

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Dari penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Pemberian *active strengthening exercise* dapat meningkatkan keseimbangan dinamis pasien paska stroke.
2. Pemberian penambahan *active one leg standing exercise* pada *active strengthening exercise* dapat meningkatkan keseimbangan dinamis pada pasien paska stroke
3. Penambahan *active One leg standing exercise* pada *active strengthening exercise* lebih baik dalam meningkatkan *dynamic balance* pada pasien paska stroke.

#### B. Saran

Dari kesimpulan dan implikasi yang telah dikemukakan maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini dapat dijadikan alternatif bagi rekan-rekan fisioterapis dalam mengembangkan program-program latihan pada kondisi paska stroke khususnya dalam meningkatkan kemampuan keseimbangan dinamis.
2. Dilakukan penelitian-penelitian lainnya dengan tema yang berhubungan dengan kemampuan keseimbangan, khususnya kemampuan keseimbangan dinamis pada pasien paska stroke.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminoff, M, et al., 2009. *Handbook of Clinical Neurology*, Amsterdam: Elsevier B. V, , 1129
- Aparecida, C, et al., 2009. *Effect of Resisted Exercise on Muscular Strength, Spasticity and Functionality in Chronic Hemiparetic Subjects: A Systematic Review*, The Jounal of Applied Research, Vol. 9, No. 4,.
- Chapman, Arthur, E, 2008. *Biomechanical Analysis of Fundamental Human Movement, Human Kinetics*, USA: Edwards Brothers.
- Batticaca, F, 2008. *Asuhan Keperawatan pada klien dengan gangguan sistem persarafan*, Jakarta, Salemba Medika, , hal 60.
- Barros, C, et al., 2008. *Balance Control In Hemiparetic Stroke Patients: Main Tools For Evaluation*, Jounal of Rehabilitations Research & Development, Sao Paulo,.
- Carr, JH. Shepherd, RB. 2007. *Stroke Rehabilitation*. China: Elseiver..
- Chang, WY, et al., 2009. *Postural Responses in Various Bases of Support and Visual Conditions in the Subjects with Functional Ankle Instability*, Taiwan: International Journal of Sport and Exercise Science.
- Dewanto, G, dkk., 2009. *Panduan Praktis Diagnosis & Tata laksana Penyakit Saraf*, Jakarta: EGC, hal 24.
- Dourman, K, 2013. *Waspadai Stroke Usia Muda*, Jakarta: Cerdas Sehat.
- Ginsberg, L, 2008. *Lecture notes Neurologi*, Jakarta: Erlangga, Hal 29.
- Hartono, A, 2008. *Panduan Belajar Keperawatan Emergensi*, Jakarta: EGC.
- Hun, SY, Doo, SP, 2130. *The Effect of core Stabiliti Stregth Exercise on Muscle Activity and Trunk Impairment Scale in Stroke Patients*, Korea: Korean Society of Exercise Rehabilitation, Vol 9(3).
- Irfan, Muhammad, 2010. *Fisioterapi bagi Insan Stroke*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Irdawati, 2012. *Pengaruh latihan gerak terhadap keseimbangan pasien stroke Non-hemoragik*. Jurnal kesehatan masyarakat.
- Jemmi, S, Irfan, M, 2010. *Pengaruh Penerapan Motor Relearning Program (MRP) terhadap peningkatan Keseimbangan Berdiri Pada Pasien Stroke Hemiplegi*, Jurnal Penelitian Sains & teknologi, Vol. 11, No 2.
- Kemenkes, 2013. *Riset Kesehatan Dasar*, Jakarta: Kemenkes, hal 91.

- Kemenkes, 2013. *Permenkes No. 80 Th. 2013: Penyelenggaraan pekerjaan dan Praktik Fisioterapi*, Jakarta: Kemenkes.
- Mahar Mardjono, dkk, 2008. *Neurologi Klinis Dasar*, Jakarta: Dian Rakyat.
- Marshal, PW, Murphy, BA, 2005. *Core Stability exercise On and Off Swiss Ball*, Arc Med Rehabil.
- Min, et al., 2014. *Influence of Resistance Training to Strengthen Muscles across Multiple Functions of the Lower Limbs on Dynamic Balance Functions of Stroke Patients*, USA: NCBI,26(8): 1267-1269.
- Pinzon, R, Asanti, L, 2010. *Awas Stroke! Pengertian, Gejala, Tindakan, Perawatan dan Pencegahan*, Yogyakarta: Andi offset.
- Pak, S, Patten, C, 2008. *Strengthening to Promote Functional Recovery Poststroke: An Evidence-based Review*, Top Stroke Rehabil Journal, Thomas Land Publisher, inc.
- Podsialdo, D, Richardson, S. 1991. *Time Up and Go Test: a Test of Basic Functional Mobility for Frail Elderly Persons*, USA: Journal of American Geriatric.
- Raine, s, et al., 2009. *Bobath Concept: Theory and Clinical Practice in Neurological Rehabilitation*, UK: Wiley Blackwell.
- Sutrisno, A, 2007. *Stroke???Sebaiknya Anda tau Sebelum Terkena Serangan Stroke*, Jakarta: Gramedia.
- Susanti, Irfan. 2010. *Pengaruh penerapan motor re-learning programme terhadap peningkatan keseimbangan berdiri pada pasien stroke hemiplegic*. Jurnal penelitian Saint dan Teknologi, vol. 11, No.2.
- Shumway-cook, A, et al., 2007. *Motor Control; Translating Research Into Clinical Practice*, Philadelpia: Lippincot and Wilkins.
- Singh, I, 2006. *Texbook of Human Neuroanatomy*, New Delhi: JaYPEE Brothers Medical Publisher,
- Tyson, S, 2004. *Brunel Balance Assessment (BBA)*, Salford: University of Salford.
- Watson, Black, 2008. *The Human Balance Systems*, Portland: VDA.
- Young, et al., 2012. *Effects of Standing on One Leg Exercise on Gait and balance of hemiplegia Patients*, Japan: J-Stage.

American Stroke Association , 2012, *Impact of Stroke (Stroke Statistic)*, available at [www.strokeassociation.org/STROKEORG/AboutStroke/Impact-of-Stroke-Stroke-statistics\\_UCM\\_310728\\_Article.jsp](http://www.strokeassociation.org/STROKEORG/AboutStroke/Impact-of-Stroke-Stroke-statistics_UCM_310728_Article.jsp) access at 4 Mei 2014.

Tyson, S, et al., *Balance Disability After Stroke*, American Physcal Therapy Association, 2006 available at <http://ptjournal.apta.org/content/86/1/30#BIBL> acces at 24 mei 2014.

xv

Irfan, Muhammad, 2009, *Keseimbangan*, available at <http://dhaenkpedro.wordpress.com/keseimbangan-balance> access at 17 mei 2014.

Irfan, Muhammad, 2012, *Edukasi Tentang Stroke*, available at <http://dhaenkpedro.wordpress.com/fisioterapi-pada-stroke/> accses at 24 mei 2014.

Patten, C, et al., ,2004, et al., *Weakness and Strength TRaining inPersons With Poststroke Hemiplegia: Rationale, method, and Efficacy*, Journal of Rehabilitation Research & Development,. available at <http://www.rehab.research.va.gov/jour/04/41/3a/patten.html#top>, access at 25 mei 2014.

Simangunsong, DK, 2011, *Gambaran Profil Lipid pada Penderita Stroke di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan Tahun 2009*, available at [www.repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21421/4/Chapter%20II.pdf](http://www.repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/21421/4/Chapter%20II.pdf), access at 20 april 2014.

Yastroki, 2011, *Sekilas tentang Stroke*, available at [www.yastroki.or.id/file/strokesekilas.pdf](http://www.yastroki.or.id/file/strokesekilas.pdf) access at 20 april 2014



## **SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : .....

Umur : .....

Alamat : .....

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan dan tindakan yang akan saya dapatkan selama proses penelitian. Oleh karena itu saya menyatakan bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian dan mengikuti setiap proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian yang berjudul :

**” PENAMBAHAN ACTIVE ONE LEG STANDING EXERCISE PADA  
ACTIVE STRENGTHENING EXERCISE LEBIH BAIK DALAM  
MENINGKATKAN DYNAMIC BALANCE PASIEN PASKA STROKE ”.**

Demikianlah pernyataan ini saya setujui untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jakarta,

Sampel penelitian

( )