horizontal*) tetapi pandangan mata tetap pada target, kemudian lakukan sebaliknya.

**Gerakan 4**

Kepala menengok ke bawah dan target bergerak ke atas (*vertikal*) tetapi pandangan mata tetap pada target, kemudian lakukan sebaliknya.



Lampiran 8**MATERI GAZE STABILITY EXERCISE**

Stroke non hemoragik merupakan stroke yang terjadi akibat adanya bekuan atau sumbatan pada pembuluh darah otak, sehingga aliran darah ke otak, sehingga aliran darah ke otak menjadi terhenti. Stroke iskemik merupakan sebagai kematian jaringan otak karena pasokan darah yang tidak kuat dan bukan disebabkan oleh perdarahan. Stroke iskemik biasanya disebabkan oleh tertutupnya pembuluh darah otak akibat adanya penimbunan lemak (plak) dalam pembuluh darah besar (arteri karotis, pembuluh darah sedang (arteri serebri), pembuluh darah kecil (Arya,2011).

1. Definisi Gaze Stability Exercise

Gaze stability exercise adalah sebuah latihan adaptasi berdasarkan kemampuan dari sistem vestibular untuk memodifikasi besarnya *vestibulo-ocular refleks (VOR)* dalam menanggapi input yang diberikan oleh gerakan kepala (Bhardwaj dan Vats, 2014). Menurut Kanna dan Singh (2014) intervensi diberikan selama 2 hari seminggu dibawah pengawasan peneliti dan istirahat selama 5 hari dalam seminggu dan dilakukan selama 6 minggu. Subyek diinstruksikan untuk melakukan latihan ini selama 3 kali sehari dengan 5 kali pengulangan dengan jarak antara setiap sesi adalah 4 jam.

2. Manfaat

Berdasarkan beberapa penelitian baik itu didalam maupun luar negeri, *gaze stability exercise* terbukti telah memberikan manfaat bagi keseimbangan tubuh.

Pada saat ini *gaze stability exercise* terbukti efektif dalam meningkatkan keseimbangan pada lansia (Nazhira, 2016), meningkatkan keseimbangan dan mengurangi resiko jatuh pada pasien pasca stroke (Pimentaa, 2017), dan meningkatkan postural kontrol (Ueta, 2017).

3. Prosedur Pelaksanaan *Gaze Stability Exercise*

a. Persiapan

- 1) Persiapan alat : Kursi
- 2) Persiapan lingkungan : lingkungan yang nyaman, tenang dan sunyi
- 3) Persiapan klien :
 - a) Jelaskan tujuan, manfaat, prosedur, dan pengisian lembar persetujuan pada klien.
 - b) Posisikan tubuh klien duduk di kursi atau berdiri secara nyaman.
 - c) Lepaskan aksesoris yang digunakan seperti kacamata, jam, dan sepatu

b. Prosedur

Gaze stability exercise menuntut individu untuk melakukan dengan cepat rotasi kepala secara aktif saat melihat target, dengan ketentuan bahwa target tetap fokus selama adanya gerakan kepala. Jika target diam, maka latihan tersebut adalah *Gaze Stability X1*. Jika target bergerak dalam arah yang berlawanan dengan arah kepala, maka latihan ini disebut *Gaze Stability X2*. Latihan yang diberikan selama 3 kali sehari, 2 hari dalam seminggu dan dilakukan selama 6 minggu dan tidak lebih dari 30 menit (Bhardwaj dan Vats, 2014). Sedangkan menurut Kanna dan

Singh (2014) intervensi diberikan selama 2 hari seminggu dibawah pengawasan peneliti dan istirahat selama 5 hari dalam seminggu dan dilakukan selama 6 minggu. Subyek diinstruksikan untuk melakukan latihan ini selama 3 kali sehari dengan jarak antara setiap sesi adalah 4 jam.

Berikut ini prosedur latihan yang dilakukan:

- 1) Posisikan tubuh klien duduk atau berdiri dengan rileks.
- 2) Letakan target sejajar pada wajah, target bisa jari tangan.
- 3) Selama fase prosedur klien di tuntut untuk tetap fokus pada target selama 10-15 menit dengan 5 kali pengulangan.
- 4) Berikut ini gerakan-gerakan yang dilakukan:
 - a) Kepala menengok ke kanan dan ke kiri tetapi pandangan mata tetap pada target.

Gaze Stability Exercise X1 Horizontal



- b) Kepala menengok ke atas dan ke kebawah tetapi pandangan mata tetap pada target.

Gaze Stability Exercise X1 Verikal



- c) Kepala menengok ke kanan dan target bergerak ke kiri tetapi pandangan mata tetap pada target, kemudian lakukan sebaliknya.

Gaze Stability Exercise X2 Horizontal



- d) Kepala menengok ke bawah dan target bergerak ke atas tetapi pandangan mata tetap pada target, kemudian lakukan sebaliknya.

Gaze Stability Exercise X2 Vertikal



4. Definisi Keseimbangan

Keseimbangan merupakan kemampuan relatif tubuh untuk mengontrol pusat gravitasi atau pusat massa tubuh terhadap bidang tumpu dalam keadaan statik maupun dinamik sehingga tubuh bisa mempertahankan posturnya dalam mengantisipasi gerakan yang terjadi (Irfan, 2010).

5. Gangguan Keseimbangan

a. Keseimbangan duduk

Keseimbangan duduk didefinisikan adalah suatu kemampuan duduk tidak jatuh tanpa di bantu, atau menggunakan ekstrimitas atas. Gangguan keseimbangan duduk pada penderita stroke berhubungan dengan kemampuan gerak otot yang menurun sehingga kesetimbangan tubuh menurun. Pasien dengan stroke berulang memiliki masalah dengan kontrol postural, sehingga menghambat gerakan mereka. Keseimbangan juga merupakan parameter bagi pasien stroke terhadap keberhasilan terapi mereka. (Irfan, 2009; Halmu, 2016).

b. Keseimbangan Berdiri

Keseimbangan berdiri adalah kemampuan untuk mempertahankan pusat massa tubuh berada dalam bidang tumpu. Keseimbangan berdiri merupakan prasyarat untuk banyak aktivitas fungsional seperti mobilitas dan penghindaran terhadap jatuh (Sibley et al., 2015; Halmu, 2016).

Lampiran 9**HASIL UJI SPSS****A. Normalitas Shapiro Wilk****Tests of Normality^a**

| | Kolmogorov-Smirnov ^b | | | Shapiro-Wilk | | |
|-----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Post_Test | .492 | 36 | .000 | .485 | 36 | .000 |

a. Pre_Test is constant. It has been omitted.

b. Lilliefors Significance Correction

B. Deskriptif**Descriptive Statistics**

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|-----------------------|----|---------|---------|------|----------------|
| Jenis_kelamin | 36 | 1 | 2 | 1.44 | .504 |
| Usia | 36 | 1 | 6 | 4.39 | 1.840 |
| IMT | 36 | 1 | 3 | 2.53 | .696 |
| Pre_Test | 36 | 1 | 1 | 1.00 | .000 |
| Post_Test | 36 | 1 | 2 | 1.81 | .401 |
| Valid N (listwise) | 36 | | | | |

C. Frekuensi**Statistics**

| | | Jenis_kelamin | Usia | IMT | Pre_Test | Post_Test |
|--------------------|---------|---------------|------|------|----------|-----------|
| N | Valid | 36 | 36 | 36 | 36 | 36 |
| | Missing | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Mean | | 1.44 | 4.39 | 2.53 | 1.00 | 1.81 |
| Std. Error of Mean | | .084 | .307 | .116 | .000 | .067 |
| Median | | 1.00 | 5.00 | 3.00 | 1.00 | 2.00 |
| Sum | | 52 | 158 | 91 | 36 | 65 |

Usia

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid 45 - 48 | 2 | 5.6 | 5.6 | 5.6 |
| 49 - 52 | 8 | 22.2 | 22.2 | 27.8 |
| 53 - 56 | 2 | 5.6 | 5.6 | 33.3 |
| 57 - 60 | 3 | 8.3 | 8.3 | 41.7 |
| 61 - 64 | 4 | 11.1 | 11.1 | 52.8 |
| 65 - 68 | 17 | 47.2 | 47.2 | 100.0 |
| Total | 36 | 100.0 | 100.0 | |

Jenis_kelamin

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Laki-Laki | 20 | 55.6 | 55.6 | 55.6 |
| Perempuan | 16 | 44.4 | 44.4 | 100.0 |
| Total | 36 | 100.0 | 100.0 | |

IMT

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Kurus | 4 | 11.1 | 11.1 | 11.1 |
| Normal | 9 | 25.0 | 25.0 | 36.1 |
| Gemuk | 23 | 63.9 | 63.9 | 100.0 |
| Total | 36 | 100.0 | 100.0 | |

Pre_Test

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|--------------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Keseimbangan Buruk | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

| | | Post_Test | | | |
|-------|--------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | Keseimbangan Buruk | 7 | 19.4 | 19.4 | 19.4 |
| | Keseimbangan Baik | 29 | 80.6 | 80.6 | 100.0 |
| | Total | 36 | 100.0 | 100.0 | |

D. Wilcoxon Test

| | | Ranks | | |
|----------------------|----------------|-----------------|-----------|--------------|
| | | N | Mean Rank | Sum of Ranks |
| Post_Test - Pre_Test | Negative Ranks | 0 ^a | .00 | .00 |
| | Positive Ranks | 29 ^b | 15.00 | 435.00 |
| | Ties | 7 ^c | | |
| | Total | 36 | | |

a. Post_Test < Pre_Test

b. Post_Test > Pre_Test

c. Post_Test = Pre_Test

| Test Statistics ^a | |
|------------------------------|----------------------|
| | Post_Test - Pre_Test |
| Z | -5.385 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .000 |

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

E. Tabel Tabulasi Data Responden

| Kode. R | Usia (coding) | Jenis Kelamin (coding) | IMT (coding) | Tingkat Keseimbangan | |
|------------|------------------|---------------------------|-----------------|----------------------|-----------|
| | | | | Pre Test | Post Test |
| P1 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 |
| P2 | 6 | 1 | 3 | 1 | 1 |
| P3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 |
| P4 | 5 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| P5 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P6 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P7 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 |
| P8 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| P9 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P10 | 3 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P11 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| P12 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| P13 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| P14 | 6 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| P15 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| P16 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| P17 | 5 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P18 | 6 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| P19 | 5 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P20 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| P21 | 6 | 2 | 3 | 1 | 2 |
| P22 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| P23 | 6 | 2 | 3 | 1 | 1 |
| P24 | 5 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| P25 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P26 | 6 | 1 | 2 | 1 | 2 |
| P27 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 |
| P28 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P29 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| P30 | 6 | 2 | 3 | 1 | 2 |
| P31 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P32 | 6 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| P33 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P34 | 6 | 2 | 2 | 1 | 2 |
| P35 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |
| P36 | 6 | 1 | 3 | 1 | 2 |

F. Tabel Observasi *Gaze Stability Exercise*

Statistics

| | Latihan Hari Ke1 | Latihan Hari Ke2 | Latihan Hari Ke3 | Latihan Hari Ke4 | Latihan Hari Ke5 | Latihan Hari Ke6 |
|----------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| N Valid | 36 | 36 | 36 | 36 | 36 | 36 |
| Missing | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Mean | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 |
| Median | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 |
| Std. Deviation | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |

| Latihan Hari Ke1 | Latihan Hari Ke2 | Latihan Hari Ke3 | Latihan Hari Ke4 | Latihan Hari Ke5 | Latihan Hari Ke6 |
|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 36 | 36 | 36 | 36 | 36 | 36 |
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 |
| 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 | 1.00 |
| .000 | .000 | .000 | .000 | .000 | .000 |

Latihan_Hari_Ke1

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke2

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke3

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke4

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke5

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke6

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke7

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke8

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke9

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke10

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke11

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Latihan_Hari_Ke12

| | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid Baik | 36 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Master Tabel Gaze Stability Exercise

| Kode. R | Latihan Ke-1 | Latihan Ke-2 | Latihan Ke-3 | Latihan Ke-4 | Latihan Ke-5 | Latihan Ke-6 | Latihan Ke-7 | Latihan Ke-8 | Latihan Ke-9 | Latihan Ke-10 | Latihan Ke-11 | Latihan Ke-12 |
|------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|------------------|
| P1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P5 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P6 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P7 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P8 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P9 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P10 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P11 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P12 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P13 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P14 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P15 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P16 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P17 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P18 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P19 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P20 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P21 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P22 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P23 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P24 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P25 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P26 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P27 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P28 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P29 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P30 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P31 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P32 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P33 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P34 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P35 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| P36 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |

G. Data Berg Balance Scale

Pre Test Berg Balance Scale

| Kode R | T1 | T2 | T3 | T4 | T5 | T6 | T7 | T8 | T9 | T10 | T11 | T12 | T13 | T14 | Jumlah | Kategori |
|--------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|----------|
| 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 4 | 0 | 0 | 1 | 0 | 18 | 1 |
| 2 | 1 | 0 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 3 | 0 | 1 | 1 | 0 | 15 | 1 |
| 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 1 | 0 | 19 | 1 |
| 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 0 | 0 | 2 | 0 | 15 | 1 |
| 5 | 2 | 0 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 17 | 1 |
| 6 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 4 | 2 | 0 | 1 | 0 | 20 | 1 |
| 7 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 1 | 1 | 18 | 1 |
| 8 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 18 | 1 |
| 9 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 1 | 0 | 2 | 0 | 16 | 1 |
| 10 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 0 | 1 | 1 | 20 | 1 |
| 11 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 0 | 18 | 1 |
| 12 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 0 | 0 | 1 | 0 | 18 | 1 |
| 13 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 14 | 1 |
| 14 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 1 | 19 | 1 |
| 15 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 2 | 1 | 0 | 1 | 0 | 14 | 1 |
| 16 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 1 | 1 | 18 | 1 |
| 17 | 2 | 0 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 17 | 1 |
| 18 | 2 | 0 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 15 | 1 |
| 19 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 1 | 0 | 2 | 0 | 16 | 1 |
| 20 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 20 | 1 |
| 21 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 2 | 1 | 0 | 1 | 1 | 18 | 1 |
| 22 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 1 | 19 | 1 |
| 23 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 0 | 0 | 2 | 0 | 15 | 1 |
| 24 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 0 | 1 | 1 | 20 | 1 |
| 25 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 0 | 0 | 1 | 1 | 15 | 1 |
| 26 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 0 | 0 | 1 | 0 | 18 | 1 |
| 27 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 1 | 20 | 1 |
| 28 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 1 | 0 | 19 | 1 |
| 29 | 2 | 0 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 16 | 1 |
| 30 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 1 | 19 | 1 |
| 31 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 2 | 3 | 0 | 0 | 1 | 1 | 17 | 1 |
| 32 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 1 | 0 | 2 | 0 | 16 | 1 |
| 33 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 0 | 2 | 2 | 1 | 1 | 0 | 20 | 1 |
| 34 | 2 | 0 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 17 | 1 |
| 35 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 20 | 1 |
| 36 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 0 | 1 | 0 | 18 | 1 |

Post Test Berg Balance Scale

| Kode R | T1 | T2 | T3 | T4 | T5 | T6 | T7 | T8 | T9 | T10 | T11 | T12 | T13 | T14 | Jumlah | Kategori |
|--------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|--------|----------|
| 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 0 | 29 | 2 |
| 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 0 | 1 | 1 | 1 | 20 | 1 |
| 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 27 | 2 |
| 4 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 0 | 2 | 0 | 18 | 1 |
| 5 | 2 | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 21 | 2 |
| 6 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 2 | 1 | 29 | 2 |
| 7 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 24 | 2 |
| 8 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 23 | 2 |
| 9 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 0 | 21 | 2 |
| 10 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 4 | 0 | 1 | 1 | 1 | 27 | 2 |
| 11 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 0 | 30 | 1 |
| 12 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 0 | 29 | 2 |
| 13 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 0 | 1 | 0 | 3 | 0 | 1 | 1 | 1 | 17 | 1 |
| 14 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 31 | 2 |
| 15 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 1 | 18 | 2 |
| 16 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 24 | 2 |
| 17 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 26 | 2 |
| 18 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 1 | 1 | 0 | 18 | 1 |
| 19 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 0 | 2 | 0 | 24 | 2 |
| 20 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 28 | 2 |
| 21 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 25 | 2 |
| 22 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 27 | 2 |
| 23 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 0 | 1 | 1 | 3 | 0 | 0 | 2 | 0 | 19 | 1 |
| 24 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 27 | 2 |
| 25 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 0 | 1 | 2 | 1 | 21 | 2 |
| 26 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 0 | 25 | 2 |
| 27 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 0 | 1 | 1 | 1 | 28 | 2 |
| 28 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 29 | 2 |
| 29 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 0 | 25 | 2 |
| 30 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 0 | 25 | 2 |
| 31 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 0 | 1 | 2 | 1 | 22 | 2 |
| 32 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 0 | 2 | 0 | 20 | 1 |
| 33 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 29 | 2 |
| 34 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 0 | 21 | 2 |
| 35 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 | 26 | 2 |
| 36 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 31 | 2 |

Kategori :

1 = gangguan keseimbangan.

2 = keseimbangan yang baik

Lampiran 10

DOKUMENTASI



