

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi kesimpulan hasil penelitian yang disesuaikan dengan tujuan penelitian, serta saran bagi praktik keperawatan, pendidikan keperawatan dan penelitian keperawatan selanjutnya.

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka kesimpulan adalah sebagai berikut :

- 6.1.1 Sebagian besar responden pada kelompok usia 56-65 tahun, berjenis kelamin laki-laki, riwayat stroke pertama dan sebagian besar tidak bekerja.
- 6.1.2 Sebelum diintervensi (pengukuran pertama) pada kelompok kontrol sebesar 2,44 dan pada kelompok intervensi sebesar 3,48. Analisa lebih lanjut menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi ($p\ value = 0,000$).
- 6.1.3 Pada kelompok kontrol modus nilai kekuatan otot sebelum intervensi adalah 2 dan setelah intervensi adalah 2. Tidak ada perbedaan yang antara nilai kekuatan otot sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok kontrol ($p\ value = 0,317$). Sementara itu pada kelompok intervensi modus nilai kekuatan otot sebelum intervensi adalah 4 dan setelah intervensi adalah 4. Terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai kekuatan otot sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi ($p\ value = 0,000$).
- 6.1.4 Setelah diintervensi (pengukuran kedua) pada kelompok kontrol sebesar 2,48 dan pada kelompok intervensi sebesar 3,77. Analisa lebih lanjut menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi ($p\ value = 0,000$).
- 6.1.5 Pada kelompok kontrol terdapat perubahan (selisih) nilai kekuatan otot sebesar 0,04 sedangkan pada kelompok intervensi terdapat perubahan nilai kekuatan otot sebesar 0,29 ($p\ value = 0,006$).
- 6.1.6 *Odds Ratio* yang paling besar memberikan dampak terhadap nilai kekuatan otot adalah jenis kelamin dengan nilai *Odds Ratio* = 1,06. Dampak (*effect*) dari intervensi memberikan pengaruh (*affect*) yang signifikan pada

peningkatan nilai kekuatan otot 1,06 kali pada kelompok laki-laki dibandingkan dengan kelompok perempuan.

6.2 Saran

Peneliti memberikan saran kepada berbagai pihak sehubungan dengan analisa penelitian, adapun saran peneliti sebagai berikut:

6.2.1 Bagi Rumah Sakit

Melaksanakan pelatihan intervensi *Stretching Exercise* (SE) bagi perawat untuk meningkatkan pemahaman teknik ini agar dapat digunakan sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien stroke.

6.2.2 Bagi Pelayanan Rumah Sakit

Dari hasil penelitian ini diharapkan praktisi kesehatan dapat menerapkan intervensi *Stretching Exercise* (SE) sebagai asuhan keperawatan yang mandiri dilakukan oleh perawat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien stroke dengan memperbaiki kekuatan otot kearah yang lebih baik.

6.2.3 Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber bagi perkembangan ilmu pengetahuan keperawatan yang terkait dengan intervensi mandiri perawat sehingga melalui penelitian ini diharapkan lebih termotivasi untuk terus melakukan penelitian terhadap terapi komplementer untuk memperbaiki kekuatan otot.

6.2.4 Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan data awal sekaligus motivasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut dilingkup keperawatan terutama medikal bedah. Dengan menambahkan sampel yang lebih banyak lagi ataupun dengan teknik acak terkontrol dalam pelaksanaan intervensi *Stretching*

Exercise sehingga mendapatkan hasil yang lebih baik terhadap perubahan kekuatan otot.

Daftar Pustaka

- Ada, Louise, Simone Dorch, dan Collen G Canning. 2016. "Strengthening interventions increase strength and improve activity after stroke: a systematic review." *Australian Journal of Physiotherapy* 241-248.
- Adam, H. 2014. *NIH Stroke Scale Definitions*. Texas: ClinGuide.
- AHA/ASA. 2012. *Guidelines for the Management of Spontaneous Intracerebral Hemorrhage*. New York: A Guideline for Healthcare Professionals From the American Heart Association/American Stroke Association.
- Ali, Shaukat dan Farrukh, M. 2012. "The Effectiveness of Sustained Stretching in Post Stroke Upper Limb Spasticity". Volume 1.
- Alligood, Martha Raile. 2014. *Nursing Theorits And Their Work*. Mosby: Elsevier.
- Ambardini. 2013. *Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Aminoff, Elissa M. 2009. "The Landscape of Cognitive Neuroscience: Challenges,Rewards, and New Perspectives." *Challengers, Reward and New Perspectives* 1253-1260.
- Association, Neurology Muscular Dystrophy. 2014. *American Academy of Neurology Muscular Dystrophy Quality Measurement Set*. New York: American Academy Of Neurology.
- Bandera, Francesco , dan Marco Guazzi. 2013. "Letter by Bandera et al Regarding Article, "Value of Peak Exercise Oxygen Consumption Combined With B-Type Natriuretic Peptide Levels for Optimal Timing of Cardiac Transplantation"." *American Heart Association* 1-5.
- Bazzano, L. 2000. "High alcohol consumption increase stroke risk." *American Medical Assocoation* 579-588.
- Becker, S L. 2016. "Diagnosis, Clinical Features, and Self-Reported Morbidity of Strongyloides stercoralis and Hookworm Infection in a Co-Endemic Setting." *PLoS Negl Trop Dis* 1-8.
- Black, Joyce M., dan Jane H. Hawks. 2009. *Medical surgical nursing: Clinical management for positive outcomes*. St. Louis, Missouri: Elsevier Saunders.
- Bogousslavsky, J. 2008. "Europen Stroke Initiative: Ischemic Stroke Profilaxis And Treatment ." *Heidelberg Univercity* 1-2.
- Bouchard, C. 2014. "Advances in exercise, fitness, and performance genomics in 2013." *Med Sci Sports Exerc* 851-890.

- Britain, dan Peet. 2016. *Evidence-based indication for the use of PET-CT In The United Kingdom 2016*. London: The Royal Collage Of Radiologist.
- Chen, Ming De. 2011. "Effects of Exercise on Quality of Life in Stroke Survivors A Meta-Analysis." *Stroke* 42:832-837.
- Daniels, dan Worthingham's . 2014. *Muscle Testing. Techniques Of Manual Examination*. Missouri: Elsevier.
- Doenges, Marilynn E, Mary Frances Moorhouse, dan Alice C Murr. 2010. *Nursing Care Plans : Guidelines for Individualizing Client Care Across the Life Span*. Philadelphia: F.A. Davis Company.
- Fagan, S C, dan D C Hess. 2008. *Stroke. Pharmacotherapy : A Pathophysiologic Approach, seventh Edition*. New York: Appleton and Lange.
- Framingham. 2015. "A Summary Score for the Framingham Heart Study Neuropsychological Battery." *Journal of Aging and Health* 27:1199–1222.
- Frieden, Thomas R. 2010. *Sexually Transmitted Diseases Treatment Guidelines, 2010*. Atlanta: department of health and human services Centers for Disease Control and Prevention.
- Gofir, A. 2009. *Manajemen Stroke*. Yogyakarta: Pustaka Cendeika Press.
- Goldszmidt, Adrian. 2010. *Stroke Essentials, Second Edition*. Sudbury: Jones and Bartlett.
- Greger. 1986. "Health Promotion ." *Charter for Health Promotion* 1-5.
- Gulanick, Meg, dan Judith L Myers. 2014. *Nursing Care Plans : Diagnoses, Interventions, and Outcomes*. Philadelphia: Mosby.
- Hasibuan, Melayu. 2002. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Penerbit Bumi Aksara.
- Hickey, Joanne V. 2009. *The Clinical Practice of Neurological and Neurosurgical Nursing*. Philadelphia: Wolters Kluwer Health.
- Hinkle, Janice L., dan Kerry H. Cheever. 2014. *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing Thirteenth edition*. Philadelphia: Lippincott William & Wilkins.
- Ignatavicius, Donna D, dan M Linda Workman. 2013. *Medical Surgical Nursing: Patient Centered Collaborative Care*. Missouri: Elsevier.
- Jette, Alan M. 2002. "Psychometric properties of the Late-Life Function and Disability Instrument: a systematic review." *BMC* 1-12.
- KBBI. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional .

- KEMENKES. 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta: Depkes RI.
- . 2008. *Pedoman Pengendalian Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah*. Jakarta: Depkes RI.
- . 2014. *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Jakarta : KEMENKES RI.
- . 2014. *Profil Kesehatan Indonesia 2014*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Klebic, dan Lenna Ulm. 2011. "Neural Mechanisms Underlying Perilesional Transcranial Direct Current Stimulation in Aphasia: A Feasibility Study." *NCBI* 1-7.
- Krogh J, Videbech P dan Thomsen C. 2012. "Demo II Trial. Aerobic Exercise Versus Stretching Exercise in Patients with Major Depression - A Randomised Clinical Trial". Volume 7.
- Kumagai, deWit. 2009. *Medical Surgical Nursing: Concepts and Practice*. St. Louis Missouri: Elsevier.
- Lajoie, Y, dan S P Gallagher. 2004. "Predicting falls within the elderly community: comparison of postural sway, reaction time, the Berg balance scale and the Activities-specific Balance Confidence (ABC) scale for comparing fallers and non-fallers." *Arch Gerontol Geriatric* 11-26.
- Lang, Catherine E, Stacey L DeJong, dan Justin A Beebe. 2009. "Recovery of Thumb and Finger Extension and Its Relation to Grasp Performance After Stroke." *Journal Neurophysiol* 451–459.
- Lewis, Sharon L., Shannon Ruff Dirksen, Margaret McLean Heitkemper, Linda Bucher, dan Ian M. Camera. 2011. *Medical Surgical Nursing : Assessment and Management of Clinical Problems*. St. Louis: Mosby.
- Lumbantobing, S M. 2006. "Neurologi klinis." *FKUI* 88-90.
- Mahoney, Florence I, dan Dorothea W Barthel. 1965. "Functional Evaluation: The Barthel Index." *Maryland State Medical Journal* (Maryland State Medical Journal) 56-61.
- Marek, Sarah M, Cramer, Joel T. 2005. "Acute Effect of Static and Proprioceptive Neuromuscular Facilitation Stretching on Muscle Strength and Power Output". Volume 40 (2) : 94-103.
- McEwen, Melanie, dan Evelyn M Wills. 2011. *Theoretical basis for nursing*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins Health.
- McEvoy, G K. 2008. "AHFS Drug Information." *American Society of Health System Pharmacists* 543-552.

- Medicine, The Oxford Dictionary of Sports Science and. 2014. "Sports Science and Medicine." *Oxford University* 1-6.
- Mendrofa, AF dan Chatarina U. 2015. " Independency Models of Nursing Self-Care for Ischemic Stroke Patients". Volume 4 88-93.
- Nasution, Rozaini. 2013. *Tehnik Sampling*. Medan: USU digital library.
- NHLBI. 2012. *Morbidity & Mortality: 2012 Chart Book On Cardiovascular, Lung, And Blood Deseases*. NATIONAL INSTITUTES OF HEALTH NATIONAL HEART, LUNG, AND BLOOD INSTITUTE.
- NIH. 2013. *Stroke Care Now Network*. National Institute Of Neurological Disorders And Stroke.
- PARDOSI. 2011. *GUIDELINE STROKE 2011*. Jakarta : FKUI.
- Page, Phil. 2012. " Current Concepts in Muscle Stretching For Exercise and Rehabilitation". *The International Journal of Sports Physical Therapy*. Volume 7.
- Parker, Marylin E. 2010. *Nursing Theory And Nursing Practice*. Philadelphia: F.A. Davis Company.
- Polit, Denise F, dan Cheryl Tatano Back. 2012. *Nursing Research: Generating And Assessing Evidance For Nursing Practice*. Philadelphia: Wolters Kluwer Health.
- Price, Sylvia M, dan Lorraine M Wilson. 2014. *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Mosby: Elsevier.
- Prospects, World Population. 2012. *Highlights and Advance Tables*. New York: United Nations.
- Rambe, A, dan Nasution. 2008. "Stroke: Sekilas Tentang Definisi, Penyebab, Efek, dan Faktor Risiko." *Majalah Kedokteran Nusantara Volume 10* 195-198.
- RISKESDAS. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Depkes RI.
- Saini. 2012. *STRETCHING TECHNIQUES AND EFFECTS*. Spring: Liberty University.
- Salvini, Tania F dan Durigan, Joao L. 2012. "Effect of Electrical Stimulation and Stretching on the Adaptation of Denervated Skeletal Muscle-Implications for Physical Therapy". 175-83.
- Science, Movement and Health. 2013. "The PNF (Proprioceptive Neuromuscular Facilitation) Stretching Technique-A Brief Review. Volume 13 623-628.

- Serafino, E P. 2006. *Health Psychology : Biopsychosocial Interactions. Fifth Edition.* New York: John Wiley & Sons.
- Sherwood, Lauralee. 2011. *Fisiologi Manusia: Dari Sel ke Sistem.* Jakarta: EGC.
- Smania N, Picelli A. 2010. "Rehabilitation Procedures in the Management of Spasticity". 46-423-38.
- Smeltzer, dan Bare. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Brunner & Suddart. Edisi 8, Vol 1, alih bahasa: Kuncara Monica Ester.* Jakarta : EGC.
- Smith, Gerald V. 2008. "Task-Oriented" Exercise Improves Hamstring Strength and Spastic Reflexes in Chronic Stroke Patients." *Stroke* 2112-2118.
- Smith, Stephen M. 2009. "Correspondence of the brain's functional architecture during activation and rest." *PNAS* 13040–13045.
- Soertidewi L, dan Misbach J. 2011. "Epidemiologi Stroke. In Stroke, Aspek Diagnosis, Patofisiologi, Managemen." *Jakarta: Balai Penerbit FKUI* 1-12. 307.
- Storti, Kristi L, dan Marquis S Hawkins. 2011. "STRETCHING EXERCISES." *Physical Activity Resource Center for Public Health (PARC-PH)* 1-15.
- Sugihastuti. 2007. *Gender and Infioritas Perempuan.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Susilo, Wilhelmus Hary, Havidz Aima, dan Fitriana Suprpti. 2014. *Biostatistik Lanjut dan Aplikasi Riset.* Jakarta: Trans Indo Media.
- Taube, W, M Gruber, dan A Gollhofer. 2008. "Spinal and supraspinal adaptations associated with balance training and their functional relevance." *Acta Physicologica* 101-106.
- Townerd, Brady, dan McLaughan. 2007. "THE EFFECTS OF A TOKEN ECONOMY SYSTEM TO IMPROVE SOCIAL AND ACADEMIC BEHAVIOR WITH A RURAL PRIMARY AGED CHILD WITH DISABILITIES." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SPECIAL EDUCATION* 1-6.
- University Medical Center. 2004. "Stretching Exercises for Wheelchair Users".
- Wein, Kavoussi. 2008. *Campbell-Wash Urology.* Mosby: Elsevier Saunders.
- WHO. 2007. *Global Burden of Stroke.* Geneva: World Health Organization.
- . 2012. *World Health Statistics 2012.* Geneva: WHO Library Cataloguing in Publication Data.
- . 2013. *World Health Statistics 2013.* Geneva: WHO Library Cataloguing in Publication Data.
- Wibowo. 2009. *Managemen Sumber Daya Manusia.* Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Wilkinson, Judith M. 2016. *Diagnosis Keperawatan*. Jakarta: EGC.

Wismanto, 2011. "Pelatihan Metode *Active Isolated Stretching* Lebih Efektif Daripada *Contract Relax Stretching* Dalam Meningkatkan Fleksibilitas Otot Hamstring". Volume 11, No.1

Wiwit, S. 2010. *STROKE & Penanganannya*. Yogyakarta: Katahati.

Youl, Y dan Jin, G. 2014. : The Effects of Streching and Stabilization Exercise on the Improvement of Spastic Shoulder Function in Hemiplegic Patients”. 491-495.